

Hochschulsport – Lesestücke

Gedanken über sportliche Aktivierung (für Studierende) in Pandemie und schwierigen Zeiten

Dietrich Milles

- 0. Einleitung
- I. Erfahrung: Verlauf und Lehren der Corona-Pandemie 2020/23
- II. Orientierung: Prävention und Bewältigungsfähigkeit
- III. Aufgabe: Praktische Forschung

Bremen, Januar 2021 – Januar 2023

0. Einleitung: Sportliche Aktivierung für Studierende

Hochschulsport gibt es in Bremen, seit die jetzt über 50jährige Universität ihren Betrieb aufgenommen hat; seit 1986 organisiert durch den Verein für Hochschulsport (VfH e.V.) auf der Basis des Hochschulgesetzes und eines Kooperationsvertrages, modifiziert 2015 und 2020. Das vielfältige, attraktive Angebot, die verlässliche Praxis und die kompetente Betreuung in Kursen für Studierende, Mitarbeiter*innen der Hochschulen und Externen wurden in einer ausführlichen wissenschaftlichen Studie untersucht und gewürdigt.¹

Hochschulsport in Deutschland ist unterschiedlich, in der Regel über universitäre Verwaltungseinheiten, oft im Zusammenhang von sportwissenschaftlichen Instituten, seltener über Vereine, verankert. Er leistet sowohl durch den nationalen (adh), den regionalen Verband (HVNB) wie auch den VfH e.V. in Bremen einen substanziellen Beitrag im gesamten Bildungssystem. Die materielle und die inhaltliche Substanz dieses Beitrages werden in den momentan akuten Herausforderungen der Covid-19-Pandemie angegriffen. Zwar hat der adh in einem Positionspapier (April 2020) auf verschiedene sport- und gesundheitswissenschaftliche Studien verwiesen, in denen hervorgehoben wird, dass Sport im Setting Hochschule eine bedeutende Ressource zur Gesundheitsförderung darstellt und präventiv wirken kann. Allerdings wirken darüber hinaus viele verschiedene Anforderungen des gesamten Bildungssystems auch in den Hochschulen und erfordern Aufmerksamkeit. Denn digitale Unterrichtsformen, Schutzmaßnahmen oder auch Schließung von Sportstätten etc. blockieren allgemein und in Aspekten den Lernhabitus², behindern soziale Effekte und schwächen Copingstrategien, auch von Studierenden. Im Grunde können präventive Folgerungen und Anstrengungen gerade dann zurückgestellt werden, wenn ihre Notwendigkeit eindringlich deutlich wird.

Praktisch haben Pandemie und deren gesellschaftliche Bearbeitung die Verankerung des Hochschulsports (nach dem Bedeutungszuwachs durch Abitur und akademischer Qualifikation) wieder gelockert und seine Bedeutung hintan gestellt. Denn zunächst wachsen in der andauernden Pandemie die wirtschaftlichen Probleme für die Durchführung des Hochschulsports. Problematisch sind in Bremen die massiven Einnahmeverluste wegen Aussetzung der Sportkurse. Während gewöhnlich rund 10.000 Teilnehmer*innen in rund 500 Kursen pro Semester sportlich aktiv waren, waren es im Wintersemester 2020/21 exakt 118 Teilnehmer in sechs Online-Kursen. Insgesamt ist der Sportbetrieb im Vergleich zu 2019 erst um ca. 25 % zurückgegangen und dann vorübergehend zum Erliegen gebracht worden. Auch weiterhin kommt die Sicherung anerkannter, qualitativer Angebote des Hochschulsports auch unter wachsenden finanziellen Druck – nicht nur des klammen Landes, sondern auch der bundesweit aufgehäuften Corona-Kosten und im März 2022 gar des russischen Krieges gegen die Ukraine.

Dies hat wichtige Implikationen für den gesetzlichen Auftrag des Hochschulsports. Denn im gleichen Maße, wie die praktische Teilnahme ab- und die wirtschaftlichen Probleme zunahmen, verlor der Hochschulsport an gesundheitsförderlicher, salutogenetischer Wirksamkeit. Eine Spannung tut sich auf: in der Pandemie wird die grundlegende Bedeutung von Bewegung und Sport deutlicher, zugleich

¹ VfH e.V. (Hrsg.): Hochschulsport Uni Bremen. Status und Perspektiven – Studien zu Ansichten, Bedarf und Aufgaben.- Bremen, Juni 2020

² „Im Lernhabitus“, der sich auf Pierre Bourdieu bezieht, „präsentiert sich die Gesamtheit der Lerndispositionen eines Individuums, die es im Verlauf seiner Geschichte in primären und sekundären sozialen Kontexten erworben hat.“ Hingewiesen wird auf die Wechselwirkungen von Bildungsinstitutionen und Habitus, die sich ‚inkorporieren‘: »Was der Leib gelernt hat«, schreibt Bourdieu, »das besitzt man nicht wie ein wieder betrachtbares Wissen, sondern das ist man«. (G. Wolf: Der Lernhabitus – ein Schlüssel zum lebenslangen Lernen.- In: DIE Zeitschrift für Erwachsenenbildung 2/2007)

jedoch praktisch eingeschränkt. Dies ist eine inhaltliche und praktische Herausforderung, die genauer zu betrachten und anzugehen ist. Die Pandemie offenbart die empfindliche Verankerung des Hochschulsports im zerfaserten System von Bildung und Sport, lässt keine einfache Hoffnung auf einen ‚status quo ante‘ zu und hält zu strategischer Kritik an.

Die empfindliche Verankerung des Hochschulsports resultiert aus zwei widersprüchlichen Legitimationen. Zum einen wird dem Hochschulsport eine subsidiäre Aufgabe attestiert, insofern er die Belastungen in Forschung, Lehre und Studium durch Angebote (Bewegung bei oder gar in sitzender Tätigkeit, Entspannung vor und nach Prüfungen etc.) ausgleicht; subsidiäre Aufgaben jedoch sind nachrangig und stehen besonders unter Finanzierungsvorbehalten. Zum anderen werden die Universitäten als gesellschaftliche Leistungszentren verstanden, in denen sportliche Höchstleistungen im olympischen Geist³ eine Vorbildfunktion zu übernehmen haben; herausragende sportliche Leistungen sind mittlerweile allerdings nur mit Maßnahmen zu erreichen, die in keiner Weise als soziales Vorbild taugen.

Diese widersprüchliche Verankerung des Hochschulsports kann in der Pandemie besser erkannt werden, weil allenthalben die Frage nach der Tauglichkeit des Hochschulsports in den Herausforderungen der Pandemie aufgeworfen wird. In den Erfahrungen der Pandemie kann diese Frage aufgegriffen und die Verankerung des Hochschulsports überdacht werden.

³ Als Pierre de Coubertin 1894 den olympischen Geist ‚reanimieren‘ wollte, belebte er verschiedene Dilemmata im Vorfeld des Ersten Weltkrieges: er betonte körperliche, geistige und seelische Entwicklungen und folgte dem nationalistischen Ruf nach disziplinierenden Schulen und soldatischer Kampfkraft; er betonte englischen Sportsgeist im fairen Vergleich und öffnete die Tür zu Kommerz und Korruption; er wollte unpolitische Spiele und bereitete den Boden für faschistische Inszenierung; er wollte Menschlichkeit ausbilden und installierte eine gesellschaftliche Leistungshierarchie (schneller, weiter, höher); er wollte die Begegnung auf allen Kontinenten und folgte doch der europäischen Begründung kolonialistischer Weltaufteilung.

I. Erfahrung: Verlauf und Lehren der Corona-Pandemie 2020/23

Problemlagen als Aufgaben verstehen

Zunächst wird also der Anlass genauer zu beleuchten sein. Die Pandemie bringt Probleme, die akut auftreten, wobei die meist langwierigen Entstehungs- und Ausbreitungszusammenhänge eher verdrängt werden und die zeitliche Dimension der Bewältigung leichter aus dem Blick gerät. Die Dringlichkeit allerdings taucht im Verlauf auch in langfristig ungünstigen Wirkungen fehlender Bewegung oder Abwehrkraft auf und ist auf der häuslichen Waage oder in Vereinsamung oder Verwahrlosung zu sehen – und sie verweist darauf, dass wirklich etwas fehlt – im Sinne des Wortes. Die akuten Problemlagen jedoch werden selektiv in Infektions-, Hospitalisierungs- und Sterbekurven registriert und in Bildern von überfüllten Intensivstationen usw. skandalisiert oder auch marginalisiert. Insgesamt allerdings dominierten zunächst doch naive Vorstellungen, die – gestützt auf beeindruckende Forschungs- und Produktionsergebnisse – eine rasche Überwindung der Infektionen in bakteriologischer Tradition versprachen und eine Deutungshoheit beanspruchten. Diese Vorstellungen verhiinderten weitgehend eine gesellschaftliche Verständigung auf gemeinsame Anstrengungen und schufen Raum für allerlei individuell geprägte, abgeleitete Frustrationen und Wahrnehmungsverzerrungen.⁴

Weniger spannend waren die eigentlichen biologischen Prozesse der raffinierten Viren, die immerhin in ihrer potenziellen Verbreitung zu erfassen sind. Aufmerksamkeit erhielten Wirkungen, die sich im Verlust des Geruchs- und Geschmacksinns, Entzündung der Lungen, auch Schädigung von Gehirn und Nerven, Belastung des Herzens und anderer Organe zeigen. In der Pandemie hätte aber auch mehr Aufmerksamkeit verdient, welche große Gefährdungen durch zivilisatorische und kulturelle Umstände und Verhaltensweisen entstehen und gefördert werden. Da ist nicht nur die globale Mobilität und Logistik, da sind auch zum Beispiel körperliche Inaktivität und falsche Ernährung, in der Folge Adipositas und Diabetes; da wird die soziale Vereinsamung größer und deutlicher, da wachsen existentielle Krisen vielerlei Art, da fehlt die Bewegung in frischer Luft, da wird zu viel Zucker, Tabak und Alkohol konsumiert, da begünstigt Stress die Ausschüttung von Kortisol und damit Herzinfarkte und Schlaganfälle; nicht zuletzt wächst in Über- und Unterforderung die psychische Belastung bis hin zu Depressionen. Solche Zusammenhänge verweisen auf komplexere Aufgaben der „Selbsteilungskraft der Natur“ (Pettenkofer). Erst das spätere, aber vorhersehbare Auftauchen anpassungsfähiger Mutanten, vor allem wegen wachsender Infektiosität, verdeutlichte, dass ein „Leben mit dem Virus“ früh angesprochen, aber leider schnell abgeschoben und vergessen wurde.

Dies alles ist nicht nur in der akuten Pandemie wahrnehmbar, sondern war es bereits in deren Vorgeschichte, wirkt im Umgang und fragt nach den Lehren. In der akuten Krise werden Zusammenhänge, Spannungen und Widersprüche deutlicher sichtbar zwischen individueller und kollektiver Betroffenheit und Gefährdung, sachlicher und wirtschaftlicher Orientierung, wissenschaftlicher Autorität und moralischer Pflicht, zwischen Verantwortung des Bürgers allein und im Miteinander, zwischen anthropologischer und sozialpolitischer Forschung – und sie werden zugleich verschleiert. Der interdisziplinäre und breite Blick auf komplexe Lagen klärt sich nicht im Vorübergehen, sondern muss erarbeitet, die Ergebnisse müssen beurteilt und Konsequenzen praktisch werden.⁵

⁴ „Dabei neigt der Mensch auch noch zur grundsätzlichen Verklärung“ - und mag die verfestigten Denkstrukturen nicht hinterfragen. (Christina Berndt SZ Nr.35 v. 11./12.2.23, S.33)

⁵ „Wie können wir Zusammenhalt schaffen?“ „Ein großer Fehler bei vielen Vorbereitungsmaßnahmen war, dass wir davon ausgingen, dass die Menschen angesichts der Masse von Menschen, die sterben und sich infizieren, das Richtige tun würden. Und auch die Politiker. Aber die Realität ist, dass sie es nicht getan haben. ... einige Dinge ins Rampenlicht ... Zum Beispiel dass Politiker die wissenschaftlichen Erkenntnisse und die Krankheit im

Grundlage im Unklaren

Es ist ein auch wissenschaftlich verbreiteter Reflex, Problemlagen als Störungen und Funktionstüchtigkeit als Normalität anzunehmen. So entbehrt es nicht einer gewissen Ironie, dass nicht ganz klar ist, wie die gesundheitliche Bedrohung durch Covid-19 in die Welt kam oder wie sie sich in der Welt ausbreitete, für manche Mitmenschen gar, ob sie wirklich so bedrohlich ist. Und so wundert es auch nicht, dass die naturwissenschaftlich-medizinische Sichtweise zunächst nur dringlich auftrat. Aber sie greift für die längerfristigen Folgen nicht richtig. Die Annahme, dass in der Natur nichts ohne Grund passiert, enthält einen gewissen unmittelbaren Realitätssinn; die kausale Folgerung jedoch, von einer akuten Gefährdung auf eine ursächliche Überwindung schließen zu können, erfasst die vielfältigen Wechselwirkungen, vor allem in den lebendigen Lebensbedingungen, deren Wahrnehmungen, Einschätzungen, den praktischen Folgerungen und Bewältigungsfähigkeiten, schon immer nur unzureichend.⁶

Vor allem zeigt sich in der Pandemie, dass eine naturwissenschaftliche Analyse keinen bevorzugten Wahrheitswert besitzt. Immerhin sollte das Kausalitätsprinzip weiterhin an begründete Annahmen und deren Überprüfung erinnern. Denn was William I. Thomas vor einhundert Jahren als Aufgabe der Verhaltensforschung formulierte, ist inzwischen zunächst zu einem philosophischen Problem, dann leider zu einer medial gestützten, beliebigen Infragestellung avanciert. Das Thomas-Theorem⁷ wurde in der psychologischen und soziologischen Sicht zunächst herangezogen, wenn menschliches Verhalten in seinem irrealen Bezug zur Wirklichkeit analysiert werden soll. In jüngster Zeit ist daraus jedoch der mediale Rekurs auf irreale Wirklichkeiten geworden. Akteure lösen sich von politischer oder wissenschaftlicher Verantwortung, benutzen das Theorem zur Indoktrination und Meinungsmache. Die ‚Konstruktion der Wirklichkeit‘⁸ wurde in den Zeiten, in denen solange von ‚fake news‘ geredet wurde, bis sie beliebig benutzt werden können, nicht mehr als beständige Aufforderung zur Wahrheitsuche, sondern als Werkzeug der Volksverdummung verstanden. So konnte und kann die Covid-Pandemie als solche infrage gestellt oder mit Wahnvorstellungen überzogen werden. Auch politische Setzungen (wie der Stellenwert der Inzidenzzahl) und weitere Verunklarungen (wie Begründungen einer Abstands- und Maskenpflicht) müssen in der Pandemie wissenschaftlich, intersubjektiv überprüfbar bearbeitet, bzw. auf dem wissenschaftlichen Stand diskutiert werden. Sie müssen allerdings moralischen Einstellungen folgen und ein entsprechendes Engagement fördern. Denn Handlungsorientierung und -aufgabenstellung kann sich nicht damit begnügen, eine Pandemie ‚hinter sich zu lassen‘, sondern muss Erfahrungen zur wirklich präventiven und fortschreitenden Bewältigung festhalten und umsetzen. Dies scheint eine der wenig beachteten Aufgabenstellungen zu sein, die sich in der Pandemie ergeben.

Widerspruch zur Wirtschaft betrachten. Deshalb glaub ich, dass wir die Gesundheitswissenschaften mit den Politik- und Sozialwissenschaften zusammenbringen müssen. Das fehlt in unseren Bereitschaftsplänen.“ (Heidi Larson, SZ 30.11.21 S.11)

⁶ Dies hatte am Beispiel der Laboruntersuchungen bereits Johannes Müller, der große Lehrmeister der Naturwissenschaften, 1824 in jungen Jahren, erläutert: „Was aber das Experiment in physiologischen Dingen unzuverlässig macht, ist dies, daß die Antwort der lebendigen Natur auf die Einwirkung des Reagens nicht die Natur des uns als bekannt vorausgesetzten Reagens als wesentlichen Teil in sich erhält.“ (D. Milles, A. Kerkhoff (Hrsg.): Gesellschaft und Gesundheit. Historische Texte zu Konzeptionen und Entwicklungen der modernen Public Health.- Bremerhaven: Wirtschaftsverl., 2010, S.125)

⁷ „If men define situations as real, they are real in their consequences“ (William I. Thomas 1928)

⁸ Peter L. Berger, Thomas Luckmann: Die gesellschaftliche Konstruktion der Wirklichkeit. Eine Theorie der Wissenssoziologie.- 3. Aufl., Frankfurt a.M.: Fischer 1972

Problembearbeitung als verbindende Aufgabe

Dabei gibt es eine sehr lange und sehr reale Erfahrung und ein solides Wissen zu Seuchen, Epidemien, Pandemien etc.. Heute fragen Medizinhistoriker im historischen Rückblick auf die vielen Seuchen von der Pest, über Syphilis, Pocken, Cholera bis hin zu Grippewellen: *„Die Welt hätte sich entsprechend wappnen können. Waren die vergangenen Seuchen vergessen?“* und folgern: *„Wir müssen uns darauf einstellen, dass derartige Epi- und Pandemien in kurzen Abständen wiederkehren werden. Und wir können uns darauf vorbereiten.“*⁹ Hierzu diskutieren Mediziner, Epidemiologen, Biologen, Virologen, Historiker, Sozialwissenschaftler, was wiederum bereits auf komplexe Wirkungszusammenhänge verweist und zugleich den Zusammenhang von wissenschaftlichem Diskurs und gesellschaftlicher Verbindlichkeit fordert. Im Nachhinein war in der Berliner Zeitung vom 10.12.22 lakonisch zu lesen: *„Es gab zwar den Pandemieplan von 2017, krisentauglich war der aber eher nicht.“*

Befunde der Forschung prägen nicht einfach und selbstverständlich die Praxis des „Regieren“. Beispielsweise kann die Aufforderung zu „Testen, Testen, Testen“, wie sie anfänglich die WHO verbreitete, sinnvoll sein, um Infektion festzustellen. Doch gerade in dieser Funktion bedeutet der Vorgang mehr als Fieber zu messen. Covid-19 zu testen bedeutet eine Bedrohung zu markieren, womit sowohl eine sehr große Bandbreite von Gefährdung unterstellt, wie ein falsches Sicherheitsgefühl vermittelt werden kann. Wer mehr testet, findet auch mehr – aber eben auch Unklares und Widersprüchliches, und wer weniger testet, weiß sicherlich nicht mehr. Es gibt nämlich nicht nur das Problem der Dunkelziffer, der Spanne möglicher Übertragung oder gar der eigentlich methodisch zu fordernden vollständigen und dauerhaften Erfassung, von Datenschutzproblemen ganz zu schweigen. Vor allem fehlt der unmittelbare Bezug zu Schutz, Förderung und Prävention. Menschen werden durch Inzidenzzahlen nicht aufgeklärt und durch Testung selbst nicht angeleitet, mit dem Ergebnis von Testung umzugehen¹⁰. Dies reicht sogar bis zur Befürchtung, dass Testungen erst auf dem Hintergrund einer anvisierten ‚Herdenimmunität nach Ansteckung‘ wirklich aussagekräftig sind und ansonsten vor allem politische Hilflosigkeit übertünchen. Schutz, Förderung und Prävention muss über Inzidenz und Testungen hinaus konkretisiert werden.¹¹

Eine wichtige Problematik wurde in ihrer widersprüchlichen Vermittlung zunächst wenig erkannt und dann übergangen. Die sprachliche Regelung der Testungen zeigt beispielhaft den unsinnigen Einfluss medizinischer Handlungslogik. Diese geht mittlerweile selbstverständlich von eingetretenen Problemen aus, die diagnostiziert und in identifizierten Folgen beurteilt werden müssen.¹² So wurde dann in der Logik naturwissenschaftlicher Verbindung von Ursache und Wirkung der Befund, der eine Infektion nachweist, zu einem ‚positiven‘ Befund. Für betroffene Menschen allerdings handelt es sich dann

⁹ H. Fangerau; A. Labisch: Pest und Corona. Pandemien in Geschichte, Gegenwart und Zukunft.- Freiburg: Herder, 2020, S.15, 17

¹⁰ Erst spät betonte Lothar Wieler vom RKI: „... mit Tests kriegen wir das Virus nicht aus dem Land“; leider liegt darin weiterhin versteckt die bakteriologische Perspektive einer ‚Ausrottung‘ des Virus, die auch durch Impfen nicht erreicht und auch ansonsten nicht sinnvoll ist. (Vgl. SZ v.19.11.21)

¹¹ So äußerte eine Autorengruppe ihren Appell, *„den Grundsatz jeder Prävention, nämlich die Ergänzung allgemeiner Maßnahmen durch Zielgruppen-spezifische Maßnahmen, stärker zu berücksichtigen. Es bedarf hierzu eines zivilgesellschaftlichen Aufbruchs, der den Schutzgedanken in den Mittelpunkt stellt, die gesellschaftliche Innovationskraft fördert und die Bürgerinnen und Bürger nicht zum Adressaten von Aufforderungen zur passiven Kontaktminimierung degradiert.“* (Thesenpapier 6 vom 22.11.20 der Arbeitsgruppe Gerd Glaeske u.a.)

¹² Die Wendung vom Arzt zum Mediziner ist vielfach beschrieben, so bei Foucault. Klaus Michael Meyer-Abich hat die „Neukonstituierung der Medizin als angewandte Naturwissenschaft“ angesprochen und sich auf V. v. Weizsäcker berufen, der ein Miteinander von Arzt und Patient forderte. (Was es bedeutet, gesund zu sein. Philosophie der Medizin.- München: C. Hanser, 2010, S.104ff) Siehe S.16 Am. 57

eindeutig um einen ‚negativen‘ Befund. Nicht einmal auf dieser einfachen und klaren sprachlichen Ebene konnte sich die Perspektive der Betroffenheit durchsetzen - mit fatalen Folgen, denn die inhaltliche Färbung sorgt für einen Abstand zu dem ‚Befund‘ und stört die je eigene Auseinandersetzung mit der Pandemie.

Sehr früh schien eigentlich klar, dass eine gemeinschaftliche Anerkennung von Maßnahmen nötig ist, mit denen individuelle Zugeständnisse im Interesse eines Gemeinwohls tatsächlich greifen. Gerade im Bereich von öffentlicher Gesundheit, von Public Health, ist ein Zusammenwirken von Wissenschaft, Politik und Bürger zur Verpflichtung auf generelle, verallgemeinerbare Regeln ‚nötig‘, damit Zumutbarkeit und Praxis von Schutz und Förderung der Gesundheit legitimiert sind. Recht früh richtete sich öffentliche Hoffnung in bakteriologischer Tradition auf eine wirksame Impfung, die auch erstaunlich zeitig erfüllt schien. Dabei wurden allgemeinere Aspekte der Pandemiebekämpfung übergangen; erst spät zeigte sich an nachlassender Impfwirkung und ‚Impfdurchbrüchen‘, dass Impfungen zwar den effektivsten, aber nicht einen vollständigen Schutz bringen. Und es zeigte sich erst spät in der Pandemie, dass ein gewisser, abnehmender Schutz nicht ausreicht. So konnte sich früh ein politisch angetriebener bürgerlicher Selbstbetrug breitmachen und ein Einfallstor für Verweigerungshaltungen öffnen.¹³

Auch die begleitenden Maßnahmen enthielten schwierige, widersprüchliche Ansätze, mit denen ihre allgemeine Legitimation und moralische Überzeugung schwach blieben. Zunächst wurde besonders betont, dass keine *gesetzliche* Impfpflicht eingeführt werde. Diese war zwar juristisch möglich und in anderen Gefährdungen auch seit 1874 in Deutschland praktiziert, zunächst gegen Pocken bis 1976. Sie müsste per Rechtsverordnung eingeführt werden. Allerdings gibt es in einer allgemeinen Problemlage auch eine *moralische* Pflicht¹⁴, die mit der Erfahrung objektiver Schädigungen eine eigene Verantwortung für allgemeine Rücksicht und Vorsicht fordert. Doch mit der Betonung nicht vorhandener gesetzlicher Impfpflicht ist diese *moralische Verpflichtung* in der Pandemie verdrängt worden. Sie konnte auch nicht durch die „AHA-Regeln“ (Abstand einhalten, Hygiene-Regeln beachten, Alltagsmaske tragen) aufgebaut werden – auch abgesehen von einer AHA+A Formel, mit der die Corona-Warn-App einbezogen werden sollte, was letzteres groß angekündigt wurde und praktisch nicht funktionierte bzw. eine Zeitlang mit dem digitalen Impfnachweis nützlich wurde. Das Motto „zusammen gegen Corona“ fand wenig praktische Überzeugung (noch am wirkungsvollsten in dem Zusatz +L, also den Verweis auf frische Luft und Lüftung), weil die wesentlichen Bestandteile der Regelungen in sich widersprüchlich und nicht einfach verallgemeinerbar sind:

- Die Regel „*Abstand einhalten*“ geht an sich ‚wider das soziale Wesen‘, deutlich z.B. bei pflegebedürftigen Menschen oder kleinen Kindern: Sie gebietet einerseits gerade dann Distanz, wenn Nähe und Fürsorge geboten ist. Sie folgt andererseits einer exklusiven Logik, wonach die eigenen

¹³ „Lernen aus Fehlern kann nur funktionieren, wenn man wirklich lernen und nicht nur recht haben will. Wenn man extrem flexibel im Kopf ist. Bereit zu schmerzhaften Einsichten. Zugänglich für unliebsame Argumente. Offen für unangenehme Veränderungen. Wenn man gewillt ist, mit viel Selbsterkenntnis, Reflexion, Bereitschaft zur Differenzierung und einer gehörigen Portion Empathie die verschiedensten Menschen und Perspektiven in den Diskurs einzubeziehen. Wenn man zuhört. Und häufiger mal ‚ja, und‘ sagt. Statt immer nur ‚ja, aber‘.“ (Ch. Berndt SZ Nr.35, S.33)

¹⁴ So Peter Dabrock in Philosophie Magazin v. 9.11.21: „Die Impfung ist das wirkungsvollste und sicherste Mittel der Pandemiebekämpfung. Es ist – in der kantischen Tradition formuliert – folgendes ethisch geboten: eine starke moralische Pflicht, etwas zu tun, wenn der Aufwand dafür gering, der Nutzen für einen selbst und mittelbar auch für andere und die Gesellschaft als ganze hoch ist, bei Unterlassen die Wirkung dieser Handlung nachlässt, vergleichbar effektive und effiziente Alternativen nicht vorliegen und zugleich das Risiko der Selbstschädigung gering ist.“

Interessen über allgemeinen stehen. Hier steht also eine spezifische Corona-Regel im Widerspruch zu dem, was eigentlich sinnvoll ist. Dieser Widerspruch ist nicht aufgeklärt, eher durch Hilflosigkeit bestärkt worden.

- Die Regel „*Hygieneregeln beachten*“ transportiert unreflektiert sozialdisziplinierende Vorhaltungen, mit denen eine ‚Oberschicht‘ denjenigen begegnete, die sich die Hände und sonstiges ‚schmutzig‘ machten (zelebriert in der ‚hygienischen Volksbelehrung‘ zum Ende des 19. Jh.). Gesundheit als „Sauberkeit und Sittlichkeit“ nutzt jedoch nicht einfach zum Aufbau der körpereigenen Abwehrkräfte und nicht zur selbstbewussten Eigenverantwortung.
- Die Regel „*Alltagsmaske tragen*“ ist sachlich eine unsinnige Aufforderung, weil es keinen Alltag mit Maske gibt und das Gebot einer Maske an sich niemals Alltag sein kann und sollte.¹⁵ Genau dies wurde denn auch zum Ausgangspunkt zugespitzter Angriffe auf die Zumutungen der Corona-Bekämpfung überhaupt.

Gerade diese ‚Regeln‘ sind also nicht mit Gesetzen zu verwechseln und sie konnten keine zusammenführende Praxis anstoßen. Es fehlt in der Pandemie-Bekämpfung von Beginn an eine instituierte soziale Einstellung und es rächte sich, dass die Notwendigkeit *moralischer Pflicht* in der Pandemie nur plakativ vor-, eigentlich aber beiseitegeschoben wurde. Das benutzte Instrumentarium war nicht gut begründet und nicht geschickt eingeführt; es wurde wenig gemeinsames Verständnis aufgebaut und mit wissenschaftlicher wie politischer Autorität bestärkt. Letztere erhielt mit den Skandalen über Millionengeschäfte, den Überschüssen von Masken, die mit 6,4 Milliarden Euro beschafft wurden, Nebeneinkünften von Abgeordneten oder über 160 Millionen Impfdosen, die Anfang 2023 als untauglich erkannt werden, eine schlimme Schiefelage.

Die Frage ist, wie das Zusammenwirken von wissenschaftlich-objektiver und moralisch-leitender Bearbeitung der Pandemie erfolgen, gestärkt und gefördert werden soll. Immerhin ist diese Zeit der Pandemie, der Risiken und Gefährdungen überhaupt, auch eine Zeit der Aufforderung zum Nachdenken, Einschätzen, Orientieren und Neu-justieren und immer des Lernens. Auf dieser Basis kann sich Autonomie als Autorität etablieren und kann Verantwortung als normative Einstellung auftreten.¹⁶ Die Verbindung zwischen subjektivem Erleben und kollektiven Sichtweisen war jedoch im Umgang mit der Pandemie von Beginn an schwach.

Erfahrungen aus der Pädagogik hingegen verweisen auf eine „*Orientierung an der Aufgabenerledigung*“, die gerade in der Pandemie naheliegt. So kann ein individueller Lernprozess in einer Gruppe auf gemeinsame Betrachtungsweisen bezogen werden und die Kooperation der Beteiligten anregen. Die Einbeziehung der Gefährdeten wie die Legitimation der Führenden erfolgt in praktischer Orientierung auf Bewältigung von Aufgaben, die sich allen Beteiligten stellen. Damit verliert die Führung ihre distanzierende und vorhaltende Ansprache und fördert gemeinsame Handlungsmuster. Wir haben diese Wirkungszusammenhänge in Kursen des Hochschulsports auf einfachem Niveau erfahren. So ist die grundsätzliche und allgemeine Annahme begründet, dass sportliche Aktivierung einen kleinen, aber nützlichen Beitrag in den Lernprozessen - und für sie - leisten kann, die – eingebettet in den gesellschaftlichen Kontext – besonders in der Pandemie und deren Verlauf wichtig geworden sind. Die Einbettung soll in einigen Aspekten verfolgt und hinterfragt werden, weil in der Pandemie die gesell-

¹⁵ Die Regel ist anscheinend lediglich formuliert worden, damit die Regeln auf AHA gekürzt werden können, aber bei Regeln ist die Semantik wichtiger als die pfiffige Abkürzung. Das aus der Chirurgie übernommene Bild ist ebenso wenig stimmig, weil es ein distanzierendes Verhältnis von agierendem Experten und mehr oder („besser“) weniger lebendigem Objekt abbildet (siehe M. Foucault: Die Geburt der Klinik.- Frankfurt/M.: Fischer, 1993).

¹⁶ Wer die ausladenden Begründungen sich mit normativer Geduld antun möchte, sollte bei Robert B. Brandom: Im Geiste des Vertrauens. Eine Lektüre der Phänomenologie des Geistes.- Berlin: Suhrkamp, 2021 nachlesen.

schaftlichen Prägungen, die Lebensbedingungen und Sichtweisen eine besonders deutliche Rolle spielen.

Phasen pandemischer Bedrohung im Kontext

Die Pandemie zeigte von Beginn an (März 2020) die Zeichen eines langen Verlaufs und lässt unterschiedliche Phasen erkennen. In der langandauernden Pandemie scheint es notwendig, nicht einfach auf ein ersehntes Ende der Pandemie zu orientieren, sondern über die unmittelbaren gesundheitlichen Problemlagen hinaus auf die Wirkungszusammenhänge und Lernprozesse zu blicken, die durch das Virus aufgedeckt, aber nicht beantwortet werden. Daher soll zunächst kurz dargestellt werden, welche Phasen in heuristischer Absicht ausgemacht werden können. Dabei sollen wichtige Ansätze einer nachhaltigen Auseinandersetzung zusammen mit entsprechenden praktischen Folgerungen angesprochen werden. Zudem wird das Schwergewicht auf sport- und gesundheitsbezogene Aktivitäten gelegt, um deren gesellschaftliche Bedeutung im Zusammenhang zu betonen.

1. Phase eines plötzlichen Gewitters: Die Krise begann fernab und entwickelte sich dann als „Monsterwelle“ (freak wave). Weltweit wurde zunächst problematisiert, wie schnell sich Infektionen ausbreiten und ob ausreichende Kapazitäten der Akutbehandlung bereitstehen. Der akute Fall dominierte die Bearbeitung in Form von Schadensbegrenzung und -bekämpfung, vor allem in biologistischer Sicht auf Zusammenhänge. Zunehmend gab es verallgemeinerte Anweisungen (Abstand-halten, Händewaschen, Masken nutzen), mit denen unmittelbare Betroffenheit abgewehrt werden sollte, ohne gemeinsame und differenzierte Betroffenheit in den Mittelpunkt zu stellen. Kennzeichen waren diffuse Ängste und soziale Isolation, begleitet von Zeichen besonderer Sorge.

Bewegung und Sport erschienen als naheliegendes Feld mit größerer und evidenter Gefährdung (Kontaktdichte), aber auch mit einfacher Bearbeitung. Die besonderen Aufgaben und Verantwortungen präventiver, sportlicher Maßnahmen blieben abseits.

2. Phase der Einrichtung: Die Probleme gewinnen an regionaler und nationaler Intensität und die Seuche wird in einem durchschnittlichen Umfang der Infektionen berechnet und mit einem gesetzten Schwellenwert (Inzidenz) bewertet. Es herrscht eine gefilterte Betroffenheit, die sich im konkreten Umgang mit Schutzmaßnahmen v.a. technischer Natur äußert. Abstand und Home Office lässt die Menschen sich einrichten in der Krise. Die Dringlichkeit fokussiert weiter auf „Ausrottung“, Prävention wird ein wenig angesprochen.

Sportbezogene Hinweise veranschaulichen z.B. ‚Online-Life-Training‘ und fügen sich ein in Planungen, mit denen die Auswirkungen abgefedert werden sollen. Zugleich wachsen Unsicherheiten bezüglich der zeitlichen Dimension.

3. Phase der lockeren Verschiebungen: Es gibt Lockerungen der prinzipiellen Akut-Orientierung. Maßnahmen konzentrieren sich auf Hygiene-Konzepte. Bestandsaufnahmen der spezifischen, regionalen oder demografischen Wirkungen geraten in den ängstlichen Blick (Risikogruppen; v.a. bez. Vorerkrankungen, ‚Hotspots‘, unterschiedliche Erkrankungsformen und -verläufe). Damit verbunden wird beliebiges Verschieben von Verantwortlichkeiten und von Maßnahmen. Hoffnungen auf ein ‚status quo ante‘ stehen neben ‚fake news‘ und hilfloser Bearbeitung (Verschwörungstheorien, Sündenbockstereotypen).

Sportliche Aktivitäten werden als Ausbruch aus dem Lockdown vorgezeigt und begrüßt, ihre organisierte Form ansonsten vermisst oder gar misstrauisch beäugt (Ausnahmeregelungen für Profi-Sport).

4. Phase der dilatorischen Umsetzung: Zwar kommt eine zweite und dann eine dritte Welle heran, jedoch mit nicht analysierten Konturen. Die Diskrepanz zwischen wissenschaftlicher Analyse auf biologischer Basis und praktischer Umsetzung in verschiedenen Einheiten (Länder, Kommunen, Einrichtungen, Firmen, Altersgruppen etc.) wächst. Es herrscht eine Betroffenheit mit unterschiedlichen Abwägungen der Folgen in pathogenetischer, sozialer und politischer Hinsicht, die wiederum Eigenverantwortung ebenso einfordert wie hintertreibt. Es gibt vage Hoffnungen auf Behandlungen durch Medikamente und ausgewiesene Hoffnungen auf Impfstoffe. Die Illusion der „Ausrottung“ (Beherrschung) der viralen Bedrohung wird widersprüchlich angetrieben durch weitere Rückfälle und Unsicherheiten (Mutanten). Die Spaltungen der Betroffenheit wachsen global und sozial. Es findet eine breite und verhärtete Diskussion über Zumutungen (Einschränkung oder Wiedererlangung von Grundrechte sowie von verallgemeinerbaren Verhaltensauflagen) statt.

Sportliche Aktivitäten geraten angesichts von wachstumsorientierten Anstrengungen ins Hintertreffen. Sport spiegelt die Spaltungen (virtuelle Show elitärer Präsentationen bzw. individuelles Nachahmen virtuellen Vorturnens, Outdoor- und Kontakt-Sport).

5. Kurzsichtige Phase einer scheinbar anstehenden Überwindung: Nach unsystematischen Öffnungen und Schließungen, regionalen und zentralen Regelungen oder Zuständigkeiten, Priorisierungen und Wertigkeiten etc. liegt der Fokus auf einem ‚Weg zurück‘. Dies wird vor allem mit beschleunigten Impfungen untermauert. Eine dauerhafte Einstellung in der Bürgergesellschaft zum Leben mit dem Virus wird als Aufgabe benannt, aber weiter neoliberalen Wirtschaftsinteressen untergeordnet.

Die Anerkennung sportlicher Aktivierung als Ressource wird gefordert, aber nicht selbstverständlich praktisch wirksam. Die Verbindung zwischen Bildung und Sport durch Lernhabitus wird vor allem für den Nachwuchs gefordert, aber der Weg zurück zu einer ‚Normalität‘ ist schwerlich zu begehen. Die Verständigung auf Relevanz sportlicher Aktivierung für gesellschaftliches Miteinander im gesunden Bildungsauftrag bleibt zurückgestellte Aufgabe.

6. Dilatorische Phase als Überwindung: Nach wiederkehrenden Entlastungen der Infektionen und Krankheitsverläufe vor allem durch Impfkampagnen wird der gesellschaftliche Blick auf Lockerungen gelenkt. Unterschwellig kommen hinzu: international rigoroser Sozialdarwinismus, der die Pandemie in ‚modernisierten‘ Gesellschaften über Verteilung von Impfmöglichkeiten aufspaltet und sich nicht um schwierige Verhältnisse ‚anderswo‘ kümmern muss; versteckte Hoffnung auf differenzierende Herdenimmunität - zusammengesetzt aus ‚vollständig Geimpften‘ in Risikogruppen, weniger Gefährdeten in jüngeren Gruppen und selbstverschuldet Infizierbaren mit geringem Risiko. Konzentration auf wirtschaftliche Folgenbewältigung durch wirtschaftliches Wachstum dominiert wie gehabt.

In der sportlichen Wirklichkeit greift eine erstaunlich unverhohlene Trennung zwischen Breitensportlicher Beliebtheit mitsamt verschlechterten Bedingungen (Sportstätten, Ausbildung, ehrenamtlichem und elterlichem Engagement, öffentlicher Aufmerksamkeit etc.) auf der einen Seite und ebenso maß- wie rücksichtslosem Treiben wirtschaftlicher Interessen in der Elite (Events, Zuschauer, Berichterstattung).

7. Beobachtung des Wartezimmers: Der Impfvorgang stockt, weil kulturelle Erfahrungen und soziale Rücksicht nicht im kulturellen Habitus verankert wurden. Impfdosen, vor einem Jahr umkämpft, werden verschenkt. Irritationen kommen hinzu, im Umgang mit Mutanten, mit akuten und späten Krankheitsfolgen. Es gibt innergesellschaftliche und internationale Spaltungen statt Vereinheitlichung der Zivilisation. Sogar großangelegte Menschenversuche finden u.a. in England statt – gedeckt durch Mäkelei an der Inzidenz, versteckt durch Forderung nach breiterer Basis von Information und Entscheidung, vernebelt durch fachliche Konkurrenz in wissenschaftlicher Verständigung. Dazu kommt wachsender Druck des nahen Wahlkampfes, in dem Vordrängen als Stärke und Besonnenheit als Schwäche daher kommt. Die besondere Bedeutung der Jugendlichen und Kinder wird behauptet, aber real durch wirtschaftliche Interessen (Lücken in beruflicher Bildung, Arbeitskräftemangel) an wirtschaftliches Wachstum (nur keinen Lockdown!) gebunden. Mangelnde Rücksicht und Verantwortlichkeit auf einer sozialen Basis äußert sich in Forderungen nach ‚niedrigschwelligen‘ Impfangeboten, in den praktischen Problemen der Testungen oder in den Diskussionen über Rechte für Geimpfte oder Beschränkungen von Nicht-Geimpften. Andererseits wird anhand von ‚Impfdurchbrüchen‘ an die Einsicht erinnert, dass Impfung nicht das Allheilmittel ist und im ‚Bündel der Maßnahmen‘ das Virus nicht ‚ausgerottet‘ wird, wohl aber seiner bedrohlichen Wirkung vorgebeugt werden kann.

Gesundheitsfördernde und stärkende Wirksamkeiten erhalten (noch) keine bedeutende Aufmerksamkeit. Die Bedeutung sportlicher Aktivierung wird weiter individualisiert und mit diffuser Eigenverantwortung marginalisiert. Nachhaltigkeit wird sogar ökonomisch gefordert, aber sportliche Aktivierung kommt nicht vor. Große Events täuschen einen Zugang zur Sportlichkeit vor, bewirken aber eher eine Distanz, weil der Zusammenhang zwischen eigenen Anstrengungen und elitärer Show fehlt und weil die Leistungsorientierung ohne faire Vergleichbarkeit keine gesellschaftliche Leitfunktion entwickelt. Traditionelle Vereine und Sportarten verzeichnen einen faktischen Rückgang von Sporttreiben bei zugleich steigender Nachfrage nach angeleitetem Treiben. Die Bürokratisierung der Pandemie-Bekämpfung lähmt die praktische Wirksamkeit kollektiver Aktivierung. Der brachliegende Hochschulsport trifft im nationalen Vergleich besonders die Bremer Konstruktion (Abhängigkeit vom Kurssystem und entsprechenden Einnahmen).

8. ‚Nichts gelernt und nichts vergessen‘. Mit dem Ende der Ferienzeiten und dem Beginn der kalten Jahreszeit schwappt die vierte Corona-Welle, vor allem der Ungeimpften, durch das Land - und vor allem dort, wo die Delta-Variante verfestigte Zuschreibungen und einen Glauben an dilatorische Problembehandlung vorfindet. Die Virus-Übertragung auch durch Geimpfte dynamisiert den Gefährdungszusammenhang, was sich in ‚Durchbrüchen‘ und auch durch Infektionen mit wenigen Symptomen zeigt. Auch internationale Beispiele zeigen ein buntes Wirrwarr von verkündetem Ende der Pandemie über Zurückrudern bis hin zu postkolonialen Ignoranz. In Deutschland bringen Dringlichkeit der ‚Hospitalisierung‘ und erkennbare Aufspaltung nach 2(3)-G erstmals Impfpflicht-Argumentationen auf die Tagesordnung. Die Prävention aber bleibt Nebenschauplatz. Wieder wird nach fast zwei Jahren Pandemie keine wirksame Verbindung von kollektiv-globaler Gefährdung und gemeinsam-eigenverantwortlicher Bearbeitung mitsamt moralischer Impfpflicht und weitsichtigen Folgerungen hergestellt. Stattdessen wird mit strengeren Maßnahmen in Betrieben, Gaststätten oder Kultur-Veranstaltungen für Nicht-Geimpfte operiert und zugleich Illusionen der Normalität für doppelt und dreifach Geimpfte bestärkt. Die Drohkulisse gegen Impfverweigerer (‚Tyrannei der Ungeimpften‘) bringt keine akute Entlastung, erschwert jedoch kollektive moralische Verpflichtung. Besonders dringlich wirkt die neuerliche Aufspaltung von Gefährdung – in der 4. Welle nicht nur

bezüglich ‚vulnerablen‘ Gruppen, sondern auch von Kindern und Jugendlichen, v.a. in KiTas und Schulen. Zunehmend wird eine rechtlich abgesicherte allgemeine Impfpflicht in die Debatte gebracht, ist aber durch regionale Besonderheiten in Zahlen und Kulturen nicht leicht umzusetzen. Die nicht wirklich und praktisch gelösten Probleme und die fehlende einheitliche Strategie werden zudem parteipolitisch instrumentalisiert und ausgeschlachtet. Die Drohkulisse einer neuen, komplizierten Mutation drängt erneut, schürt aber auch Ängste.

Im Sport wird die Situation durch einfache Öffnungen und Präsenzangebote schwieriger, weil keine strukturelle Verantwortlichkeit greift. Praktisch häufen sich eher Alibi-Maßnahmen nach AHA-Regeln. Die Aufnahme des Spielbetriebs erfolgt in vielen Sportarten mit weniger Aktiven aber mit breiter Streuung. ‚Laxe‘ Kontrollen bestärken ein unterschwelliges Unwohlsein. Wirtschaftlich laufen Unterstützungen (Kurzarbeit, Überbrückungshilfen) aus und drängen zusammen mit Lehrveranstaltungen zum Präsenzbetrieb. Die gesundheitlichen Belastungen in der fast zweijährigen Pandemie führen zu einem enormen Andrang zu den Sportangeboten. Für Verwirrung sorgen angesehene Beispiele (Stars in Fußball, American Football) mit einem verschämten und provokativen Unterlaufen der Maßnahmen in der Praxis.

9. Sündenböcke und Gewöhnung. Experten richten sich ein in eingestandener Beschränktheit, da die Erwartungen von eindeutigen Befunden wie auch die Hoffnungen auf definitive Einflussnahme nicht zu erfüllen sind, denn *„Varianten und Mutationen des Virus kamen dazwischen“* (WK 29.12.21). Gleichwohl gilt ihr Vorwurf denen, die *„lieber pseudo-wissenschaftlichen Theorien als gesicherten Fakten“* glauben. Sie setzen *„Vertrauen gegen Verunsicherung, Hoffnung gegen Angst“*, wohl wissend, *„dass wir noch länger durchhalten müssen“*. Zwar konnten mehr als sieben Millionen Menschen in einer Woche kurz vor Weihnachten 2021 geimpft werden und die Zahl der Auffrischungsimpfungen stieg rapide an, doch fand die Hoffnung auf ein baldiges Ende der Pandemie wenig sachlichen Halt. Fraglich waren die ‚Boosterlücke‘ und die nachlassende Immunisierung angesichts der aggressiven Omikron-Mutation. Dabei zeigten sich die Schwächen ‚rationaler‘ Registratur, weil Inzidenzwerte und Hospitalisierungsgrade immer weniger über die tatsächlichen Gefährdungen aussagen. Erkannt jedoch wurde nur zeitweise, dass allgemeine Schutzmaßnahmen wirkungsvoller als Impfungen sind. Hier deutet sich eine mögliche Wende an hin zu komplexeren Erfahrungen einer ‚Syndemie‘ und zu wirkungsvolleren Bewältigungen der Pandemie. Leider wurde diese Möglichkeit wieder überlagert durch die Debatte über Impfpflichten, deren Effektivität bereits zu Beginn der Pandemie blockiert wurde und in der schließlich sogar ein zuständiger FDP-Gesundheitsexperte für eine Impfpflicht votierte, ‚um das Krankenhaus zu schützen‘.

Während aufdringliche Werbung die sportliche Bewegung im Home-Office anpreist, steht der organisierte Sport ein weiteres Mal dabei, wenn sich eine Tür nach der anderen schließt und selbst Trainingslager gefährdet und gefährlich sind. Nicht gelöst ist die Problematik, dass Vereinssport in Präsenzveranstaltungen erlebt und wirksam werden muss, diese aber einfach allgemein zur Disposition stehen, wenn die nächste Welle der Infektionen anrollt. Sportangebote sind lediglich (vorübergehend) für doppelt oder dreifach Geimpfte und Genesene zugänglich, weiter eingeschränkt wegen Kontakten oder Belüftung etc. Fraglich ist, wie sehr *„Digitalisierung“* künftig *„das durch real bewegende Körper und direkte Kommunikation konstituierte Feld des Sports“* (Hajo Schulke) prägen kann. Einstweilen dominiert eine hilflos erscheinende, abwartende Haltung des organisierten Sports in LSB oder adh. Differenzierte und flexible Angebote, die gemeinsames Sporttreiben in der Pandemie zulassen, sind für den Aufbau von Bewältigungsfähigkeiten gefordert, müssen aber noch ausgearbeitet werden.

10. Lockerung ohne Lösung. Die vierte Welle scheint zunächst gebrochen und die Infektionen steigen dann in neue Höhen; die Hospitalisierung geht zunächst ins Bedeutungslose und blockiert dann ‚systemrelevante‘ Berufsausübung. Selbst wenn 200-300 Menschen in Deutschland pro Tag an oder mit dem Virus sterben (weltweit an die 6.000.000) wird im Wesentlichen ein ‚milder Verlauf‘ der Erkrankung festgehalten. Dabei mehren sich Berichte über die Belastungen durch ‚long-covid‘, wobei häufig hartnäckige Erschöpfung, Kopfschmerzen, Husten oder kognitive Schwierigkeiten festgestellt werden, schwere Fälle häufiger bei Frauen, oft noch Monate nach einer Infektion. Auch mit neuen, ebenso hoch ansteckend wie weniger schädigenden Varianten des Omikron-Virus (BA.2) wird die versteckte Orientierung auf Herdenimmunität befördert. Beides wird zudem gerne mit dem Selbstbetrug garniert, dass „die Sars-Cov-2-Erkrankung ganz neu war“ und „ganz neu erforscht werden“ musste. Die Sicht auf unklare Gefährdungslagen befördert auch eine oft angesprochene, aber wenig bedauerte Abwertung personenbezogener Dienstleistungen (Pflege etc.) und damit der sozialen Dimension der Pandemie. Es stört nicht sehr, dass die bisherige statistische ‚Registratur‘ die Probleme nicht mehr verlässlich erfasst und die Arbeit der Gesundheitsämter aber einseitig vereinnahmt. Die epidemiologische Kompetenz erhält dann eine problematische Personifizierung durch einen Minister, der einfach vor einer neuen Welle warnt, bereits ‚verbrannte‘ Muster ohne Wirkung aufruft und nicht politisch überzeugt. Die mobilen u.a. Impf-Angebote (‚vor die Haustüre‘ und mit Novavax) erreichen wenige und v.a. wenige Impfgegner. Die zwei Jahre lang prägende Hoffnung auf ‚Normalisierung‘ verschwimmt und eine Vorstellung, was denn ‚normal‘ sein soll, gleich mit. Unklar ist, wie bei andauerndem Infektionsgeschehen durch nachlassenden Impfschutz, neue Mutationen und zunehmende Impfdurchbrüche ein „Leben mit dem Virus“ aussehen kann. ‚Bagatellisierung‘ durch ‚Grippalisierung‘ wird befürchtet. Eine übergreifende gemeinsame Basis für gesellschaftliche Bearbeitung der Pandemie und für wohlverstandene, dauerhafte Prävention ist ebenso nötig wie zerbröselt.

Zunächst erfolgte die einfache Aussetzung des einfachen Wettkampes in allen Amateursportarten. Dies bremst eher den Ansporn zu sportlicher Aktivität, bremst aber auch die präventiven Wirkungen derselben. Das Augenmerk konzentriert auf Großveranstaltungen, v.a. im Bundesliga-Fußball. Hier wird der Gegensatz zwischen den Öffnungen und Lockerungen in Stadien etc. einerseits und den Infektionen ganzer Fußballmannschaften andererseits besonders drastisch. In der alltäglichen Praxis von Sportvereinen wirkt gleichwohl die Priorisierung von Präsenzangeboten dahingehend, dass möglichst auf niedrigerem Niveau einfach weiter gemacht wird. Hoffnungen richten sich auf die Rückkehr zu Vor-Pandemie-Zeiten. Sie überlagern Überlegungen zu Lehren aus der Pandemie und Folgerungen für Bedeutung des Sports. Beschränkte Wirkung haben allgemeine Initiativen, die vormundschaftlich daher kommen, so das „Rezept für Bewegung“ des DOSB mit Bundesärztekammer und Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention.

11. Warnung gegen den Wind. Die Zahlen fallen und steigen, sie sagen nicht wirklich viel. Und wie Kinder sich verstecken mit der Hand vor den Augen, so wird Mitte 2022 die Pandemie wahrgenommen. Die großen Veranstaltungen, Festivals, Meisterschaften oder Demonstrationen und Hochzeiten finden einfach statt, auch wenn der zuständige Minister wieder warnt, dass alles das kommt, was niemand wissen oder kaum jemand hören will. In dem Sommer 2022, der gesellschaftlich geprägt wird von allgemeinem Unwillen und politischem Durcheinander, werden subjektive Sichtweisen in Ignoranz oder unbekümmerter Rücksichtslosigkeit ausgelebt. Wissenschaftliche Kompetenz ist zerstritten. Verhaltensmediziner*innen schätzen genaues Beobachten und Unterstützung, wollen erkennen, was Betroffene brauchen, um „für sich selbst einzustehen“ (Sonja Lippke). Epidemiologen fordern weitere Datenerhebungen, Virologen sehen erst Entwarnung, dann kommen unerwartete Virus-Varianten

dazwischen, der Präsident der Bundesärztekammer hält die Lage für beherrschbar, der Minister glaubt an große Schwierigkeiten im Herbst und die Länder fordern Klarheit vom Bund. In der Wirklichkeit steigt die Zahl der Infektionen bereits, werden Operationen wieder verschoben, fehlen ‚systemrelevante‘ Arbeitskräfte, zugleich wird weniger getestet und Long-Covid bereitet große Sorgen. Schließlich verschwimmen die Konturen der Pandemie in Vernichtungskriegen, Gaskrise, Klimawandel, Hunger, Geldentwertung und autoritärer Gewalt. Mittlerweile im Dämmerlicht stiegen die absoluten Todesfälle infolge Corona enorm. Im ersten Jahr der Corona-Pandemie zählte das RKI 136 Tote infolge einer Covid-19-Erkrankung, in 2021 stieg die Zahl auf 274. Allein im Juli 2022 starben über 200 Menschen. Allerdings wird derzeit daran gearbeitet, die Todesumstände besser zu differenzieren – als ob das die Trauer reduziert und die Prävention überflüssig macht.

Die Pandemie brachte im Winter 2020/21 zunächst Mitgliederverluste (etwa 10%) in deutschen Sportvereinen und einen Stillstand in den Hochschulsportangeboten. Die mit abgestuft auslaufender staatlicher Unterstützung auf den Sommer hofften. Im 2022 verzeichnet der organisierte Sport kaum einen weiteren Mitgliederschwund. Deutlich meldet sich ein allgemeiner Bedarf, der jedoch bei sinkendem ehrenamtlichem Engagement und Personalnot bei Übungsleiter*innen zu praktischen Schwierigkeiten führt. Deutlich wird eine Spaltung zwischen Generationen und Sportarten. Hier wirken veränderte und nachlassende soziale Bindungen, die medial angefeuert werden durch Bestrebungen, die der Logik gewinnorientierter Professionalisierung die Aufmerksamkeit in Beschlag nehmen (so das Gezerre um Lewandowski, die Bemühungen von zwölf Spitzenklubs um eine elitäre, abgeschottete Super-League; bzw. die wenigen globalen Großereignisse, die hauptsächlich weltweit vorgezeigt und vermarktet werden). Sportliche Leistungen sind immer weniger vorbildhaft verallgemeinerungsfähig, können also nicht eine relative Aktivität in Bezug zu Alter, Lebensumständen, körperliche Bedingungen etc. im Vergleich würdigen. Stattdessen werden Sportereignisse im Fernsehen von einer ehemaligen DDR-Schwimmerin moderiert, die weiterhin dreist die nachgewiesene Dopingkarriere leugnet. Oder aber es wird ausgiebig die Tour de France gezeigt, in der kaum ein Fahrer diese Tour ohne leistungssteigernde Substanzen durchstehen würde. Auch das neuerlich eingesetzte Wundermittel Ketone belässt Radsport als dopingdurchseuchten Spitzensport, der sich einfach noch in dem Graubereich nicht aufgelisteter Substanzen versteckt.¹⁷ Dieser Sport weckt die Erinnerung an den Circus Maximus, der Zuschauer v.a. durch spannende Pferderennen, Faust- und Gladiatorenkämpfe und massenhaft distanzierte und zugleich begeisterte. Die fehlende Durchlässigkeit des Sporttreibens charakterisiert heute wieder, dass Sport von eigener Sinnhaftigkeit entfremdet werden kann.¹⁸ So bedeutete ‚Panem et circenses‘ bereits in Zeiten von Augustus und Tiberius eine politische Entmündigung der Bürger. O tempora o mores! Die Fußball-Weltmeisterschaft in einem autoritären, Menschenrechte verletzenden und Arbeiter ausbeutenden, fußballerisch wüsten Land ist düsteres Zeichen. Sinnhafte sportliche Aktivierung hat es schwerer als vor der Pandemie.

12. Abtauchen im Durcheinander. Zum Herbst 2022 wird die Pandemie komplizierter, aber sie scheint dabei ihren Schrecken zu verlieren. Gerade hat Joe Biden erklärt: „Die Pandemie ist vorbei“ und zugleich hinzugefügt, dass sie weiterhin ein Problem sei. Dieses logische Durcheinander findet eindrucksvolle Bestätigung nicht nur in weiterhin enormen Neuinfektionen (ca. 100.000 pro Tag) und in der Spitze 250 neuen Todesfälle am Tag, sondern auch in Klimawandel mit Überschwemmungen,

¹⁷ Siehe SZ Nr.159 v. 13.7.22 „Zaubertrank für Killerwespen“

¹⁸ Siehe z.B. am Beispiel der Leichtathletik-WM in den USA SZ Nr.161 v. 15.7.22

Trockenheit, Trinkwasserverknappung, Wirbelstürmen, Eisschmelze, Ernteaussfällen, in Energiesorgen, Flussverunreinigung, Flüchtlingswellen, Rechtsruck, Inflation, usw. und auch noch in einem despotischen Krieg, den Russland in zaristischen Träumen anzettelte sowie der Gewalt der Sittenwächter gegen Frauen im Iran. Anfang Oktober gewinnt der finale Schrecken in Gestalt atomarer Waffen an Kontur und überdeckt damit die Pandemie als ‚Nebenkriegsschauplatz‘. Allein, die Infektionen und Corona-bedingten Todesfälle haben in einer Sichtweise „den Scheitelpunkt“ überschritten oder geplante Lockerungen erscheinen selbstverständlich – trotz Oktoberfest. Einige Stimmen votieren gar für Lockerungen selbst bei Fallzahlen in Rekordhöhe, andere finden alles besorgniserregend. Durcheinander herrscht, was die Effektivität der beschlossenen und wiederholt neu oder nicht geregelten Maßnahmen betrifft. Es scheint tatsächlich eine gesellschaftliche Stimmung aufzukommen, wonach sich die Pandemie selbst erledigt. Helfen soll dabei eine bundesweite spezifische Masken- und Testpflicht in Zügen und medizinischen Einrichtungen, mit Ausnahmen. Ländersache sind weitere Regelungen für den Nahverkehr, Schulen etc., besondere Hygieneregeln. Die Regierung behauptet, zielgenau vorgehen und auf Schließungen verzichten zu können. Ob dies praktikabel ist, sei dahingestellt, eine allgemeine Stärkung gesellschaftlicher Verantwortung allerdings ist nicht gelungen. Weiterhin fehlen sorgfältige Forschungen zu Wirkungen und Akzeptanz allgemeiner Maßnahmen, die im Übrigen vornehmlich bezüglich Arbeitsbedingungen, finanzieller Anreize oder Vorteile, vulnerabler Gruppen oder leichter Zugänge positiv bewertet werden. Problematisch aber bleiben Überschneidungen mit sozialen Belastungen in der Energiekrise und im nahenden Winter. Eine Kieler Studie dämpft zu hohe Erwartungen, weil aus einer „*hohen Wirksamkeit einer Maßnahme nicht automatisch eine Empfehlung zur politischen Umsetzung*“ folgt, wie dies bei Schulschließungen der Fall war. So wird nun für eine ‚Eigenverantwortung‘ geworben, weil man ja wisse, „*was das Virus anrichten kann*“. Auch wenn „*die Corona-Datenlage .. weiterhin als ungenügend*“ gilt, wäre es „*an der Zeit, die Bevölkerung beweisen zu lassen, ob sie Eigenverantwortung übernehmen kann*“, denn „*Jeder und jede weiß, was zu tun ist*“.¹⁹ Wenn dem denn so wäre! – Und woher soll das verantwortungsvolle Wissen und Tun kommen? Jedenfalls nicht so ohne weiteres aus der seriösen Presse. Die SZ stellt vom 27.01.23 an keine Daten zur Corona-Lage zur Verfügung, weil Meldezahlen nichts taugen, immer weniger Infizierte die Testungen vornehmen, keine Stichproben vorliegen, regionale Unterschiede groß sind und die Menschen alltäglich zwar weniger auf Abstand achten, aber mehr Abstand zu der Pandemie praktizieren.

Sportlich ist die Aufhebung der Maskenpflicht und praktische Aussetzung aller Hygieneregeln selbstverständlich geworden. Infektionen und Corona-Warnungen werden nach Stadionbesuchen singulär registriert. Selbst die Begrüßung durch symbolische Berührung der Fäuste nimmt weiter ab. Anstrengungen der Landessportbünde, der Sportvereine, der Fachverbände treffen zunächst auf finanzielle Begrenzungen, dann auch auf mangelnde Aufarbeitung der Pandemie. Vor allem in den Bildungsbemühungen fehlen sachliche Bestandsaufnahmen, kritische Reflexionen und nützliche Orientierungen. Schulische und sportliche Bildung gehen nicht zusammen.

Während zu Beginn der Pandemie noch, wenn auch vereinzelt, zu vernehmen war, dass die menschliche Bevölkerung der Erde sich auf ein Leben mit dem Virus einstellen müsste, ist diese Einsicht zunächst im Frühjahr 2022 von einem Gerangel um Lockerungen bei einem anhaltend steigenden Infek-

¹⁹ Silke Hellwig im Weser-Kurier 17.10.22, S.2. Als Sokrates äußerte, „ich weiß, dass ich nicht weiß“ (was dummerweise immer als „ich weiß, dass ich nichts weiß“ zitiert wird), machte er auf die permanente Anstrengung aufmerksam, sich im Leben in Unsicherheit um Wissen (und Wahrheit) zu bemühen – gerade, wenn man gerne sicheres Wissen hätte – vom sicheren Tun ganz zu schweigen.

tionsgeschehen, dann von ausgefaserter Ignoranz bei sommerlich fallenden Ansteckungen überlagert – allenfalls hier und da unterbrochen durch nicht mehr ernst genommene Warnungen vor alten und neuen Wellen seitens eines politisch überforderten Minister. Die Position, wonach die moderne, vernetzte Gesellschaft nicht auf einen „Sieg“ gegen Seuchen aus ist, sondern (ähnlich wie bei Pest, Cholera, Malaria, Masern, HIV u.a.) eine gesundheitsbezogene Lebensweise anstrebt und vor allem auf Lebensbedingungen und Lernprozesse setzt, die eine Entscheidung für Gesundheitsförderung stützen, bleibt weltweit so schwach wie die sie tragende gesellschaftlichen Formierungen und Institution, bzw. wie die salutogenetische Ausrichtung in denselben.²⁰

Die Salutogenese ist auf Sinnhaftigkeit ausgerichtet und schließt die gesellschaftlichen Bedingungen wie auch die Varianten und Mutationen eines Virus ein. Die massiven Veränderungen moderner Verkehrs- und Lebensverhältnisse erleichtert die Ausbreitung von Infektionen. Und diese treffen sehr unterschiedliche Kulturen und Sozialitäten. Im April 2020 hielt der Medizinhistoriker Malte Thießen die Seuchen für „*die sozialsten aller Krankheiten. Sie treffen nie nur den Einzelnen, sondern immer die Gesellschaft als Ganzes.*“ Deshalb gehe es „*um die Grundsätze unserer Gesellschaft.*“ Er will die Seuchengeschichte genutzt sehen „*als Appell zur Versachlichung unserer Gegenwart.*“ (zit. Berliner Zeitung v. 10.12.22) Die Versachlichung ist allerdings abhängig von einer Problemorientierung, in der die Wirkungszusammenhänge nicht nur aufgelistet, sondern auch beurteilt werden. Stattdessen wird zu Beginn des Jahres 2023 die Pandemie für Deutschland per Dekret beendet und der nötige Diskurs verflacht. Die alte Logik der Bakteriologie entlastet mit der Entspannung der Pandemie. Vor allem der Beruf der unmittelbaren Fachleute, der Pflegekräfte, Sozialarbeiter, sogar der Lehrer hat enorm verloren. Zwar bleibt ein gewisses Unbehagen, aber die wirtschaftlichen Auswirkungen und Schwierigkeiten dominieren. Die übrig bleibenden Maßnahmen werden auf Eigenverantwortung oder gar auf die Betroffenen gewälzt. Die übrig bleibenden Maßnahmen sind eben nicht vom Bürger aus konzipiert. Die wirkungsvollen Maßnahmen (z.B. Lockdown) erscheinen nur als Zwang und ihre Aufhebung als Befreiung. Dazu finden die komplizierten Wirkungszusammenhänge wenig Verständnis und Platz in Medien und Öffentlichkeit.

Eine praktische Möglichkeit in dieser gesellschaftlichen Gemengelage besteht erfahrungsgemäß in der Konzentration auf einfache, allgemein und weltweit nachvollziehbare, subjektiv annehmbare und solidarisch wirksame, auf gutes und gelingendes Leben ausgerichtete Handlungen. Sportliche Aktivierung kann einen kleinen, beispielhaft nützlichen Beitrag, besonders zu sinnvoller Prävention und Lernprozessen, leisten.

II. Orientierung: Prävention und Bewältigungsfähigkeit

²⁰ Kommentatoren in seriösen Zeitungen demonstrieren den Widerspruch, entweder dem eigenverantwortliche Leben grundsätzlich zu überlassen, „*welche Vorsichtsmaßnahmen man treffen will und welche nicht*“, einschließlich der völlig absurden Folgerung: „*Die Minimierung des allgemeinen Lebensrisikos kann nicht dauerhaft die Aufgabe des Staates sein.*“ (Angelika Slavik, Süddeutsche Zeitung v.16.3.22, S.4) Oder eine Epoche hemmungsloser Marktwirtschaft zu überwinden, die mit Margaret Thatcher („*There's no such thing as society*“ 1987) den Staat aus möglichst vielen Lebensbereichen heraushält und „*die eigentlichen Probleme in einer auf messbaren Gewinn fixierten Logik: Erlösausfälle, Liquiditätsverluste*“ beiseite tut (Kia Vahland, Süddt. Zeitung v. 23.3.22, S.4). Dabei sprachen kluge Ärzte bereits vom 17. Jh. an von den Aufgaben der Medicinalbehörden (Gottfried Wilhelm Leibnitz), vom Volkseid als Mutter der Krankheiten (Johann Peter Frank) oder der „*Kunst*“ (und damit meinte man Kompetenz und Können), „*das menschliche Leben zu verlängern*“ (Christoph Wilhelm Hufeland).

Rückbesinnung, Herausforderung und Orientierung

Worauf verweist dieser Blick auf Phasen der Pandemie? Der Beitrag sportlicher Aktivierung hat keine klare, etablierte Abgrenzung, wird schnell in eine überkommenen Vorstellung von ‚Sport‘ vermengt; er sollte stattdessen in eine komplexe, prozessuale Vorstellung von gelingendem Leben, erfahrener Gefährdung und von Bewältigung eingeordnet werden. Diese Vorstellung kann in einem genaueren Begriff von ‚Prävention‘ gefasst werden, worauf noch einzugehen ist. Dieser Begriff muss heute gegen tradierte ‚Okkupation‘ neu bestimmt werden. Er muss gegen die Illusion prinzipiell beherrschter Eingriffe in die Natur nebst Vorbeugung möglicher Fehlsteuerungen oder lediglich reparierender Korrekturen, aber auch gegen eine Verwässerung in der Vorstellung von beliebig nützlichem Sporttreiben gewandt werden. Doch momentan scheint ‚Sport‘ – wie sehr sich dies auch in Sonntagsreden anders anhört – noch stärker unter die Kuratel wirtschaftlicher Interessen zu geraten. Und eine rein finanziell begründete sportliche Aktivierung hat wenig eigene inhaltliche Substanz, ist nicht profitabel und fällt unter Finanzierungsvorbehalte. Sie kann auch mit Bezug auf Arbeitsleistung wenig Aufmerksamkeit erwarten, bzw. wird einfach an den arbeitenden Menschen rückverwiesen. Unterstützung durch den telegen Hochleistungssport ist nicht direkt zu erwarten, wenn dies auch immer wieder mit mangelhaftem Verweis auf Vorbilder reklamiert wird.²¹ Doch sportliche Aktivierung erschöpft sich nicht in Vorbereitung sportartspezifischer Fertigkeit, sondern erhält spezifische Bedeutung durch den Bezug zu gesellschaftlichen Problemlagen, sozialwissenschaftlichen Kontroversen und sozialpolitischen Leitideen. Hilfreich zum Verständnis sind zwei bekannte und ausgewiesene Ansätze: des Lernhabitus und der Salutogenese.

Nach Pierre Bourdieu ist der Habitus das Leib gewordene Soziale. So kann die Einheit der Person, die Kohärenz ihres Handelns, schließlich ihre Identität als sozialer Akteur gemeinsam und in Wechselwirkungen erfasst werden. Demnach wird eine positiv behaftete Handlungsweise im Habitus sedimentiert, durch Einübung dann inkorporiert und zu einer Gewohnheit entwickelt, bzw. habitualisiert. Dieser Vorgang ist nicht angeboren, sondern erfahrungsabhängig – und er begleitet uns als biographischer Lernhabitus. So ist der **Lernhabitus** das Produkt inkorporierter sozialer Strukturen und treibt zugleich Lern- und Bildungsprozesse an, die wiederum auf die inkorporierten Strukturen und Persönlichkeiten wirken. Der Lernhabitus ist durchaus veränderbar, allerdings im Zusammenhang der sozialen Identität des Lernenden.²²

Nach Aaron Antonovsky beantwortet **Salutogenese** die Frage, *„wie Gesundheit entsteht, wie Menschen trotz Risiken gesund bleiben können und wie in der Praxis ihre Gesundheit gefördert werden kann. Das Modell basiert auf einem Verständnis von Gesundheit und Krankheit als Kontinuum, es soll Bewegungen auf diesem Kontinuum erklären“* (BzgA). Ausgegangen wird davon, dass Gesundheit einen eigenen Weg beschreitet und nicht als Abwesenheit von Krankheit (Pathogenese) verkürzt werden soll. Wahrnehmbarkeit, Machbarkeit und Sinnhaftigkeit sind, aufeinander aufbauend, die zentralen Markierungen auf diesem Weg, der zur Kohärenz, zum stimmigen und positiven Zusammenwirken führt. Angelehnt wird der praktische Einfluss von Verhalten und Lebensstil für Gesundheitsförderung und zugleich zur Bewältigung entgegenstehender Belastungen betont.

Beide Ansätze spielen in einem Begriff von Public Health eine besondere Rolle, der sich von Gesundheit als gegebenem Wohlbefinden absetzt. Wie ist die Bedeutung dieser Ansätze begründet? Einerseits stehen im November 2021 über 5 Millionen, im Februar 2022 über 6 Millionen Tote weltweit für die

²¹ Dies wurde in der zugespitzten vierten Welle z.B. durch die Auftritte von Joshua Kimmich und Markus Anfang anschaulich vorgeführt.

²² Vgl. G. Wolf, a.a.O

akute Problematik, andererseits führt diese aber auch die zeitliche Herausforderung menschlicher Existenz vor Augen: das notwendige Handeln in der Gewissheit zu sterben.²³ Notwendiges Handeln unterscheidet uns von Tieren: der Mensch ist zur Selbsterkundung gezwungen, muss aus seinem ‚Leib‘ heraus leben, kann über seinen ‚Körper‘ verfügen, muss sich mit den Widrigkeiten seiner Umwelt (zumal mit denen, die er selbst produziert) auseinandersetzen und ‚kann nicht leben, ohne ein Leben zu führen.‘ (Helmuth Plessner). Dies wiederum wirft anthropologische und ethische Fragen auf, worauf noch zurückzukommen ist.

Immerhin ist es angezeigt, die akute Gefährdung und Versorgung mit einer zeitlichen Dimension in Vergangenheit und Zukunft zu versehen. Es gilt die sportliche Aktivierung der Menschen unter Einbeziehung entstandener Behinderungen und sozialer Benachteiligungen, unter Berücksichtigung anstehender Verbesserungen, für Menschen mit Migrationshintergrund oder für ausländische Studierende, der Studierenden und der universitären Mitarbeiter*innen überhaupt, wieder anzugehen. Die Pandemie hat diese Aufgaben etwas überlagert, zugleich aber am Beispiel der ‚Risikogruppen‘ dringlich hervorgehoben. Und hier erweist sportliche Aktivierung die besondere, praktische Stärke: sie wirkt dauerhaft, überwindet Barrieren, fördert soziale Integration, legt eine gesunde Lebensweise nahe - gut begründet und zukunftsgewandt.

Während in den akuten Phasen der Krise vor allem die medizinische Versorgung und der ordnungspolitische Schutz im Mittelpunkt stehen mussten, darf das Krisenmanagement nicht gegen die weiteren Perspektiven und nachhaltigen Maßnahmen ausgespielt werden. Hierzu gehören zunächst die materiellen Bedingungen wie neue und sanierte Sporthallen und –stätten; dann auch kompetente Lehrkräfte und Übungsleiter, verständnisvolle Mitmenschen und funktionierende Peergroups, weiterhin zusammenhängende und spezifische Angebote für Bewegung, Ernährung und Sport. Dies betrifft, neben öffentlichen Einrichtungen wie KiTas und Schulen oder Betriebe, nicht zuletzt die Hochschulen. Inhaltlich verweisen die Krisenerfahrungen aber vor allem auf den Beitrag sportlicher Aktivierung in der individuellen Befähigung zu gesellschaftlich wichtigen Lernprozessen.

Sportliche Aktivierung verankert gesundheitsförderliche Lebensweise, die von Individuen praktiziert werden muss, in gesellschaftlicher Sozialisation und Konvention. Dies kann mit medienwirksamer Präsentation von sportlichen Spitzenwettkämpfen, sozusagen im Fernsehsessel, nicht erreicht werden (selbst wenn diese einen wirkungsvollen Resonanzraum bilden). Wie entstehen solche Konventionen und werden wirksam? Hier helfen ‚moralische Gemeinplätze‘ (Jeffrey Stout) wenig. Auch die Annahme einfach konkurrierender Konzeptionen des Guten befriedigt nicht. Gibt es tragfähige Verankerungen sportlicher Aktivierung in konkreten Lebensumständen, gemeinschaftlich und mit Verpflichtungen, mit der Einhaltung von Regeln und auch mit der Anerkennung von Tugenden, im gegenseitigen Lehren und Lernen?

Die Pandemie unterstreicht sicherlich die *„Chance zur Rückbesinnung auf die Idee des Sports als bewegendes soziales Miteinander mit mehr Bescheidenheit, Fairness, Respekt vor Spielern und Zuschauern, Achtsamkeit, Gesundheit, Selbstorganisation“* (Hans-Jürgen Schulke). Doch mit der Idee ist es nicht getan – und das Tun ist den Deutschen besonders beschwert.

Zunächst gibt es ausgewiesene praktische Wirkungen von Bewegung und Sport: Dazu gehören u.a. die neugierige Aneignung der Lebenswelt, die Ausbildung der Organsysteme, die körperliche Funktionstüchtigkeit, die soziale Interaktion, die Stärkung von Gestaltungs- und Bewältigungsfähigkeiten.

²³ Helmuth Plessner hat 1961 diese besondere zeitliche Bedingung betont: *„Nur der Mensch weiß, daß er sterben wird.“* (Philosophische Anthropologie.- Berlin: Suhrkamp, 2018, S.198)

Die meisten Aktivitäten können jedoch untereinander konfliktieren oder sich stützen, sprunghaft entwickeln oder stagnieren. Sie können auch in Widersprüchlichkeiten stecken bleiben, wenn aufrechter Gang und Haltung, wie zu Beginn des 19. Jahrhunderts, nicht nur zur freien Körperkultur, sondern zur militaristischen ‚Beherrschung wollüstiger Begierden des Körpers‘ mutiert. Aber wie auch immer können sportliche Aktivitäten zurückführen auf körperliche Lernprozesse und den Mut, sich seines Verstandes zu bedienen.²⁴ Sie können ausgerichtet werden auf Salutogenese, auf das kohärente Zusammenfügen von Wahrnehmbarkeit, Machbarkeit und Sinnhaftigkeit.

Die Pandemie ermöglicht jedenfalls auch die Rückbesinnung auf praktische, sinnvolle Bildungsarbeit, eine der schwierigeren Aufgaben. Denn das gute, gesunde, erfüllende Zusammenleben stellt sich nicht ein als Zustand, als alte oder neue ‚Normalität‘ und nicht als Abwesenheit von Krankheit, sondern ist eine dauerhafte praktische Aufgabe.²⁵ Und diese benötigt konkrete Möglichkeiten und Bedingungen – und sie benötigt Grundlegungen.

Aktuelles Wohlbefinden und dringliche Förderung

Noch wurde die Pandemie vom Frühjahr 2021 an bis Ende 2022 von akuten Problemlagen dominiert. Und stark ist weiterhin die Vorstellung, wonach Seuchen zu „bekämpfen“ und Viren zu „vernichten“ wären.²⁶ Doch dies deckt bereits wichtige Schwierigkeiten und Anforderungen auf, die nicht einfach mit der Pandemie kommen und gehen. Vor, in und nach der Pandemie hängen Entstehung und Verbreitung von Erkrankung mit den Bewältigungsfähigkeiten der betroffenen Menschen zusammen. Und dies wiederum wirft die Frage auf, woher diese Fähigkeiten stammen, wie sie aufgebaut und gestärkt werden können.

Es gibt eine lange Tradition gesundheitswissenschaftlicher Erfahrungen, die auf das Zusammenwirken von körperlichen, geistigen und sozialen Aspekten von Wohlbefinden und Gesundheitsförderung verweisen. Vertreter einer „sozialen Medizin“ haben zugleich darauf hingewiesen, dass die ärztliche Aufgabenstellung von Diagnose und Therapie eine sinnvolle Ergänzung findet durch die Untersuchung der gesundheitsförderlichen Erfahrungen, Lebensstile und Lebensbedingungen.²⁷ Die akute Krise verdeutlicht hier ein Kernproblem.

Auch dieser Kern wird bedrängt durch jene „*Diktatur des Dringlichen*“, die sich in den pandemischen Wellentälern vor allem in den Fragen nach dem „Unbedingten“, der schwierigen Hierarchisierung der Maßnahmen und dann in der regional zersplitterten Verbindlichkeit, ja im politischen Gerangel zeigt. Während zu Beginn der Pandemie noch ein starkes kollektives Verständnis gemeinsamer Anstren-

²⁴ Sehr anschaulich dargestellt wird diese Widersprüchlichkeit von Bernd Jürgen Warneken: Bürgerliche Emanzipation und aufrechter Gang. Zur Geschichte eines Haltungsideals.- In: Argument 1990, S.39-52

²⁵ „*Entscheidend für die Gesundheit ist eine sozusagen glückliche Leibhaftigkeit in dem Gefühlsbewußtsein, daß dieses Glück nicht konsumartig ein- oder auszuschalten, sondern nur leiblich selbst zu bilden und zu wahren ist.*“ (K. M. Meyer-Abich: Was es bedeutet, gesund zu sein. Philosophie der Medizin.- München: Hanser, 2010, S.135)

²⁶ Siehe die klare Argumentation zur Medizinphilosophie an verschiedenen Beispielen: „*Das Leistungsprofil der modernen Medizin bei akuten Störungen überstrahlt ihre Probleme...*“ ...*„dass es zur Kultur der heutigen Medizin gehört, Schmerzprobleme allein durch Beseitigung statt durch Bewältigung lösen zu können.“* ...*„weil die medizinisch-technische Beseitigung des Problems zu selbstverständlich geworden ist.“* „*Was Illich noch als Ent-eignung der Gesundheit beschrieben hatte, erweist sich heute als problematische Aneignung des Krankseins durch die Medizin.*“ (C. Borck: Medizinphilosophie zur Einführung.- Hamburg: Junius, 2016 , S.55f)

²⁷ Hierzu gehört auch die Erfahrung, dass „*gegen eine Krankheit eingesetzte Mittel .. selbst Ursache einer erschweren Bekämpfung*“ sein können und „*allzu simple Eingriffe in die Umwelt verheerende Folgen heraufbeschworen*“ haben (Robert Kurzban).

gungen zu verspüren war und allgemein verbindliche Maßnahmen legitimiert schienen, wurde die Rolle der Exekutive immer schwieriger. Ein Fokus auf vordergründige ‚Berechenbarkeit‘ verlor seine beruhigende Wirkung, weil lineare oder exponentielle Inzidenzzahlen keine einfache Einschätzung der komplexen Risiken erlaubten und weil die wissenschaftliche Basis in medialer Auffächerung der Sichtweisen und Gewichtungen verschwand. So war auch das Konzept von "Modellregionen" mangels wissenschaftlicher Begleitung zum Scheitern verurteilt. Was führt zur Begründung von allgemein verbindlichen Regelungen und exekutiven Maßnahmen, bzw. von Eigenverantwortung und moralischer Verpflichtung, auf welche Erfahrung können wir zurückgreifen?²⁸

Nach den Anfängen einer ‚medizinischen Polizey‘ zum Ende des 19. Jh wurde die öffentliche Gesundheitspflege in Deutschland 1869 formiert in der Absicht, staatliche Maßnahmen durch „*exakte Feststellung .. in Maß, Zahl und Gewicht*“ (Carl Reclam) zu begründen. Begleitet werden sollte industrielle Entwicklung, in der instrumentelles Denken mit Sozialdisziplinierung verschmolz. Michel Foucault hat die problematische Ausprägung und Überlagerung der ärztlichen Kompetenz durch ‚Medikalisierung‘ herausgearbeitet. Diese sucht nach geeigneter Lenkung und Nutzbarmachung des Lebens, das wiederum individuell „*in ein Normales und ein Pathologisches, ein Erfolgreiches und ein Irrtümliches, ein Vermögendes und ein Wertloses, ein Schützenswertes und ein Abzuwehrendes geteilt wird*“.²⁹ In der Folge trat ‚soziale Medizin‘ in den Hintergrund und der Siegeszug naturwissenschaftlich-klinischer Medizin förderte den Trugschluss, gesundheitliche Problemlagen (als Risiken) allein von den diagnostizierten Schädigungen aus zu erfassen und zu bannen. Die Pandemie demonstriert heute die widersprüchlichen Effekte: trotz anerkannt notwendiger Intervention konnte diese (‚ex post‘ orientiert) nicht passförmig strukturiert und vermittelt werden, sie fördert vielmehr soziale Ungleichheit und verlangt nach „sozialer Distanz“. Nötig ist eine andere, positive Grundlegung im Umgang mit pandemischer Gefährdung.

‚Gesunden‘: Kernaufgabe in Bewegung, Körper, Ausstattung und Entwicklung

Das Bewegen verbindet den eigenen Körper mit einem Fortgang und zugleich mit einem Zugang zur natürlichen und menschlichen Umwelt, was wiederum auf den Körper zurückwirkt, reflektiert werden kann und so Erfahrung zulässt. Solche Erfahrung hat eine Struktur, die anthropologisch verstanden werden kann.³⁰ Wichtig erscheint die früh betonte Basis: „*Der Mensch kann nicht leben, ohne ein Leben zu führen, d.h. ohne mit dieser seiner Existenz sich auseinanderzusetzen und sie nach irgendwelchen Vorstellungen, Normen, Idealen, Werten, Auffassungen zu gestalten. Und das zeigt sich eben in der Fülle der Kulturen, in der Fülle des geschichtlichen Wandels, das zeigt sich in der gesellschaftlichen Existenz, die ja nichts anderes letzten Endes sein kann als die Realisierung dieser Aufgabe.*“³¹

²⁸ Diese Frage wird mit Blick auf die Globalisierung, auf die Pandemie in ihrer wahren Gestalt, noch dringlicher. Fangerau/Labisch z.B. listen Maßregeln auf, die vor allem von einer WHO zu ergreifen wären, bei denen jedoch die WHO lediglich als Beraterin auftritt. (ebd., S.171f)

²⁹ M. Laufenberg: Sexualität und Biomacht. - Bielefeld: transcript, 2014

³⁰ „*Der Körper ist das erste und natürlichste Instrument des Menschen. Oder genauer gesagt, ohne von Instrument zu sprechen, das erste und natürlichste technische Objekt und gleichzeitig technische Mittel des Menschen ist sein Körper.*“ Marcel Maus: Techniken des Körpers.- (Frankfurt 1989, S. 205f) zit. J. Tanner: Historische Anthropologie.- Hamburg: Junius, 2004, S.127

³¹ H. Plessner: Philosophische Anthropologie (1961).- 2.Aufl., Berlin: Suhrkamp, 2019, S.22

Ernst Bloch hat Sport als solche Basis problematisiert, weil er mit vordergründigen Attributen vor-schnell als gesund angesehen und dabei missbraucht wird.³² Er hat aber die „wünschende, hoffende“ Kraft sportlicher Betätigung erkannt und als „Gesunden“ erklärt: *„Als eines nämlich, das gar kein Kranksein voraussetzt, das vielmehr das Verb, das Tun von Gesundheit selber ist, ein Heilen gerade ohne Kranksein.“* Dieses Verständnis von sportlicher Aktivierung gibt der Prävention den tiefen Sinn, *„daß ein Wille auf seinem Weg ist“*.

Prävention kann also nicht einfach, und schon gar nicht vorrangig, als ‚Vorbeugen von Krankheiten und Verringerung von Krankheitsrisiken‘ interpretiert werden.³³ Prävention setzt die Auseinandersetzung mit Erlebtem voraus - ohne Erfahrung ist Prävention beliebiges Hantieren. Erst in reflektierter Erfahrung hingegen ist eine Vorschau auf Anforderung und Berücksichtigung zwingend – und dies zeichnet den Menschen aus. Anthropologen verweisen auf Selbsterhaltung als natürliche Grundausstattung, beim Menschen als Lebewesen, *„das zu bedenken und zu besorgen“* hat. *„Der Leib erzwingt Selbstobjektivierung als Lokalisierung des Treffpunktes von Gefährdungen ebenso wie die Einschätzung der bedrohlichen Faktoren selbst unter Anerkennung dessen, daß entgegen dem Kinderglauben das Schließen der Augen sie nicht aus der Welt schafft.“*³⁴ So hat er gelernt, *„sich selbst ‚von außen‘ zu sehen, als Körper in einer körperlichen Welt“*, was einen entscheidenden Lebensvorteil in der natürlichen Umgebung verschaffte. In fortdauernder *„Verweltlichung durch Leiblichkeit“* kann der Homo Sapiens im aufrechten Gang über reine Selbsterhaltung hinausgehen. Die reflexive Vernunft erkennt sich selbst als Zweck. Es geht nicht nur um Selbsterhaltung, sondern um die *„Lust an der erhaltenen Existenz“*. Wenn allerdings das anthropologische Prinzip der Selbsterhaltung auf reine Selbstbehauptung reduziert wird, entsteht – vor allem im Zuge der Individualisierung - instrumentelle Vernunft mitsamt Risiken der Zerstörung von Natur und Gesellschaft, was gerade in Zeiten der Künstlichen Intelligenz sowie der einfach geforderten Digitalisierung befürchtet und nachgewiesen wird.³⁵

Der Körper, die Leibhaftigkeit des Menschen manifestiert eine weitere grundlegende Problematik, weil er in der Natur verhaftet ist und sich zugleich in eine Welt gestellt erfährt, *„in der sich physische, soziale, emotionale und kognitive Bedeutungen konstitutiv überlagern.“*³⁶ Diese Problematik³⁷ kann im Bedürfnis‘ widersprüchlich werden. Und dies verweist einerseits auf die mangelhafte Ausstattung des Menschen, andererseits auf eine Abhebung und Überhebung des Leibes.³⁸

³² *„In Kauf wird genommen, daß Sport in gebliebenen bürgerlichen Zuständen oft verdummt, also schon deshalb von oben gefördert wird.“* E. Bloch: Das Prinzip Hoffnung.-Frankfurt/M.: Suhrkamp, 1973, S.524, 525, 526

³³ So lautet immer noch die Interpretation in Standardwerken, z.B. B. Blättner; H. Waller: Prävention und Gesundheitsförderung.- In: dies. (Hrsg.): Gesundheitswissenschaften. Eine Einführung in Grundlagen, Theorie und Anwendungen.- 6. Aufl., Köln: Kohlhammer, 2018, S.198ff – mitsamt der merkwürdigen Unterscheidung von Primär-Sekundär-Tertiär.

³⁴ H. Blumenberg: Beschreibung des Menschen.- Frankfurt/M.: Suhrkamp, 2006, S.53, S.167

³⁵ P. Nemitz; M. Pfeffer: Prinzip Mensch. Macht, Freiheit und Demokratie im Zeitalter der Künstlichen Intelligenz.- Bonn: Dietz, 2020, S.279 – mit Verweis auf Horkheimer, Adorno

³⁶ H. Rosa: Resonanz. Eine Soziologie der Weltbeziehung.- Berlin: Suhrkamp, 2019, S.83

³⁷ Wie dies am Beispiel des Urinierens illustriert wurde: *„Der Augenblick des Bedürfnisses bringt also die Wahrheit des eigenen Körpers zutage: Er ist ein Ort polarer Spannungen, deren Extreme definiert werden durch ein ‚ausgeliefert sein‘ und ein ‚nicht akzeptieren können‘. Mein Körper ist mir ursprünglich als das Eigenste gegeben worden nur insoweit, als er sich als absolut unerwünscht erweist.“* (G. Agamben: Der Gebrauch der Körper.- Frankfurt/M.: Fischer, 2020, S.156)

³⁸ Der Leib birgt so im radikalen Denken Friedrich Nietzsches jenes ‚Menschlich-Allzumenschliches‘, das nicht länger auf eine irrationale Schöpfungsgeschichte angewiesen ist. So sieht Nietzsche eine Orientierung am ‚Leitfaden des Leibes‘, mit der eine menschliche Lebendigkeit zum Ausgangspunkt von kategorischer Vernunft angenommen und so über Kant hinausgegangen wird. (s. C. Borck, a.a.O. S.66ff)

Sicher, der aufrechte Gang als Resultat komplexer Anstrengung und Anspannung³⁹, in denen sich der Mensch selbst Instrumente der Bewältigung schuf, war biologisch zunächst „*kein erfolgreicher Versuch der Natur*“ und von Max Scheler als den „*organologischen Dilettantismus des Menschen*“ benannt. „*Der Mensch ist ein riskantes Lebewesen, das sich selbst mißlingen kann.*“ So beschreibt Hans Blumenberg widersprüchliche Selbsterfahrung in einer menschlichen Kultur, die „*ein Notprogramm zum Ausgleich von biologischen Ausstattungsmängeln*“ ist.⁴⁰ Sport erscheint gar als „*Flucht vor dem Zugriff der natürlichen Selektion*“, kommt allerdings zugleich als vernünftige Aufgabenstellung in den Blick. Im Bewusstsein, sterben zu müssen, wächst die Bedeutung „*präsumtiver, antizipatorischer, auch provisorischer Leistungen*“, mit denen Gefährdungen erkannt, erforscht und bewältigt werden können. Auch vernünftiger Sport ist ein Ort von Erwartungen und Erwartungshorizonten, ein „*Inbegriff präventiver Dispositionen und provisorisch-antizipatorischer Einstellungen.*“⁴¹

In dieser anthropologischen Begründung taucht ‚Prävention‘ vor allem als Auseinandersetzung mit möglichen Folgen auf, die mit der mangelhaften Ausstattung des Menschen unvermeidlich sind. Diese negative Konnotation korrespondiert mit der philosophischen Gewichtung des ‚Bösen‘ vor allem in ethischer Konsequenz und wirft die Frage auf, wieweit unser „*Vertrauen in die Welt erschüttert*“ ist, bzw. wieweit es durch Vernunftbegabung zu festigen ist.⁴²

Unter Einfluss der technologischen Weltsicht im 19. Jh. reichte es, Prävention als ‚Vorbeugen‘ zu definieren. Bis heute dominiert das rechtliche Verständnis, Prävention sollte „*einer unerwünschten Entwicklung zuvorkommen*“, worunter medizinisch v.a. Früherkennung zur Verhütung oder gegen Verschlimmerung fällt. Dieses Verständnis wurde durch den Nationalsozialismus biologistisch pervertiert und in dem wirtschaftswunderlichen ‚Wiederaufbau‘ (in dem das ‚wieder‘ weitaus mächtiger wirkte als der ‚Aufbau‘) von einer Ärzteschaft tradiert, die keine Neigung zeigte, sich der kritischen Reflexion ihrer gesellschaftlichen Verantwortung zu stellen. So formulierte Karl Kötschau, der 1938 noch verkündet hatte, dass „*der Schwächling .. nicht dazu da (ist), geschont zu werden*“ und es „*ein Gewinn für all wäre*“, wenn er dabei „*vorzeitig zugrunde*“ gehe, 1954 einen Auftakt der Gesundheitslehre, in dem er sich für Vorsorge und gegen ‚unberechtigte‘ Fürsorge aufstellte.⁴³ Im gleichen Jahr wurde „*die Sprechstunde des Arztes als Institut für präventive Medizin*“ proklamiert, weil „*eine Trennung zwischen präventiver und curativer Medizin überhaupt nicht durchführbar ist*“.⁴⁴ Verwiesen wurde darauf, dass es zwar Forschungen geben mag, aber die Praxis an den Heilauftrag des Arztes gebunden wäre; alleinige Aufgabe von Sozialversicherung und Staat wäre „*die angemessene Finanzierung der anfallenden Arzt- und Arzneikosten*“. Noch 1970 verstand die Ärzteschaft einen präventiven Auftrag, weil „*die Tätigkeit des Arztes .. mehr und mehr in den präventiven Bereich ein(dringt)*“ und der Arzt sich stärker mit dem gesunden oder gefährdeten Menschen zuwenden müsse.⁴⁵ Prävention wird als Aufgabe der Medizin von der Ärzteschaft festgehalten, vor allem um die Dringlichkeit der

³⁹ „*Die größte der menschlichen Verantwortlichkeiten, physisch wie sittlich, geistig-moralisch, ist die Verantwortlichkeit unserer Vertikalität. ... sagt Erwin Straus, ... wenn er von dem Tat-Charakter des Sich-Aufrichtens nicht nur beim Kinde spricht.*“ (H. Plessner a.a.O., S.46)

⁴⁰ H. Blumenberg a.a.O., S.550, 552

⁴¹ Ebd., S.561 u. 565: „*Der Inbegriff von Rationalität ist daher Prävention. Prävention ist Einstellung auf alles, was in einem gegebenen Horizont möglich ist.*“

⁴² Vgl. hierzu die kritisch anregenden Überlegungen von Susan Neiman: Das Böse denken. Eine andere Geschichte der Philosophie.- Frankfurt/M.: Suhrkamp, 2004, S.32f; S.469: „*Das Streben der Vernunft, sich in der Welt zu Hause zu fühlen, ist gleichzeitig die Weigerung, die Welt sich selbst zu überlassen.*“

⁴³ K. Kötschau: Der Einfluss des Christentums auf die Stellung und Einstellung des Kranken.- Nürnberg 1938; ders.: Vorsorge oder Fürsorge?- Stuttgart 1954; s. Milles/ Kerkhoff a.a.O., S.335, 364

⁴⁴ Monatskurse für die ärztliche Fortbildung. Zeitschrift für praktische Medizin 6/Nov. 1954

⁴⁵ Präventive Medizin 4/5, Frankfurt/M. 1970

Heilbehandlung abzufedern: die wachsenden medizinischen Erkenntnisse und Möglichkeiten sollten „auch über die Prävention den Menschen unseres Landes uneingeschränkt zugute kommen“. Gesundheitsvorsorge umfasste ärztliche Untersuchungen zur Früherkennung und entsprechenden Behandlung von Krankheiten. Dieses in die ärztliche Professionalisierung eingemauerte Verständnis sah keinen Raum für einen eigenen Weg zu Gesundheit. Immer noch ist es eine grundlegenden Aufgabe, das tradierte, ärztliche Verständnis von Prävention zu überwinden.

Auch die BZgA fokussiert zunächst auf primäre, sekundäre oder tertiäre ‚Krankheitsprävention‘ mit- samt der dümmlichen Unterscheidung von Verhaltens- bzw. Verhältnisprävention. Abgesehen davon, dass bislang alle möglichen ‚Überschneidungen‘, aber keine vernünftigen Differenzierungen⁴⁶ erkennbar sind, nützt der Verweise auf ‚mehrdimensional angelegte Kampagnen‘ wenig. Der Begriff „Prävention“ bekommt eine Verwässerung, mit der Maßnahmen nur katalogisiert und Sinnhaftigkeiten angehängt werden. Aus biologischer, pathogenetischer und therapeutischer Sicht droht gar „Prävention mehr Schaden anzurichten, als Gesundheit zu fördern.“⁴⁷

Aus technologischer und medizinwissenschaftlicher Erfahrung kann Prävention nicht sinnvoll bestimmt, wohl aber kann mit ihr durchaus die strukturierende Rolle der Auseinandersetzung mit dem ‚Übel‘, dem ‚Bösen‘ in der Welt angegangen werden, wie dies Susan Neiman vorschlägt. In dieser Auseinandersetzung gelingt es demnach, das Gewicht auf die moralische Seite zu verlegen. So wird die gute Absicht verfolgt, obwohl die komplexen Folgen unser Handlungen selten in unserer Macht liegen.⁴⁸ Die Absicht geht vor, aber um ein Übel wirksam zu bekämpfen, muss man es verstehen. Das Verständnis der Gefährdungen und des Übels ist ein Antrieb, nicht aber eine Klärung. Jedoch der Widerstand gegen den Zustand der Welt baut auf Gründe für das Leben in dieser Welt. Moralische Bewertungen entstehen im Verständnis des Übels und in der Auseinandersetzung mit demselben, sie werden sinnhaft in der Perspektive auf eine Verbesserung in dieser Welt. Die Konzeption des Salutogenese verweist so mit guten Gründen auf eine Sinnhaftigkeit, mit der unvollkommene Menschen sich um die Probleme in dieser Welt kümmern, sie verstehen, vorbeugen und verbessern wollen. Prävention hat einen Sinn, den „Menschen erringen müssen“ (Susan Neiman).

Insofern führt auch der Spruch ins Leere, der Konfuzius zugeordnet und gerne in der Suche nach Sinnhaftigkeit zitiert wird: *„Der Weg ist das Ziel“*, vor allem wenn damit versucht wird, Zielsetzungen nach Art der schwierigen *„Selbstverwirklichung des Geistes“*, wie dies Hegel vorschwebte, auszublenden. Zwar werden so deterministische Aspekte der ‚Prävention‘ relativiert, zugleich jedoch die erfolglosen Anstrengungen zur Lösung von Problemen wie auch die Gründe für das Leben in der Welt entwertet. ‚Prävention‘ sollte vielmehr Wirkungszusammenhänge verbinden, die – auch von den Folgen her - erfahren und erforscht werden können, mit moralischen Pflichten, die jeden Menschen in seiner Gemeinschaft sowohl mit aus Erfahrung vereinbarten Konventionen wie mit gut begründeten Handlungsorientierungen verbinden. Immanuel Kant hat hierfür den Begriff der ‚unvollkommenen Pflichten‘ gewählt, die nicht kategorisch, sondern praktisch zu verstehen sind. Prävention in diesem Sinn sollte immer konkrete Handlungszusammenhänge und Zielsetzungen enthalten, die wiederum auf kategorische Verallgemeinerungsfähigkeit hinauslaufen.⁴⁹

⁴⁶ Was ‚reine‘ oder ‚verhältnisgestützte‘ Verhaltensprävention von ‚reiner‘ Verhältnisprävention unterscheiden soll, entzieht sich dem praktischen Verständnis bzw. scheint ökonomisch nützliche Zuordnungen vorzugaukeln.

⁴⁷ Cornelius Borck, a.a.O., S.81

⁴⁸ Susan Neiman, a.a.O., S.125

⁴⁹ Kant führt in der Metaphysik der Sitten u.a. zwei, für vorliegendes Thema spannende Beispiele ‚unvollkommener Pflichten‘ an: Zum einen *„ein Talent, welches vermittelt einiger Kultur ihn zu einem in allerlei Absicht brauchbaren Menschen machen könnte“*, aber lieber dem Vergnügen nachhängt, allerdings *„als ein vernünftiges*

In den technologischen und medizinwissenschaftlichen Deutungen von ‚Prävention‘ dominieren hingegen mit verschiedener Unterstützung weitere Versatzstücke wie: Gesundheit ist Abwesenheit von Krankheit; die Diagnose bestimmt die richtige Handlung; die Nutzung von Naturgesetzmäßigkeiten legitimiert die Eingriffe in die Natur; Fortschritt, Gesundheit ist Leistungsfähigkeit; die industrielle Problembearbeitung birgt neue Probleme, geht aber mit vermehrten Bearbeitungsmöglichkeiten einher. Diese Versatzstücke sind durchzogen von kurzzeitigem Fortschrittsglauben. Sinnhaftigkeit wird leichtfertig mit verdinglichtem Wohlbefinden im Maßstab von Reichtum und Macht verbunden. Echte Sorge, Vorsorge und Förderung ist mit den Mitteln einer kurativen Medizin nicht zu haben.⁵⁰

Demgegenüber sollte die geschichtliche Dimension menschlicher Existenz in Generationen und im Anblick des Todes berücksichtigt werden. Prävention enthält rückblickende und vorausblickende Perspektive gleichermaßen. Sie benötigt verfestigte Normen und vermittelte soziale Anerkennung.⁵¹ Soziale und geschichtliche Dimension der Verständigung sind demnach eng verbunden: *„Im Prozess der Bestimmung des Inhalts übernimmt jede Generation verbindliche Normen („Bestimmung“ im Sinne von sui generis von Herstellen und Herausfinden). Vorausblickend betrachtet aber, verändert jede Generation die Normen durch die eigenen Einstellungen. Auf diese Weise können wir (im zeitlich ausgedehnten Sinne) rückschauend durch die von uns übernommenen Normen gebunden werden und sie zugleich vorausschauend herstellen.“*⁵²

Prävention gibt der Salutogenese also eine philosophische, vor allem historische und normative, Einbettung. Ihre erinnernde und vorausschauende Rationalität stellt sich als fortdauernde Aufgabenstellung dar, die rationale Prüfung und normativ Begründung einfordert.

Praktisch zeigt sich Prävention vor allem in zwei Dimensionen. Zum einen wirkt Prävention im Verhältnis zur Umwelt. Der reflexive Selbstbezug, der im Abstand des Menschen zu sich selbst ermöglicht wird, öffnet sich mit der Bewegung zur Umwelt. Die ‚Horizontstruktur des menschlichen Umfeldes‘ (H. Plessner) bewirkt eine ‚Weltoffenheit‘ des Menschen und hält zur Selbstbeherrschung und Kultivierung an.⁵³

Zum anderen ist Prävention anthropologisch auch als Zeitgewinn zu verstehen, der zwar durch die Gewissheit des Todes begrenzt ist, dabei zugleich verdichtet und hierarchisiert wird. Darin ist die Widersprüchlichkeit präventiver Ausrichtung verankert.⁵⁴ Zugleich wird allerdings mit dem eigenen Tod der Tod des/von Anderen, vor allem der Nachkommen, mitgedacht. ‚Miteinander‘ enthält immer auch Über- und Unterordnung ebenso wie Rücksichtnahme und Zuvorkommen.

Wesen .. notwendig (will), daß alle Vermögen in ihm entwickelt werden“. Zum anderen einen Mann, der andere mit Mühseligkeiten kämpfen sieht, aber keinen Beistand leistet, was wiederum *„sich selbst alle Hoffnungen des Beistandes, den er sich wünscht, rauben würde“.* (I. Kant: Die Kritiken.- Frankfurt/M. 2008, S.672f)

⁵⁰ So Cornelius Borck, a.a.O. S.88, der allerdings hier die Aufmerksamkeit *„auf den Individuellen Körper“* richtet und die kulturelle Prägung gegen das soziale Wesen ausspielt.

⁵¹ *„Der geschichtliche Prozess des Bestimmens begrifflicher Inhalte im Sinne der Vernunft ist ein Prozess sozialer Anerkennung.“* (R. Brandom a.a.O., S.1084)

⁵² Ebd., S.1087

⁵³ *„Aber, man sieht das ja auch wunderschön an Sportarten, sich sozusagen in die Gewalt zu bekommen und in der Gewalt zu haben und zu halten – also dieses instrumentale Verhältnis, sagen wir mal: beim Skilaufen oder beim Schlittschuhlaufen oder wo auch immer, oder beim Klavierspielen, ...- dieses also sozusagen Können-lernen und eine Sache in den Griff zu bekommen und im Griff zu halten, das ist etwas uns auf jedem Schritt Vertrautes.“* (H. Plessner a.a.O., S.116)

⁵⁴ Dass der Mensch um sein Ende wissen kann, verlangt – sieht man von Verlagerungen in ein Jenseits ab - proximale Verantwortung, dass er dann nicht mehr da sein wird, ermöglicht ihm, diese Verantwortung zu ignorieren oder zu abzuschieben.

Letztere gehören, in aller Widersprüchlichkeit, mit zum Instrumentarium der Prävention. Die präventive Ausrichtung menschlicher Erfahrung erfordert individuelle und kollektive Verantwortlichkeit. Diese stellt sich nicht selbstverständlich ein, sondern muss im ausgerichteten Handeln praktisch werden.

Prävention: Gesundheitsförderung aus Erfahrung und in Gestaltung

Die Pandemie macht auf eine tief verwurzelte Problematik der Prävention aufmerksam, die mit der ‚allmächtigen Zeit‘ und dem ‚ewigen Schicksal‘ (Goethe) zusammenhängt, also mit den Erfahrungen und Erwartungen wie mit dem Erwartbaren und dem Zufälligen, Unerwarteten.

Diese Problematik wurde vor allem mit der Hochindustrialisierung zum Ende des 19. Jahrhunderts in der Orientierung auf technologische Machbarkeit und Natur-Beherrschung virulent. Die Bakteriologie, v.a. vertreten in Deutschland durch Robert Koch⁵⁵, gewann im vorliegenden Zusammenhang, neben der Chemie und der Elektrizität, eine Vorreiterrolle. Die Bakteriologie formierte in dieser Zeit die Vorstellung, nur von biologischer Analyse auf die Bewältigung gesundheitlicher Problemlagen schließen zu können – und Koch wurde gefeiert wegen „Ausrottung“ gefährlicher Infektionen. Der Siegeszug der Bakteriologie wurde auch möglich, weil die komplexeren Wirkungszusammenhänge, die mit dem industriellen Eingriff und einer „Beherrschung der Natur“, z.B. in Form von hohen Schornsteinen, Flussverunreinigungen oder Giftverarbeitungen, auftraten, sozusagen naturwissenschaftlich zu bewältigen schienen und deshalb gesellschaftlich marginalisiert werden konnten.

Trotz der in Deutschland schwer belasteten Begrifflichkeit ist die vordergründig hoffnungsvolle Botschaft des bakteriologischen Ansatzes nach wie vor wirksam. Zu Beginn der Pandemie wandte sich eine Forschergruppe wieder gegen die Ansicht der meisten Fachleute, welche letztere davon ausgehen, dass Sars-CoV-2 nicht mehr verschwinden wird. Zwar wäre Sars-CoV-2 vergleichsweise deutlich schwerer zu besiegen als seinerzeit die Pocken, aber immerhin leichter als das Kinderlähmungsvirus. Anvisiert wird daher eine globale Ausrottungskampagne, wobei sogar weltweit Punkte auf einer „Ausrottbarkeitsskala“ vergeben werden. Neu entstehende Virusvarianten könnten mit angepassten Impfstoffen unschädlich gemacht werden. Problematisch wären v.a. aggressive, wissenschaftsfeindliche Bewegungen in der Bevölkerung.⁵⁶

Diese illusionäre, in der Hoffnung auf vollständige oder reparierende ‚Beherrschung‘ der Natur verankerte Sicht entlastet gerade menschliche Eingriffe, wie sie von Atomwaffen bis Klimawandel mit wachsender Sorge problematisiert werden. Im Grunde erhält die alte Weisheit, wie sie Johann Peter Frank 1790 als einer der ersten ‚Gründerväter‘ moderner Public Health formulierte, neues Gewicht: „*der größte Teil der Leiden, die uns bedrücken, kommt vom Menschen selbst.*“⁵⁷ Nicht Viren oder Dysfunktionen sind einfach ‚schuld‘ und müssen beseitigt werden, sondern es geht um den komplexen Umgang des Menschen mit den Lebensbedingungen und mit einem gelingenden Leben, mit Erfahrungen und Gestaltungen. Dies ist der Kern präventiver Gesundheitsvorsorge im Sinne der Ottawa-Charta der WHO.

⁵⁵ Zu den sehr problematischen Aspekten seiner Karriere (die heute die Namensgebung des führenden Public-Health-Instituts verunmöglichen müssten) siehe Ch. Gradmann: Krankheit im Labor. Robert Koch und die medizinische Bakteriologie.- Göttingen: Wallstein, 2005

⁵⁶ <https://www.stern.de/gesundheit/coronavirus-doch-ausrottbar--forschende-sehen-voraussetzungen-dafuer-30654628.html>

⁵⁷ Zit. Milles, Kerkhoff a.a.O., S.89

Die präventive Ausrichtung menschlicher Erfahrung ist auf vorhandene und mögliche Gefährdungen in einem weltoffenen, aber begrenzten Horizont ausgerichtet, beginnt mit Abwehr, sammelt Erfahrungen und sorgt sich um Zukunft. Im Grunde vereinigt Prävention zwei Perspektiven menschlicher Existenz:

- a) Der Blick wird auf Erfahrung gerichtet und gilt zugleich einer praktisch anwendbaren Bewältigungsfähigkeit, er sucht rational nach erkennbaren und zu beeinflussenden Wirkungszusammenhängen.
- b) Der Blick wird auf Erfahrung gerichtet und gilt zugleich einer zukunftsgerichteten Gestaltung, er sucht nach erhofften und begründeten, jedoch ungewissen Verbesserungen und nach gelingendem Leben.

Beide Perspektiven konzentrieren Prävention auf die strategische Wirksamkeit sozialen Handelns. Wobei die Wirksamkeit zugleich auf eine ‚Verwässerung‘ oder Abwertung, wie auf eine Verdichtung oder Aufwertung bezogen werden kann.

Abwehr durch Erkenntnis ist naheliegend, aber alleine nicht der Weisheit letzter Schluss. Die Dominanz biologisch-medizinischer Kompetenz stärkt heute weiterhin recht einseitig eine pathogenetische Sicht. Denn die akute Bedrohung richtet den Blick auf möglichen Schutz, der objektiv und materiell einzusetzen ist. Dies ist zunächst eine grundsätzliche Aufgabenstellung zivilisierten Zusammenlebens, was sich in Maßnahmen gegen Lärm, Vergiftungen, Erdbeben, Überschwemmungen oder Unfällen zeigt. Maßnahmen, wie den gebotenen Abstand zu halten, sollten in Zeiten von Corona auch unmittelbar einleuchten. Psychosomatiker⁵⁸ warnen allerdings vor einer Blickverengung, wenn das Psychische insgesamt vernachlässigt oder gar stigmatisiert wird. Naturwissenschaftliche Ausrichtung trägt zur Verkümmern einer Humanmedizin bei und hat Schwachstellen, wenn *„die einzelnen Faktoren einfach addiert“*, bzw. voneinander getrennt werden. Heutige psychosomatische Medizin *„geht davon aus, dass das für das Kranksein zentrale Erleben belastender Körperbeschwerden immer und von Anfang an eine untrennbare Mischung darstellt, mit wechselnd starker Ausprägung seiner Anteile.“* Gerade für Symptome im Zusammenhang der Pandemie (Long Covid) erscheint es wichtig, neben immunologischer und anderer biologischer Faktoren, *„Vorerfahrungen, Erwartungen, das Selbsterleben insgesamt der Betroffenen zu erheben und klinisch wie forschend zu berücksichtigen.“* Die psychosomatische Medizin kann deshalb die Betroffenheit als sinnvollen Ansatz verfolgen.

Ungewissheit stärkt die Angst und die Suche nach kausalen Zusammenhängen – dies forciert naturwissenschaftliche Analytik und wird durch große und immer genauere, allerdings immer retrospektive Ergebnisse bestätigt. Nun aber will der Mensch (*„in actio per distans“*) sich vorausblickend wappnen und zugleich den Einflussbereich ausweiten. Prävention ist so mehr als Vermeidung oder Abwehr, sammelt nützliche Erfahrung sorgt sich auch um zukünftiges Leben. Dies zeichnet den Menschen in seiner Entwicklung aus - in der verhältnismäßig langen Entwicklung zum Erwachsenen und in der gattungsgeschichtlichen Entwicklung seines Verstandes. Sicherlich war und ist dies kein Selbstlauf und nichts Lineares. Doch wenn von einem „Präventionsparadoxon“ die Rede ist, also von dem Phänomen, dass gerade erfolgreiche Maßnahmen der Prävention auch Zweifel an deren Notwendigkeit nähren, so ist damit nur ein unzureichendes Verständnis beschrieben (bei durchdachter Aufarbeitung würden nämlich auch selbst produzierte Wirkungszusammenhänge aufgedeckt und der Blick auch auf erhoffte Verbesserungen gelenkt).

Eine kritische Aufarbeitung der Prävention bedarf, wie dargelegt, der begrifflichen Konkretion. Prävention ist anthropologisch begründet, jedoch im Zusammenhang von Gesundheit verunklart. Ge-

⁵⁸ Im Folgenden nach Peter Hennigsen: Cancel Culture in der Medizin (SZ v. 22.2.23 S.10)

sundheit ist ein in Unkenntlichkeit strapazierter Begriff und Gesundheitsförderung wird zwar meist praktisch begriffen, aber nahezu beliebig in Fitnessstudios, Diätplänen oder Wohlfühloasen platziert. Die WHO hat Gesundheit abgehoben, als Wohlbefinden definiert und körperliche, geistige und soziale Wirkungszusammenhänge angenommen, ohne sie praktisch zugänglich zu machen. Vorgeworfen wird dieser Definition, dass „*sie geradezu die Realitätsprüfung ausschließt und die Verwechselbarkeit von Euphorie und Eudämonie begünstigt.*“⁵⁹ Die ‚Realitätsprüfung‘ deckt nicht nur praktisch wirkende Zusammenhänge auf, sondern beurteilt deren Sinnhaftigkeit.

In der (Corona-Virus-) Krise häufen sich gut gemeinte Vorschläge für Ernährung, Bewegung, soziales Miteinander etc.; es gibt aber auch immer wieder Beispiele besonders trauriger Rückfälle und Ignoranz (insbesondere von einzelnen ‚Potentaten‘). Gesundheitsbezogene Vorschläge machen vor allem dann Sinn, wenn sie subjektive Fähigkeiten und Verantwortlichkeiten einschließen, also nicht nur auf die Verhinderung einer spezifischen, gegebenen Problematik, sondern auf gestärkte Bewältigungs- und Gestaltungsfähigkeiten zielen. Solche Programmatik ist in salutogenetischer Gesundheitsförderung verankert, die nach den Lernprozessen und praktischen Aufgaben (Wahrnehmbarkeit - Machbarkeit - Sinnhaftigkeit) fragt. Die Pandemie lehrt, wie wichtig gesellschaftlich verantwortungsvolles Handeln ist, und hierfür kann die Verlagerung des Gewichts von akuter Behandlung zu salutogenetischer Gesundheitsförderung dienen.

In den Folgen der Corona-Pandemie gibt es deutliche Hinweise darauf, diese ‚Gesundheitssorge‘ (wie es in den Niederlanden heißt) in ihrer Komplexität auch derart auf persönliche Betroffenheit und Bewältigungsfähigkeit auszudehnen, wie sie in der Psychologie gefordert, aber in biologischer Ausrichtung hintan gestellt wird. Kranksein wird mit Blutwerten, Fieber oder Kernspintomographie festgestellt – nach dem Spruch, es gebe keine Gesunden, sondern nur unzureichend Untersuchte. Vor allem Long-Covid oder andere Erschöpfungssyndrome werden nicht ernst genommen. „*Nach einer zeitweiligen Öffnung der Heilkunde gegenüber den Psychofächern und den Geisteswissenschaften hat sich die Medizin wieder dem Biologismus unterworfen. ... Das wird den Leidenden im Lande nicht gerecht.*“⁶⁰ Die Chance, nein, die Notwendigkeit, Prävention von den Erfahrungen des Subjekts und der Bürger aus die gesundheitlichen Probleme zu identifizieren und Bewältigungen zu konkretisieren, scheint aus dem Blick. Prävention muss komplexer in Zeit und Tun verortet werden.

In der Diskussion über die Erfahrungen und Implikationen der Pandemie taucht ein weiterer Aspekt der Prävention auf, der im Zuge von Individualisierung und Diversität unterschiedlich missverstanden und instrumentalisiert wird. Angemahnte oder verordnete Regelungen werden mit Bezug auf ein Persönlichkeitsrecht, verstanden als Freiheitsrecht, unterlaufen. In Artikel 2 des Grundgesetzes für die Bundesrepublik Deutschland, in der bürgerlich-traditionellen Absicherung gegen autoritäre Staatsgewalt, wird jedem das Recht auf freie Entfaltung der Persönlichkeit und auf Leben inkl. körperlicher Unversehrtheit zugesprochen, wobei auf die Beschränkung durch Rechte anderer bzw. gesetzliche Festlegungen verwiesen wird. Freiheit ist jedoch immer die ‚Freiheit der Andersdenkenden‘ und das Recht auf körperliche Unversehrtheit haben immer und gerade diejenigen, die um mich herum betroffen sind. Dies gibt keinen einfachen Maßstab für Gefährdungen, weder als Einschränkung des subjektiven Bewegungsraums noch als gesellschaftliche Zumutung. Prävention ist sozusagen die sachliche Grundlage für die Praxis dieser Grundrechte. Eine solche Prävention trennt die Anwendungsorientierung nicht von Reflexivität. So kann auch der Gesundheitsdiskurs die auseinander-

⁵⁹ H. Blumenberg a.a.O., S.685

⁶⁰ Werner Bartens, in: SZ Nr.25 v. 31.01.23 - mit dem Verweis auf zaghafte Forschung, wonach „*Beschwerden bei Patienten bei Long-Covid stark von der Erwartungshaltung und der Körperwahrnehmung abhängen und damit erheblichen psychischen Einflüssen unterliegen.*“

klaffenden Lebensbedingungen und individuellen Entwicklungen ebenso reflektieren wie individuelle und gesellschaftliche Verantwortlichkeit beurteilen – eine permanente und schwierige Aufgabe, zu der sportliche Aktivierung einen sinnvollen Beitrag leisten kann.

Schließlich taucht in der Diskussion über die Erfahrungen und Implikationen der Pandemie noch ein weniger nahegelegener, übergeordneter weiterer Aspekt auf, der ebenfalls Prävention beeinflusst. Im Jahr 2023 sinkt die Hospitalisierungsrate und damit der akute Handlungsdruck im medizinischen System. Allerdings ist damit keine Entlastung verbunden, es melden sich vielmehr die Widersprüche und Schwächen im Gesundheitswesen. Besonders das Krankenhaus ist *„jetzt erst so richtig zum Geschäftsmodell“* geworden, was sich in den Fallpauschalen, der Verkürzung der Liegezeiten, der Apparate-Medizin und einer Bettenkapazität nach Just-in-time-Logik zeigt und eine konsequente Ökonomisierung besonders der Kranken- und Pflegeanstalten im Gefolge hat, Aber: *„der Markt heilt die Kranken nicht“* und *„das Gesundheitswesen ist für das Gemeinwohl da, nicht für den Aktienindex.“*⁶¹ Das medizinische Gesundheitssystem, das sich die Prävention angeeignet und den *„Gesundheits-Kapitalismus“* betreibt, hat das Gemeinwohl nicht im Mittelpunkt. Dies jedoch macht die praktischen Anstrengungen einer Prävention im Sinne der ‚Gesundung‘ zum wirtschaftlichen Spielball. Die Arbeit der Ärzte und Pflegekräfte, die noch zu Beginn der Pandemie beklatscht wurden, ist in kommerzialisierten Versorgungszentren nicht mehr attraktiv und die Verbindung zu einer sinnvollen Prävention wird weiter geschwächt.

Sinnvolle Prävention ist Gesundheitsförderung, die vierfach verwurzelt ist:

- 1) Prävention basiert auf diskursiv verallgemeinerter Erfahrung;
- 2) Prävention reflektiert valide Prognosen absehbarer Entwicklungen und Gefährdungen;
- 3) Prävention intendiert wirksame und vernünftige Verbesserung gemeinsamer Lebensbedingungen;
- 4) Prävention ist eine gemeinwohlorientierte Aufgabe.

Prävention ist das reflexive Bindeglied zwischen Erfahrung und Gestaltung; es schließt Vergessen als Wertung und Ungewisses als Mahnung ein.

Prävention: Ansatzpunkte sportlicher Aktivierung

Die Kernproblematik in der Pandemie: erfahrene, akute Gefährdung, langfristige Wirkungszusammenhänge und erhoffte Verbesserungen, schließen die Spannung zwischen Reflexion und Handlung ein. Hierbei kann sportliche Aktivierung eine anspruchsvolle Aufgabe annehmen, die Sozialwissenschaftler im *„practice turn“*⁶² verorten. Die bewusste Auseinandersetzung mit Erfahrung, Bedeutung und Folgen erfordert die ‚Tätigkeit im Vollzug‘, denn *„nur das Getane ist das Gekonnte“* (Hans Blumenberg). In dieser Auseinandersetzung fördert sportliche Aktivierung komplexe Sozialisationsprozesse, die sich körperlich einprägen und sich zugleich in praktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten ausweisen.⁶³

Wie aber, mittels welcher Vermögen, Wissensformen und Verfahrensweisen handeln die Akteure in sportlicher Aktivierung? Hier macht es Sinn, ein feines Zusammenspiel zwischen Sport, Sportarten einerseits und Bewegung, sportlicher Aktivierung andererseits auszumachen. Denn Bewegung ist allgemein dem Lebendigen eigen. Sport und Sportarten hingegen haben kulturgeschichtlich ein Korsett

⁶¹ Heribert Prantel in SZ Nr.29 v. 4./5.02.23

⁶² Robert Schmidt: Soziologie der Praktiken. Konzeptionelle Studien und empirische Analysen.- Frankfurt/M.: Suhrkamp, 2012

⁶³ Vgl. J. Tanner a.a.O., S.150f zu neurowissenschaftlichen Positionen zu ‚Verkörperung‘ und ‚Embodiment‘

von Festlegungen aufgebaut, in denen Lernprozesse vorgeschrieben und berechenbar werden. Und sportliche Aktivierung ist im Vorfeld angesiedelt, betont die Spannungen zwischen Unsicherheit und Beherrschung, Kontingenz und Regeln, Unstimmigkeiten und Abstimmung, Material und Spielräumen, Verstecken und Zeigen, Rücksichtslosigkeit und Achtsamkeit, Träumen und Beginnen etc. Sportliche Aktivierung erleichtert, die Lernprozesse selbst zum inhaltlichen Zweck eines sportlichen Treibens zu machen. Deshalb kann sie problemlos übergehen in die Ausbildung sportartspezifischer Fähigkeiten.

Lernprozesse in sportlicher Aktivierung sind ebenso wichtig wie schwierig, weil sie einfachen, gesetzten und linearen ‚Curricula‘ entbehren, die in Sportarten zwischen dem Anfänger und dem Meister stehen. Und der Blick darüber hinaus erfasst die moderne ‚Handlungsunsicherheit‘ in der ‚fluiden‘ Gesellschaft, die sich im Körper wiederfindet. Körperwissen allein stärkt gewöhnlich die Routine, nicht aber die Bewältigung der Herausforderungen. Körpererfahrung jedoch schließt die Reflexion ein und sucht nach Vergleichen und Anwendungen, sucht einen praktischen Weg. In sportlicher Aktivierung werden Fähigkeiten und Können angesichts einer schier unbegrenzten Vielfalt der Situationsbedingungen und auf Basis von vielfältig empirisch je schon bewältigten Situationen ausgebaut. So wird im Grunde abstraktes Können ausgebaut, was eine enge Verbindung zur Prävention herstellt. Allerdings besteht auch hier die Gefahr einer Überbelastung mitsamt der Suche nach Grenzsituationen, Erzielung von ‚nicht an Lebenssituationen gebundener Höchstleistungen‘ (H. Blumenberg). Dies wiederum muss durch reflexive Erfahrung, Vernunft bearbeitet und ausgerichtet werden. *„Es muß sichtbar werden, wie Training und Anforderung sich zueinander verhalten, wie das eine durch das andere gerechtfertigt wird.“*⁶⁴ Sichtbar ist dann auch, dass Alterung als Anforderung einbezogen ist.

Im Grunde genommen kann sportliche Aktivierung als ein Programm verstanden werden, mit dem anthropologische Grundlagen im Lebensverlauf ausgestaltet und genutzt werden: ausgehend vom ‚aufrechten Gang‘ über registrierende und vorausblickende Wahrnehmung und wertende Erfahrung bis zur Auseinandersetzung mit körperlichen, natürlichen und gesellschaftlichen Bedingungen nebst Aufbau und Abbau entsprechend gesellschaftlich gefragten Bewältigungsfähigkeiten.

Insofern ist sportliche Aktivierung ein kleines, aber wichtiges Grundrecht im Leben der modernen Gesellschaft – in einer Gesellschaft, die nicht alltäglich vernünftige Körpererfahrungen bereit stellt, eher im Gegenteil, sportliche Aktivierung im Grunde als individuelle Angelegenheit belässt und gerne in Schule und Sportverein abschiebt, ohne diese dafür auszustatten.

Vor allem aber ist sportliche Aktivierung eine Öffnung zu Lebenschancen, in der die Entwicklung eigener Fähigkeiten mit den Erfahrungen und Anstrengungen anderer Menschen zusammenkommt. Gerade in diesem Treiben kommt man nicht umhin, *„sich zu verstehen zu geben, inwieweit man sich aufeinander verlassen kann, womit man rechnen muss und welche Opfer die Einzelnen zu bringen bereit sind, damit das Ganze funktioniert.“*⁶⁵ Nicht in der Hierarchie der Rekorde, sondern im Alltag des Miteinanders angesiedelt, kann sportliche Aktivierung die Gleichheit der Ungleichen organisieren. Beispiel hierfür sind die vielen Bemühungen und Kursangebote für Menschen mit Behinderungen⁶⁶, in denen der Gleichheitsgedanke⁶⁷ praktisch wird. Dieser Gedanke nämlich ist nicht an *„der abstrakten Existenz von Rechten interessiert“*, sondern an der praktischen Umsetzung. Wenn diese Rechte das

⁶⁴ H. Blumenberg a.a.O., S.889 u. 891

⁶⁵ H. Budde: Solidarität. Die Zukunft einer großen Idee.-München: Hanser, 2019, S.34

⁶⁶ D. Milles, U. Meseck, J. Wiese: Inklusion praktisch begründet. Sportliche Aktivierung in Werkstätten für behinderte Menschen.- Bremen 2017

⁶⁷ B. Williams: Der Gleichheitsgedanke.- In: A. Honneth ebd., S.306

tatsächliche Geschehen bestimmen, wird „der Begriff der *Relevanz* von Gründen mit dem der *Wirksamkeit* von Gründen“ verknüpft und erweist sich als „eine echte Waffe der Moral“. ⁶⁸

Befähigen und bewältigen

In der Pandemie wird ersichtlich, wie stark verschiedene gesellschaftliche Wirkungszusammenhänge verbunden sind und wie schwierig v.a. wirtschaftliche, soziale, politische oder ethische Wirkungszusammenhänge zu erkennen, geschweige denn zu steuern sind. Im Grunde wird mit Impfwang, Impfgegner, Schutzregeln, Statistiken usw. wieder nachdrücklich die Frage gestellt, wie das ‚Richtige‘ zu erkennen und zu begründen ist, wie sich unterschiedliche Menschen hier verständigen können, wie Wirkungen intendiert und unbeabsichtigt eintreten oder wie dies gerechtfertigt und beurteilt wird.

Die Bearbeitung dieser Zusammenhänge wurde lange zuvor durch die Diskussion über Gerechtigkeit angestoßen. Der grundlegende Beitrag von John Rawls sah sich der Kritik von Martha Nussbaum und Amartya Sen ausgesetzt. Sie argumentierten stärker mit lebensweltlichen Erfahrungen und schwerwiegenden Beeinträchtigungen. Sie entwickelten den Capability Ansatz, mit dem die Kriterien für Gerechtigkeit im Zusammenleben der Menschen weniger auf messbare Größen, auch nicht auf einfache Verteilungen, sondern hauptsächlich auf ein Wohlergehen ausgerichtet ist, das sich in Einflussbereichen, Teilnahme- und Verwirklichungschancen zeigt. ⁶⁹

Besonders Nussbaum ⁷⁰ argumentiert mit grundlegenden Ansprüchen einzelner Fähigkeiten, die staatlicherseits geschützt und gefördert werden müssen. Nach ihr erfordert die Menschenwürde unter anderem *„die Fähigkeit, ein menschliches Leben normaler Dauer bis zum Ende zu leben“*, und *„die Fähigkeit, bei guter Gesundheit zu sein, wozu auch die reproduktive Gesundheit, eine angemessene Ernährung und eine angemessene Unterkunft gehören“*. Von zentraler Bedeutung ist *„die Fähigkeit, mit anderen und für andere zu leben“*. ⁷¹ Darunter verbindet sie *„Bedürfnis und Fähigkeit, Vernunft und Animalität“*. Die menschliche Würde ist *„die Würde eines bedürftigen und verkörperten Wesens“*, eines auf Gesellschaft und soziale Beziehungen hin angelegten Wesens. Dessen Fähigkeiten sollen entwickelt werden, was wiederum einen gleichen Zugang zu Bildung und Information einschließt. Der Capability-Ansatz baut auf Kooperation, Altruismus und gegenseitigen Vorteil gleichermaßen. Er begründet gesellschaftliche Verständigung auf der Basis gemeinsamer Bedürfnisse und Fähigkeiten und fordert entsprechende öffentliche Strukturen – immer unter Berücksichtigung schwieriger Bedingungen.

Auch Amartya Sen sieht ‚Befähigung‘ in wirklichen Lebenschancen und nicht einfach in Erreichtem allein. Allerdings nimmt er ein Bündel von ‚Funktionsweisen‘ an, womit er auf eine Praxis rekurriert, ohne diese tatsächlich zu fassen. Ihm kommt es auf die Ermöglichung individueller Urteile und Freiheiten an, in denen die eigene Lebensführung selbst ausgewählt und in denen *„die gesellschaftliche und allgemein menschliche Verantwortung und Verpflichtung, Unterprivilegierten zu helfen“*, ausgelebt werden kann. Er konstatiert, dass die Mittel für ein befriedigendes Menschenleben nicht selbst Ziele des guten Lebens sind, lässt jedoch die Verbindung im Unklaren, bzw. überantwortet sie der Beseitigung von Ungerechtigkeiten, aber ohne das Streben nach vollkommener und gerechter Gesellschaft vorzuschreiben.

⁶⁸ Ebd., S.318f

⁶⁹ „In diesem Ansatz wird der individuelle Vorteil gemessen an der Befähigung einer Person, die Dinge zu tun, die sie mit gutem Grund hochschätzt.“ (Amartya Sen: Die Idee der Gerechtigkeit.- München: dtv, 2012 (2009), S.259;

⁷⁰ Martha Nussbaum: Die Grenzen der Gerechtigkeit. Behinderung, Nationalität und Spezieszugehörigkeit.- Frankfurt/M.: Suhrkamp, 2010

⁷¹ Vgl. auch im ff FAZ 15.10.2010

Sen konstatiert einen Kontrast zwischen Wohlergehen und Handlung, den er durch eine Betonung von Freiheit bearbeiten will. Die ‚Befähigung‘ im Capability-Ansatz legt das Gewicht auf Freiheit zum Wohlbefinden (v.a. Allgemeininteresse an effektiver Sozialpolitik) und auf Handlungsfreiheit (begründete subjektive Wertsetzung auch im Interesse der Anderen). Der Ansatz öffnet so den Raum zur Entfaltung menschlicher Fähigkeiten und zur Festlegung gesellschaftlichen Miteinanders – aber er ist schwach in der Beschreibung, wie dieser Raum durchschritten und die Entfaltung praktisch werden kann. Sicherlich werden körperliche, soziale u.a. Beeinträchtigungen als Bezugspunkte gerechter Regelungen gewichtet, gleichwohl sind sie hauptsächlich Rahmenbedingungen einer freien Entscheidung. Im Angesicht der Pandemie muss jedoch die Rolle von ‚Freiheit‘ neu bestimmt werden. Die Bedingungen von Wohlergehen und Handlung in der Pandemie lassen ‚Freiheit‘ nicht als Unbedingtheit erscheinen. Handlungsbedingungen fragen nach Angemessenheit, Wohlbefinden kollidiert mit Gefährdung. In den Capability-Ansatz muss m.E. der Übergang von ‚Befähigen‘ zu ‚Bewältigen‘ eingefügt werden. Damit die subjektive und gesellschaftliche Verantwortlichkeit des Menschen ausgebildet werden kann, müssen seine Naturbedingtheit und Unvollkommenheit als zentrale Voraussetzungen der Befähigung und als Stärke in der Bewältigung begriffen und bearbeitet werden.

Richard Sennett hat diese Voraussetzungen pragmatischer betrachtet. Seine Argumentation baut auf dem Zusammenhang von Spiel und Arbeit. Das Spiel vermittelt die scheinbaren Gegensätze von Lust und Strenge. Es ermöglicht Objektbildung und verlangt Widerspruchsfreiheit im Zusammenwirken und Wiederholen. Mit ihm kann die Komplexität der Umwelt und der eigenen Entwicklung probiert werden. Pragmatisch ist *„die Annahme, dass zwischen dem Organischen und dem Sozialen ein kontinuierlicher Übergang besteht.“*⁷² Daher steckt *„der menschliche Körper .. voller Möglichkeiten, die einer sozialen und kulturellen Organisation bedürfen, um konkret hervorzutreten.“*⁷³ Diese Konkretion lässt demnach drei elementare Fähigkeiten hervortreten: *„Die Fähigkeit zu lokalisieren, zu fragen und zu öffnen. Bei der ersten Fähigkeit geht es darum, Dinge konkret zu machen, bei der zweiten darum, über deren Qualitäten nachzudenken, und bei der dritten schließlich, deren Bedeutung zu erweitern.“*⁷⁴ Solche Fähigkeiten werden durch Neugier angetrieben, durch schwierige Entscheidungen hinterfragt und durch verschiedenartige Bezugnahmen kompliziert. Sie stoßen darauf, Gewohnheiten zu vergleichen und zu verändern. ‚Befähigen‘ soll somit auf einen besonderen Lernprozess verweisen, der vom menschlichen Körper ausgeht, die Auseinandersetzung mit Objektivierung, mit den Wirkungszusammenhängen eingeht und den Blick auf Sinnhaftigkeit schärft. Angesichts der verschiedenen Ausstattung sollten wir Menschen *„kein Urteil über Schicksal und Bestimmung fällen, sondern den menschlichen Organismus nach besten Kräften stimulieren.“*⁷⁵

Bewältigung in riskanten Zeiten

Die Pandemie lenkt den Blick auf Gefährdungen. In diesem Blick dominiert spätestens nach Ulrich Beck⁷⁶ die Vorstellung einer ‚Risikogesellschaft‘, die im zeitlichem Zusammenhang zur Katastrophe in Tschernobyl den gesellschaftlichen Umgang mit Ressourcen und endogenen Risiken thematisiert. Hierbei geht es um nicht weniger als um das Überleben der Menschheit. Beck hat diesen Befund zum Ende des Jahrtausend weiter ausgearbeitet, auch mit der Abwertung gesellschaftlicher Werte, einem Ausgeliefertsein an Risiken und einer Globalisierung derselben versehen. Er findet eine dreifache Individualisierung: die Herauslösung aus traditionellen Sozialformen und -bindungen; den Verlust von

⁷² Richard Sennett: Handwerk.- Berlin: Piper, 2008, S.384

⁷³ Ebd., S.367

⁷⁴ Ebd., S.368

⁷⁵ Ebd., S.367

⁷⁶ Ulrich Beck: Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne.- Frankfurt/M.: Suhrkamp, 1986

traditionalen Sicherheiten und die soziale (Wieder-) Einbindung auf eine neue Art. Er macht Unterschiede aus zwischen einfacher und reflexiver Modernisierung in der Umbruchphase. Seine Hoffnung ist: Die Normenhorizonte würden sich in Richtung des Gemeinwohls der Menschheit verschieben und Gesellschaften eine kosmopolitische Perspektive - jenseits des nationalstaatlichen Rahmens - aufzwingen.

Diese Hoffnung geriet schon bald ins Wanken und ist mit der Pandemie verfliegen. Mittlerweile wird ein facettenreiches Risikoverständnis ausgemacht und Julian Nida-Rümelin, Nathalie Weidenfeld meinen gar, „*die Risikopraxis ist parzelliert*“ und die normative Zuordnung ist schwierig. Auch sie argumentieren mit der Notwendigkeit kognitiver Steuerung und bewusster Strukturierung der Risikopraxis, erklärt aber nicht ausreichend, woher diese kommen und wie sie greifen.⁷⁷ Immerhin wird die breite Auseinandersetzung mit Herausforderungen und unterschiedlichen Bewältigungsstrategien als Voraussetzung einer allgemein akzeptierten Praxis betont. Zu einer realistischen Grundhaltung ist eine körperliche Bewegung und Konfrontation mit Anforderungen und Resonanz unabdingbar. Der Sport scheint „*als Resonanzachse immer mehr an Bedeutung zu gewinnen*“ und ermöglicht „*spezifische Selbstwirksamkeitserfahrungen*“ (H. Rosa). Sportliche Aktivierung zielt auf einen spezifischen Bereich körperlicher Bewegungen, verbunden mit anthropologischen Erfahrungen, die den Beitrag zur Reflexivität und Beurteilung in der Entwicklung menschlicher Fähigkeiten nachweisen. Nicht mehr, aber auch nicht weniger.

Bewältigung kann also als eine gewichtige, praktisch anschließende Perspektive der Befähigung verstanden werden, weil sie nicht bei der Befähigung stehen bleibt. Sie enthält zugleich den wichtigen Hinweis, bei der praktischen Bewältigung nicht die Befähigung zu übersehen, zu unterschätzen oder zu überspringen. Lernprozesse verbinden Befähigung mit Bewältigung.

Bedeutung eigener, verallgemeinerbarer, sichtbarer Bewältigungsfähigkeiten

Relevante und wirksame Gründe bedingen praktisches Herangehen. Akute Gefährdungen provozieren – sie schüren Ängste und aktivieren Handlungsbereitschaft. In einfacher Form befördern Ängste eine Hierarchie der Bedeutsamkeit und fokussieren Wahrnehmung und Handlung. Aber Angst entfaltet zwiespältige Macht. Macht erzeugt zum einen Angst und gesellschaftliche Angst kann zum Handwerkszeug der Macht⁷⁸ werden. Und Angst bestärkt auch Macht und ihre Akzeptanz, weil man sich an sie lehnen, mit ihr stark scheinen und die eigene Unzulänglichkeit übertünchen kann. Angst macht krank, wenn keine Handlungsperspektive erkannt wird und wenn sich zu viele Handlungsoptionen auftürmen. Angst kann den Boden bereiten für Autokratie und weiter zu Strategien der Absonderung durch Diffamierung.

Im praktischen Herangehen öffnet sich eine zweite zwiespältige Wirksamkeit: Besonders in dem ‚stahlharten Gehäuse‘ der „Steigerungsimperative“ halten es Menschen der modernen Industriegesellschaft „*für eine Bedingung des gelungenen Lebens .., möglichst viel Welt in unsere Reichweite zu bringen*“. Hartmut Rosa sieht daher den modernen Menschen in einer Welt, „*in der sich physische,*

⁷⁷ „*Die Fähigkeit zum rationalen Umgang mit Risiken hängt von beidem ab: einer realistischen Grundhaltung und der Tugend der Wahrhaftigkeit.*“ (Julian Nida-Rümelin, Nathalie Weidenfeld: Die Realität des Risikos. Über den vernünftigen Umgang mit Gefahren.- München: Piper, 2021, S.107)

⁷⁸ Hier ist eine durchaus kritische Auseinandersetzung mit Rainer Mausfeld und seinem 2019 erschienenen Buch: *Angst und Macht – Herrschaftstechniken der Angsterzeugung in kapitalistischen Demokratien*, angezeigt.

emotional und kognitive Bedeutungen konstitutiv überlagern“.⁷⁹ Diese Überlagerung und Belastung sieht er zwar in der Praxis, macht die Wirksamkeit jedoch an ‚Resonanz‘ fest. Er diskutiert den Bezug auf den Körper, sieht jedoch vor allem eine „Reichweitenvergrößerung“, in der durch Steigerung der Fitness und Leistungsfähigkeit (Körperkapital) eine rationale Strategie möglich wird, die gegen die Angst, abgehängt zu werden, wirkt. Er erkundet Wirkungen über den Einfluss auf Resonanzbeziehungen, übersieht jedoch weitgehend die Sinnhaftigkeit der Handlung.

Rosa verweist darauf, dass in der individualisierten und fluiden Gesellschaft, in der die Anzahl der Optionen als Freiheit gilt, das „Resonanzversprechen“ verblasst. ‚Resonanz‘ wird so zur qualitativen Bewertung, wie es um den ‚in die Welt gestellten‘ Menschen steht. Systematisch wird dabei die gestaltende, sinngebende Dimension menschlicher Handlung entwertet und die gedankliche Registratur in den Mittelpunkt gestellt. Diese nimmt immer schwächere Resonanz und schwierigere Festlegungen wahr, was wiederum Angst und Unsicherheit provoziert. Aus diesem Zirkel ist durch Analyse der Resonanz nicht auszubrechen. Wirkliche praktische Wirksamkeit verbindet überprüfbare Zielsetzungen im Problemzusammenhang mit öffentlich reflektierter Handlung und überprüfbaren Ergebnissen.⁸⁰

In der Stressforschung wird praktische Wirksamkeit mit dem Begriff „*Bewältigung*“ erfasst. Bewältigung meint im umgangssprachlichen Gebrauch oftmals die erfolgte Lösung eines Problems nebst Abwendung unerwünschter Folgen. Der wissenschaftliche Begriff geht ebenfalls von Anforderungen und Problemlagen aus, sucht aber nicht nach einfachen Überwindungen, sondern konzentriert auf sinnvolle, auf die Anforderung bezogene und mit einem Lernprozess versehene Bearbeitung. Diese Bearbeitung ist als zielgerichtetes Handeln zu verstehen und berücksichtigt auch Veränderungen in Einschätzung und Zielsetzung. Entscheidend ist das ernsthaft begründete und ausgerichtete Bemühen, das auch durch gesellschaftliche Einbettung und soziale Unterstützung qualifiziert wird. In dieser Konstellation werden Eustress als gelingende und Distress als misslingende Bearbeitung erkannt. Sicherlich wird in der Stressforschung auf diesem Hintergrund eine breite Palette von Stressbewältigungsstrategien (von social support bis hin zu subjektiven Bewertung oder Entspannung) vorgestellt. Im Zusammenhang sportlicher Aktivierung interessieren vor allem Zusammenhänge von individuellen und sozialen Strategie, von gesellschaftlichen Anforderungen und individuellen Lernprozessen (Lernhabitus) oder von Körpererfahrung und Persönlichkeitsbildung.

Was das bedeutet, kann mit einigen Abgrenzungen und wichtigen Bausteinen der sportlichen Aktivierung im Hochschulsport beleuchtet werden:

- **Leistungsfähigkeit ist an sich nicht vernünftig**

In der Corona-Krise registrierte die Öffentlichkeit verschiedene gesundheitliche Belastungen, neben den Erkrankungen rund um das Virus vor allem im psychischen Bereich. Eine Lockerung der Schutz-

⁷⁹ H. Rosa: Resonanz. Eine Soziologie der Weltbeziehung.- Frankfurt/M.: Suhrkamp, 2019, S.83ff

⁸⁰ Dies unterstreicht die Einordnung in praxeologische Konzeptionen: „Für die Praxeologie sind die wahrnehmbaren Körperbewegungen und Objekte ein sinnhaftes Verhalten, das für die Teilnehmer von Praktiken unmittelbar verständlich ist. Eine Praktik zu lernen, heißt immer auch, die jeweilige praktische Intelligibilität zu erwerben, die die öffentlichen Praktiken sinnhaft strukturiert. Diese Bedingung der Wahrnehmung ist selbst nicht unmittelbar wahrnehmbar. Sie wird inForm von körperlichen Dispositionen und inkorporierten Wahrnehmungsschemata (,implizites Wissen‘) in die Praktiken hineingetragen. Die durch Praktiken aufgespannte Öffentlichkeit ist somit immer an einen Hintergrund praktisch erworbener Fähigkeiten und Wahrnehmungsweisen geknüpft.“ (R. Schmidt, J. Volbers: Öffentlichkeit als methodologisches Prinzip. Zur Tragweite einer praxistheoretischen Grundannahme.- In: Zeitschrift für Soziologie, 1/2011, S.25)

maßnahmen wurde weiterhin und zunehmend mit einem notwendigen ‚Wiederanfahren‘ der wirtschaftlichen Leistung gefordert. Andererseits wurden die Leistungen der Pflegekräfte, Ärzte u.a. herausgestellt. Wie hängen ‚Gesundheit‘ und ‚Leistung‘ zusammen? ‚Leistung‘ ist eigentlich ein quantifizierender Begriff, der eine anderweitige inhaltliche Füllung verlangt, beispielsweise durch schnelles Laufen oder aufopfernde Pflege. Vor allem im sportlichen Bereich hat ‚Leistung‘ eine unklare Bedeutung⁸¹, weil einige Leistungen nicht akzeptable Ursachen aufweisen oder weil der ‚richtige‘ Sport da anfängt, wo die Gesundheit aufhört (B. Brecht). Dennoch wird ‚Gesundheit‘ in der Wachstumsgesellschaft leicht und leichtfertig auf ‚Leistungsfähigkeit‘ verengt. Die Problematik führte der Nationalsozialismus vor Augen, als Hans Reiter, Leiter des Reichsgesundheitsamtes, 1939 die ‚Gesundheit‘ leugnete, wenn keine ‚Leistung‘ (im Sinne einer Volksleistung) vorliege. Er verband „*mit der Gesundheit die Notwendigkeit einer Leistung*“.⁸² Damit wurden beide Begriffe benutzt zur beliebigen Knechtung menschlicher Fähigkeiten und legitimierten eine Wertigkeit menschlichen Lebens⁸³. Versatzstücke und hartnäckige Missverständnisse in dieser Sichtweise sind noch heute anzutreffen.⁸⁴ Demgegenüber kann festgehalten werden, dass ‚Leistung‘ nur mit sinnvoller Bestimmung vernünftig sein kann, während ‚Gesundheit‘ aus sich heraus eine eigene Entwicklungslinie aufweist, die eine Verständigung über ethische Werte, über eine Verwirklichung von Menschlichkeit und Frieden fordert.⁸⁵

- **Resilienz genügt nicht**

Wenn über gesundheitliche Problemlagen gesprochen wird, die nicht zu der akuten Versorgung gehören, dann ist zumeist von Resilienz die Rede. Um z.B. Long Covid „*langfristig loszuwerden, bedarf es ausreichender Resilienz und guter Erholung*“ (Sonja Lippke). Der Begriff stammt aus der Stressforschung und hat seine Bedeutung durch ein einfaches Modell erhalten, wonach Belastungen auf eine Art Träger wirken, der nur bis zu einem gewissen Punkt Widerstand leistet und dann zerbricht. Die Widerstandskraft kann nun als solch eine Fähigkeit verstanden, ausgebaut und gestärkt werden. Dieses Bild ist seinerseits ‚tragfähig‘ und liegt vielen Untersuchungen und Ergebnissen zugrunde. In der akuten Pandemie hat es eine hohe Plausibilität, weil die unterschiedliche Wirkung des Virus verständlich wird und zugleich der wie auch immer betroffene Mensch eine Handlungsperspektive erhält, die ihn nicht als hilflos erscheinen lässt und machbare Stärkungen(durch Anpassung, Selbstvertrauen, Kontrollüberzeugungen) offeriert. Dass diese Perspektive vor allem auf psychologische Wirkungszusammenhänge zielt, ist in der akuten Gefährdung oder Erkrankung nützlich. Gleichwohl hat

⁸¹ „Je mehr in einer modernen Gesellschaft zum Beispiel von Leistung die Rede ist, desto unklarer wird, was darunter zu verstehen ist.“ (K.P. Liessmann a.a.O., S.189)

⁸² Werner Bockhacker, Leiter des Amtes Gesundheit und Volksschutz der DAF, formulierte 1939 die entsprechende Lösung fast aller sozialpolitischen Problemlagen: *„Im strengen Sinne biologisch und deswegen ein erstrebenswertes Ziel für die Gesundheitsführung ist aber erst der Zustand, wenn der Zeitpunkt des allmählichen Kräfteschwundes kurz vor dem Eintritt des physiologischen Todes liegt und der endgültige Kräfteverfall mit ihm zusammenfällt.“* Der Umgang mit älteren ‚Risikogruppen‘ in der heutigen Pandemie zeigt, dass diese historische Vorstellung noch immer anklingt. (D. Milles, A. Kerkhoff 2010, S.309ff)

⁸³ In der Konsequenz bis hin zu einem „lebensunwerten Leben“ (Euthanasie), wie im Nationalsozialismus praktiziert.

⁸⁴ So meinte der für Ausbildung von Führungskräften in der Bundeswehr zuständige Brigadegeneral Michael Matz kürzlich: *„Stress ist etwas für Leistungsschwache.“* (SZ Nr.196 v. 26.8.22, vgl. Anm.37) Ihm müsste sehr viel über Stress erklärt werden, bevor er hier weiter ausbilden dürfte. Denn die Kritik aktiver oder ehemaliger Bundeswehrsoldat*innen verwirrt. So zeigten immer schon belastete Arbeiter wie ‚gestresste‘ Vorgesetzte gesundheitliche Folgen und ‚Narben‘ als Belege ihres Einsatzes – wirklich gut tat dies beiden nicht.

⁸⁵ Insofern war es nicht verwunderlich, dass der Nationalsozialismus Gesundheit als Volksleistung propagierte, während er sowohl historisch auf obskuren „Pangermanismus“ einerseits zurückgriff als auch rücksichtslose Weltkriegsvorbereitung andererseits betrieb. Die WHO setzte nicht zufällig 1948 mit ihrem Gesundheitsverständnis eine andere, wenn auch selbst nicht zufriedenstellende, Perspektive entgegen.

„Resilienz“, vor allem in der Herkunft des Begriffs, deutliche Begrenzungen. Der Begriff beschreibt im Grunde eine defensive Haltung und verfängt sich zugleich in einem Zirkelschluss, weil die Verbesserung gesellschaftlicher und persönlicher Strukturen nicht im Mittelpunkt verantwortlicher Bewältigung steht. Vor allem die Bedeutung sozialer Lernprozesse und verantwortlichen Handelns tritt zurück. Diese Bedeutung müsste allerdings durchdringen, wenn die Folgerungen aus einer Krise gezogen werden sollen, die nicht durch „Vernichtung“ eines „Feindes“ überwunden werden kann, sondern zur permanenten und verantwortlichen Gestaltung eines ‚gelungenen Lebens‘ anhält, das zugleich ein Leben in Unsicherheit und Unvollkommenheit angesichts des sicheren Todes bleibt.

- **Reparatur genügt nicht**

Da ist zunächst die basale Bedeutung von Bewegung für menschliche Entwicklung. Und da gibt es verantwortungsvolle Folgerungen für sportliche Aktivierung, die wiederum die Wiederherstellung, Stabilisierung und Steigerung der Abwehrkräfte und Bewältigungsfähigkeiten fördern können. Verwiesen wird auf ausreichend kombinierte Nährstoffe, angemahnt wird genügender Schlaf und gute Entspannung, gymnastische Übungen sind nicht verkehrt, viel trinken und Bewegung an der frischen Luft ist auf jeden Fall sinnvoll. Doch erstaunlich sind Breite und große Beliebtheit der angeführten Maßnahmen. Sicherlich, der Mensch ist ein ‚omnivorer biophage‘, soll sich also irgendwie vielseitig und frisch ernähren, und sicherlich sollte nach Möglichkeit die Treppe und nicht der Lift benutzt werden. Doch die Programme wie ‚smart moving‘ oder ‚nudging‘, mit denen gesundheitsbezogenes Verhalten ohne Zwang nahe gelegt werden soll, verdeutlichen grundlegende Probleme ohne Lösungsperspektiven – vom Griff zu verschiedenen und marktschreierisch angebotenen Präparaten oder Geräten ganz zu schweigen. Denn die Pandemie-Erfahrungen fordern sowohl subjektive Verantwortlichkeit als auch gesellschaftlich verbindliche Regelung, bzw. geregelte Verbindlichkeiten. Die Lehren aus der Krise sind nicht auf den einzelnen, oft hilflosen oder überforderten, ignoranten oder widerwilligen Mitmenschen abzuschieben, zumal wenn Schüler oder Studenten, Beschäftigte oder Unternehmer angesprochen sind.

- **Kompetenz entscheidet nichts**

Wenn von gesundheitlichen Problemlagen ausgegangen wird, drängt die Frage, wie diese zu bewältigen sind. Noch mehr gilt dies, wenn von schwierigen Bedingungen eines gelungenen Lebens ausgegangen wird. Man kann gerade in diesen Tagen solche Schwierigkeiten mit einer derart finsternen Zukunftslosigkeit beschreiben, *„dass die Zukunft vor einem wegläuft“* (Heribert Prantel). So bleibt Hoffnung, doch auch die hilft nur in Ungewissheit. Denn im Grunde müssen diese Fragen praktisch beantwortet werden, sofern zugestanden wird, dass Mutmaßungen an sich kein überprüfbares Ergebnis zulassen. *„The proof of the pudding is in the eating“*, sagen Engländer und *„nur das Getane ist das Gekonnte“* schrieb Hans Blumenberg und die alten Griechen verlangten *„hic rhodus, hic salta“*. Menschen müssen sich orientieren auf praktische Verbesserung und auf überprüfende Bewertung der Praxis. Dies ist eine grundlegende Erfahrung sportlicher Aktivierung. Solche Weisheiten werden gerne vergessen, wenn Gesundheitsförderung auf geistige Fähigkeiten aufbaut. Und dies ist in den gängigen Vorstellungen von *„Gesundheitskompetenz“* weitgehend der Fall. Da geht es um Kompetenzen, die für den *„Umgang mit Gesundheitsinformationen“* benötigt werden. Diese sollen gefunden, verstanden, beurteilt und angewendet werden. Diese Sicht entspricht recht einfach einer Bildung mit dem ‚Nürnberger Trichter‘: je mehr von außen in den Kopf eingeführt wird, desto kompetenter ist der Mensch, und je weniger, desto weniger achtet er auf Gesundheit. Wichtig ist demnach eine Kompetenz, die den Zugang zu Gesundheitsinformationen sowie zu folgenden Gesundheitsentscheidungen erleichtert. In den meisten Publikationen wird im Sinne einer ‚gesundheitlichen Aufklä-

rung“ (BzgA) für „wertvolle Kompetenzen rund um Bewegung, Ernährung und Regeneration“ (Ingo Froböse) geworben, oft mit irreführenden Verweisen auf „ganzheitliche“ Ansätze. Aber wertvoll sind Kompetenzen nur, wenn eine praktische und konkret wirksame Entscheidung für sinnvolle Prävention, Gesundheitsförderung und sportliche Aktivierung umgesetzt und in der Praxis überprüft wird. Sicherlich ist es sinnvoll, „sich bei den vorbeugenden Maßnahmen auf das zu konzentrieren, was wir auch wirklich beeinflussen können“ (Dagny Holle-Lee). Doch dies kann allerdings angesichts komplexer Wirkungszusammenhänge und entsprechend ‚multifaktorieller Gesundheitsförderung‘ zu Eingrenzungen führen, so dass zwar Autonomie gefordert, aber Kontrolle gefördert wird. Unter ‚Resourcen‘ wird dann eine Verfügbarkeit von Problemlösungen verstanden, die von kompetenten Experten ‚verschrieben‘ wird. Inzwischen melden sich kritische Stimmen zu Wort, die auf verbesserte Lebensqualität orientieren und zugleich monieren, dass die eigentlich anstehenden Aufgaben durch soziale Ungleichheiten geprägt sind. Auch „eine systematische Abgrenzung von vorhandenen Konzepten in der Gesundheitsförderung wie Gesundheitsbildung, Gesundheitserziehung und gesundheitliche Aufklärung“ (BzgA) erscheint notwendig. Kompetenzen sind wichtig, sie sind jedoch Instrument und kein Merkmal der Gesundheit.

Was kann sportliche Aktivierung leisten?

In der Pandemie stand zunächst gesundheitliche Versorgung im Mittelpunkt – und das war notwendig auf fremde Hilfe ausgerichtet. Danach rückte stärker die Frage in den Mittelpunkt, welche eigenen Aufgaben, Handlungsmöglichkeiten und –einschränkungen vorhanden sind und angegangen, bzw. verarbeitet werden sollten. Dabei wurde eine Spannung wichtig, die in der Krise deutlich wird: Während Bewegung und Sport nachgefragt und benötigt wird, werden die materiellen und organisatorischen Möglichkeiten eingeschränkt. Während die subjektive Verantwortlichkeit stärker gefordert wird, werden die sozialen Bindungen in der Isolation schwächer. Das soziale und vernunftbegabte Wesen gerät in die Klemme. Diese Spannung durchzieht deutlich den Zusammenhang von Bewegung, Körper und Geist wie den Zusammenhang von Wünschbarem und Machbarem. In der Krise wird deutlich, dass sportliche Aktivierung verschiedene Stränge bündeln muss, die zusammengehören und doch praktisch zusammengeführt werden müssen.⁸⁶

Sportliche Aktivierung wird über spielerische Lernprozesse begründet. „Seine Funktion ist nicht lediglich ein Nachahmen, sondern ein Anteilgeben oder Teilnehmen. Es ist ein ‚helping the action out‘.“⁸⁷ Ausstattungen, Prägungen, Bedingungen und Selbstverwirklichung finden zusammen. Aktivierung bringt etwas ‚in Gang‘ und ist mit einer motivierenden „Freude an der Überwindung von Schwierigkeiten“ verbunden. Insofern greift das hier vorgetragene Verständnis von „sportlicher Aktivierung“ vorhandene Ansätze auf, die von einfachem ‚Aufwärmen‘ ausgehen, sodann einen ‚Erregungszustand des Organismus‘ bis hin zur ‚kognitive‘ Stimulanz und ‚aufmerksamen‘ Verhaltenssteuerung anstreben. Aber dies wird nicht als eine Art Hilfsmotor intellektueller Betriebsamkeit⁸⁸ verstanden, sondern soll

⁸⁶ „In pädagogischen Kontexten, in denen im und durch Sport oder Tanz die Aneignung von Wissen vornehmlich praktisch, nicht-sprachlich erfolgt, geht es um mehr als den durch Wiederholung angeeigneten Bewegungsvollzug. Hier geht es auch um personale, soziale und materiale Erfahrungen, die mit dem Bewegungsvollzug, der körperlichen Auseinandersetzung mit sich und der Welt verbunden sind. Solche Erfahrungen schlagen sich als ein Wissen nieder, das das Wahrnehmen, Denken und Handeln des Menschen beeinflusst und auch nachhaltig prägen kann.“ (Antje Klinge (2019 / 2017): Vom Wissen des Körpers und seinen Bildungspotenzialen im Sport und im Tanz. In: KULTURELLE BILDUNG ONLINE)

⁸⁷ J. Huizinga: Homo Ludens. Vom Ursprung der Kultur im Spiel.- Reinbek b. Hamburg; Rowohlt, 2009 (1956), S.22; s. D. Milles, U. Meseck, J. Wiese a.a.O., S.30f

⁸⁸ Vgl. den Bezug in: Steigerung der geistigen Leistungsfähigkeit durch Bewegung,

darüber hinausgehen und mehr sein als beliebige ‚Bewegung‘ oder singuläre ‚Aktion‘: sportliche Aktivierung ist so gesehen ein Programm, mit dem Erfahrungen der Auseinandersetzung mit körperlicher Entwicklung, natürlichen oder künstlichen Anforderungen, gestellten oder angenommenen Aufgaben, altersgemäßen oder lebensgeschichtlichen Gegebenheiten gesammelt und auf der Basis vorhandenen Wissens über sportliche Übungen, körperliche Funktionen und gesundheitliche Sinnhaftigkeit von verantwortlichen Subjekten im Miteinander in wirkungsvollen Schritten praktisch werden.

Sportliche Aktivierung ist für den jungen Menschen ein fürsorgliches Förderprogramm, dass sukzessive durch Nachahmung, Wiederholung und Training die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben betreibt. Der erwachsene Menschen kann dieses Förderprogramm differenzieren als Pflege aufgebauter Kräfte und als lebenslangen Bildungsauftrag.⁸⁹ Ob sportliche Aktivierung als Entwicklungsmotor in KiTas, als Selbstverantwortung sozialer Wesen, als individuelle Bewältigungsfähigkeit oder als bürgerliches Engagement auftritt – in jedem Fall verbindet dieses Programm subjektive Verantwortung und solidarisches Miteinander. Und es wendet sich gegen den Zweifel, der sich einfach gegen unbequeme Regelungen stellt und Solidarität als Zumutung abtut. Sportliche Aktivierung nimmt also jene Aufgabe in Angriff, die in der Pandemie so dringlich zu lösen ist: Gesundheitsförderung, die vernünftige Bewältigungsfähigkeiten stärkt. Wie ist das begründet?

Sportliche Betätigung ist, wie auch immer, nur als Auseinandersetzung denkbar, mit dem Waldweg oder den Turnschuhen, mit dem Turnverein oder dem Home-Office, und vor allem mit denen, die dabei sind und mich in vielerlei Hinsicht fordern und unterstützen. Sport ist „Mit-sein“ und Eudämonie - das gute, gelingende Leben⁹⁰ gewinnt im Sport. Dies vor allem auch in den modernen Gefährdungen angesichts diagnostizierter ‚Verdinglichung‘ oder ‚Vermassung‘, denen gegenüber individuelle Bezüge in interpersonellen Prozessen aufgebaut werden.⁹¹ In der sporttreibenden ‚Person‘ sind so die drei Perspektiven mit einander verschränkt: *„die des Ich-Subjekts (1.-Person-Perspektive), die der objektiven und objekthaften Außensicht (3.-Person-Perspektive) und ein begegnendes und sozialisierendes ‚Du‘ (2.-Person-Perspektive), das eben diese Verbindung gewährleistet.“*⁹² Sportliche Aktivität vermittelt die schwierige Spannung zwischen dem Subjektiven und dem Sozialen⁹³, sie fördert beispielhaft die in der Krise so wichtige Kompromissbildung zwischen „Eigensinn“ und „Anpassung“ und stärkt auch die Grundlage von moderner, fragmentarischer Identität. *„Das Kohärenzgefühl braucht einen kommunitären Rahmen, in dem Ermutigung, Realitätsprüfung, Anerkennung und Zugehörigkeit vermittelt werden. Also die Basis für das Ziel, ‚ohne Angst verschieden sein können‘.“*⁹⁴ Diesen Raum bietet gemeinsame sportliche Aktivierung.

Dieser Raum ist nicht (mehr) einfach in den Bildungssystemen, vor allem nicht im Schulsystem, vorhanden. Dazu kommt, dass die professionalisierte Leistungssteigerung konkurrierende Karriereförde-

In: <https://fis.uni-bamberg.de/bitstream/uniba/459/1/VollBuuckSteigerungseA2.pdf>

⁸⁹ „Bildung ist ohne das Bild eines guten und gelungenen Lebens, das es anzustreben gilt, nicht denkbar.“ (K. P. Liessmann: Bildung als Provokation.- München: Piper, 2019, S.69)

⁹⁰ „Jede spezifische Konzeption des Guten gewinnt im wesentlichen in Familien, Gemeinden, Schulen, Kliniken, Wohngebieten sowie im Arbeitsleben eine erkennbare Gestalt.“ (A. MacIntyre: Die Privatisierung des Guten.- In: A. Honneth a.a.O., S.176)

⁹¹ „Die Vernunft ist nicht dazu gemacht, daß sie sich isoliere, sondern in Gemeinschaft setze“. (I. Kant zit v. H. Arendt)

⁹² A. Ryba, G. Roth: Coaching und Beratung in der Praxis.- Stuttgart: Klett-Cotta,2019, S.434f)

⁹³ „Das Subjekt ist allerdings keine eindeutige Kategorie. Dem Sinne von subiectum entsprechend ist es sowohl das Zugrundeliegende wie auch das Unterworfenene.“ (J. Tanner: Historische Anthropologie zur Einführung.- Hamburg: Junius, 2004, S.193)

⁹⁴ H. Keupp: Fragmente oder Einheit? Wie heute Identität geschaffen wird.- Vortrag am 25.4.2009 (http://www.ipp-muenchen.de/texte/keupp_09_freising04_text.Pdf)

rung installiert. So gibt es beispielsweise zwar die Interpretation des Fußballspiels als „Bildungsarbeit an Beinen und Füßen“ (Thomas Alkemeyer). In einer Studie wurde jedoch festgestellt, dass nahezu 20% der jugendlichen Fußballtalente annehmen, ihre sportlichen Anstrengungen würden sich nicht förderlich auf ihre schulische Bildung auswirken. Immerhin verweisen Befragungen von Talenten und Betreuer darauf, dass vernünftige Einschätzungen der körperlichen Möglichkeiten, der Persönlichkeitsentwicklung, der sozialen Unterstützungen, des stabilen Selbstkonzeptes den Weg zu besserem Fußball ebnet.⁹⁵ Wenn diese Entwicklungsmöglichkeiten jedoch an Grenzen stoßen, wenn z.B. der Traum von der Bundesliga für Fußball-Talente nicht wirklich wird und als ‚Dropout‘ gilt, dann kann Bildung zum Sündenbock werden. Sportliche Aktivierung gibt hier den Trainern und Übungsleitern die Möglichkeit, den Übergang zu sportartspezifischer Leistungssteigerung in beide Richtungen offen zu halten.

In gemeinsamer sportlicher Aktivierung erhält die Übungsleitung eine spezifische Prägung, nicht als ‚Vorturner‘, ‚Assistenz‘ oder ‚Helfer‘, sondern als „*Stellvertreter*“, der mit dem Wissen über Entwicklungsaufgaben und Entwicklungsräume auf die gemeinsame Aufgabe orientiert, das praktische Mit-einander organisiert und zugleich in hohem Maße planend, dokumentierend, reflektierend, sozusagen in ‚aktivierender Evaluation‘ tätig ist. Erfahrungen aus einem Forschungsprojekt, das sich mit der sportlichen Aktivierung von Menschen mit Behinderungen beschäftigte, verweisen auf die Position eines „*Stellvertreters*“, der in der Lage ist, *„die subjektiven Ansprüche und auch die gesellschaftlichen Implikationen gleichermaßen aufzugreifen und nicht für den Stellvertreter, sondern für denjenigen, dessen Stelle man vertritt zu überlegen, zu beurteilen und zu fördern.“*⁹⁶

Sportliche Aktivierung bildet

Sport hat traditionelle Bezüge zur Emanzipation des Bürgertums, vor allem auf Basis gesellschaftlich nützlicher Bildung. Das Bildungsbürgertum erhielt jedoch in Deutschland eine merkwürdige Besonderheit als freiheitliche und zugleich staatstragende Führungselite (Hans-Ulrich Wehler). Vor allem in der ‚Turnbewegung‘ des Vormärz spiegelte sich die Spaltung in kleinbürgerlich-handwerkliche Verwurzelung und romantischen Nationalismus. Im Sinne des ‚Turnvaters‘ sollte sportliche Bewegung einem demokratischen und pädagogischen Anspruch (Leistung vor Stand) folgen, was einige ‚moderne‘ Impulse enthielt.⁹⁷ Stärker jedoch war eine wachsende ‚völkische‘ Begründung gemeinsamer turnerischer Übungen, die bruchlos militaristisch instrumentalisiert werden konnte.

Die ‚Bildung‘, die in dieser widersprüchlichen Tradition in Schulen und Universitäten aufgebaut wurde, steht unter dem Verdacht, hier *„werde noch immer mit der Zweiteilung der Intelligenz operiert und mit der Gegenüberstellung von Wissen und Unwissen; hier werde die Metapher des Übertragens bemüht und eine Semantik der Emanzipation gepflegt, die nur sehr notdürftig kaschiert, dass das Gegenteil dessen betrieben wird, was in Leitbildern wortreich verkündet werde.“*⁹⁸ Dieser Verdacht wurde v.a. aus Frankreich (Rancière, Bourdieu) geäußert. Das Konzept des Habitus geht hier tiefer und sucht nach der „Inkorporation“ gesellschaftlicher Bindungen und Einflüsse. Diese Inkorporation wiederum ist nicht einfach der Sozialdisziplinierung unterworfen, sondern kann auch genutzt werden, die Handlungsfähigkeit der Lernenden zu sichern und zu stärken. Sportliche Aktivierung kann diesen Weg

⁹⁵ D. Milles, H. Struck, F. Kohfeldt: Ambitionierte und nachhaltige Talentförderung. Zur Nachwuchsarbeit im deutschen Fußball.- Bremen: Schünemann, 2015, S.127ff

⁹⁶ D. Milles; U. Meseck, J. Wiese a.a.O., S.153

⁹⁷ Vgl. H.-J. Schulke: Der erste Deutsche. Jahn – der Mann, der ein Volk verein-te.- Hildesheim: Arete, 2017

⁹⁸ M. Rieger-Ladisch: Bildungstheorien zur Einführung.- Hamburg: Junius, 2019, S.145

gehen, den Bezug auf Leistung und Herkunft relativieren und der Gefahr begegnen, dass Lernende als Loser dastehen und Bildungseinrichtungen „als Orte der Demütigung und Beschämung erlebt“ werden.⁹⁹

Vielmehr soll sportliche Aktivierung positiv auf Entwicklungen von Fähigkeiten, auf Arbeiten und Verbesserungen, ausgerichtet werden, die sich aus der Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper, mit den Anderen, mit den natürlichen oder gesellschaftlichen Bedingungen ergeben können. Sie ermöglicht, den Dualismus von Körper und Geist, von Schweiß und Intellekt, von Denken und Tun, von genetischer Prägung und eigenem Weg zu überwinden. Sie verfolgt den Ansatz, „*der vom komplementären Problem der Abhängigkeit der Kultur vom Körper sowie der kulturellen Wandelbarkeit des Körpers ausgeht.*“¹⁰⁰ Die körperliche Repräsentation in sportlicher Praxis ermöglicht Beobachtbarkeit und gemeinsame Verständigung. Teilnehmende können sich als Subjekte ihrer Entwicklung erfahren. Wenn Bildung „*Ausstattung zum Verhalten in der Welt*“ (Saul B. Robinsohn) ist, dann kann sportliche Aktivierung dazu beitragen, den Lebenslauf als Lernprozess zu gestalten (bpb).

Einen wichtigen Beitrag zu dieser Bildung kann sportliche Aktivierung leisten, wenn nicht nur auf den ‚Körper‘ verwiesen wird, der auch ‚dabei‘ ist, aber eben in Verhalten und Tun ziemlich außerhalb bleibt, sondern der Körper als Zugang zu einer lebendigen, reflexiven, also verantwortlichen Teilnahme an gesellschaftlichen Anstrengungen verstanden wird. „*Der Körper denkt immer.*“ (Bourdieu)

Die Verbindung von Bildung und Sport ist also vielschichtig und nicht in allen Aspekten einfach. Sie enthält Schwierigkeiten und Widersprüche, die sich in der „ungeselligen Geselligkeit der Menschen“ zeigen, nämlich dem Hang und der Notwendigkeit „in Gesellschaft zu treten“, der zugleich den Widerstand des Individuums provoziert, nämlich zum einen in der Gesellschaft die Entwicklung seiner Anlagen zu fördern, zum anderen an der ‚selbstsüchtigen Anmaßung‘ gegenüber kollektiven Normen festzuhalten. Auch heute nutzt die Einsicht klassischer Philosophie: „*Dieser Widerstand ist es nun, welcher die Kräfte des Menschen erweckt ... Der Mensch will Eintracht; aber die Natur weiß es besser, was für seine Gattung gut ist: sie will Zwietracht.*“¹⁰¹ Der sportliche Wettkampf ist, sozusagen, ein natürlicher Bestandteil des sportlichen Treibens und er ist ein Motor der Auseinandersetzungen und des Aufbaus von Bewältigungsfähigkeiten. Gleichwohl gehört zu diesem Widerspruch eben auch, dass er durch vergleichbare Rahmenbedingungen (Alters- und Gewichtsklassen, Ausstattungen, Fördermittel usw.) auf ‚fairness‘ und ‚fair play‘ gebändigt und durch Vergleich, Disput und Bewältigung fruchtbar wird. Sportliche Aktivierung bedient also nicht die Identifikation von Eliten und ‚Losern‘, auch nicht Blasen und Panzerungen, selbst wenn mit anderen guten Gründen das Lob der Entspannung und der Faulheit gesungen wird.¹⁰² Sie dient der Befähigung, dem Auf- und Ausbau von Bewältigungsfähigkeiten. Sportliche Aktivierung ist spannende Bildung.

⁹⁹ Zum 50jährigen Jubiläum brachte die Universität Bremen es fertig, mit dem vor allem auf Studierende zielenden Motto „Du weisst warum“ den wissenschaftlichen Anspruch zu beschämen, der mit Arthur Schopenhauer festhält: „Das Warum ist die Mutter aller Wissenschaft“!

¹⁰⁰ J. Tanner: Historische Anthropologie a.a.O., 2004, S.191

¹⁰¹ | Kant: Idee zu einer allgemeinen Geschichte in weltbürgerlichen Absicht.- In: ders.: Die Kritiken.- Frankfurt/M.: Zweitausendeins, 2008, S.624f

¹⁰² Im Gegenlicht polemisiert K.P. Liessmann mit Nietzsche, dass die Zeiten wahrlich vorbei sind, „in denen man ein schlechtes Gewissen hatte, weil man arbeitete und die Muse vernachlässigte“, und „*wie sehr wir unter Bildung und Lernen nur noch ein Ausbildungs- und Qualifizierungsprogramm mit knappem Zeitmanagement versehen und jede Form einer frei flottierenden Neugier, jede Lust am Erkennen, jede Freude am Schönen als unnütz, als Verschwendung von Zeit und Geld denunzieren.*“ K.P. Liessmann a.a.O., S.28,29. Die Widersprüchlichkeit der Faulheit selbst hat Gotthold E. Lessing besungen. Paul Lafargue hat im Widerspruch zu seinem Schwiegervater und zu einem ‚Recht auf Arbeit‘ auch ein ‚Recht auf Faulheit‘ vertreten.

Die natürliche Zwietracht hat verschiedene Gesichter und wird von verschiedenen wissenschaftlichen Disziplinen beachtet. Sicherlich spielt die Verzahnung von Wahrnehmung und Handlung eine wichtige Rolle, aber auch eine Theorie sozialer Kognition kann die Bildung menschlicher Kompetenzen (angeboren oder früh bzw. später erworbene Fähigkeiten) nicht umfassend herleiten. Naheliegend ist der Ansatz einer praxeologischen Forschung, die *„Bildung ... nicht länger als ein individuelles, vornehmlich kognitives Geschehen (fasst), sondern als eine facettenreiche soziale Praxis, die eine leiblich-körperliche Dimension besitzt, eine räumlich-materielle wie auch eine zeitliche.“*¹⁰³

Als Bildungsarbeit verstanden sind nach den Erfahrungen der akuten Corona-Krise verbindliche Formen der Krisenprävention und -bewältigung auszubauen und zu stärken, in denen sportliche und gesundheitsförderliche Aktivierung als gesellschaftliche Konvention eingerichtet wird. Dazu gehört in erster Linie eine stabile Regelmäßigkeit, wie sie selbstverständlicher in Schulen gegeben sein sollte – wenn denn genügend und kompetente Lehrkräfte vorhanden sind. Weiter sorgen Sportvereine in sportartbezogenem Training, aber auch in offeneren Kurssystemen für verbindliche Praxis. Eine Potsdamer Studie belegte denn auch, dass Menschen, die sich vor der Corona-Pandemie regelmäßig zwei bis dreimal wöchentlich bewegt und/oder Sport getrieben haben, in der Krise tendenziell eher mehr als vorher aktiv sind, während andere, die sich vorher schon nicht oder nur unregelmäßig bewegt haben, jetzt sich aktuell noch weniger bewegen. Die Aktivität ist nachhaltig, wenn sie nicht erzwungen wird, sondern auf Einsicht und auf sinnvoller Absicht beruht und wenn attraktive Bedingungen vorhanden sind. Sie basiert auf intrinsischer wie auf extrinsischer Motivation, wird getragen durch eigene Verantwortlichkeit und soziale Bindung gleicher Weise.

Miteinander, im Verein und auf Kurs

Eine lange Entwicklungslinie zur Bildung in Körper und Geist ist im organisierten Sport verankert.¹⁰⁴ Diese Linie wird allerdings weiterhin vor allem als Dualismus von Körper und Geist verstanden, nicht als in einander übergehendes Zusammenspiel. Hier kann das Verständnis erweitert werden.

Wenn von *„Leibesübungen“* die Rede war, stand sicherlich ganz früh der gesellschaftliche Wunsch nach nationaler Einheit Pate, zugleich aber auch jene Körpererfahrung, in der die Turnbrüder subjektive Selbständigkeit und Stärke aufbauten, mit der sie soziale Verantwortlichkeit zeigten und politischen Einfluss forderten. So ist die Geschichte des Sports in Deutschland gekennzeichnet durch eine Spannung zwischen bürgerlichem Anspruch, der durchaus in der Anlehnung an burschenschaftliche und militaristische ‚Vorbilder‘ geformt wurde, einerseits und freizügigem Zusammenschluss in gesunder Entwicklung andererseits. Der Sport war so keine Leibeserziehung nach griechischem Vorbild, sondern eine *„künstliche Wiederpflanze eines ... vernachlässigten Eigenwertes des leiblichen Daseins“*, die der industriellen Leistungsgesellschaft geschuldet war.¹⁰⁵ Immerhin fanden subjektive Lernpro-

¹⁰³ , M. Rieger-Ladisch a.a.O., S.187

¹⁰⁴ *„Die soziale Organisationsform ‚Verein‘ bildete eine völlig neue Qualität und findet weltweit kein Vorbild. Unbesehen von Familie, Zunft, Stand, Religion, Geschlecht, Einkünften und Wohnort konnten sich hier jeder und jede zueinander gesellen, wo es ein gemeinsames Interesse gab. Der Eintritt wie auch das Verlassen dieser Gesellschaft waren offen, jeder durfte gleichberechtigt über die Vereinsangelegenheiten mitbestimmen. Macht wurde per Stimmrecht für alle und auf Zeit vergeben. Die Entscheidungswege waren transparent und die Ergebnisse öffentlich. Mehr Demokratie geht nicht. Wissenschaftler nennen das 19. Jahrhundert nicht zuletzt deshalb das der Vereine.“* (H.-J. Schulke (Hrsg.): *Als Vereine in Bewegung kamen. Eine faszinierende Zeitreise durch den Sport.*- Göttingen: Die Werkstatt, 2016, S.10)

¹⁰⁵ So Helmuth Plessner: *Die Funktion des Sports in der industriellen Gesellschaft.*- In: *Wissenschaft und Weltbild* 9 (1956) 4, S.150

zesse und solidarisches Miteinander in dem deutschen Vereinswesen eine bemerkenswerte demokratische Basis. In den vielfach verschlungenen historischen Entwicklungen ist diese gesellschaftliche Stärke besonders in den Sportvereinen und Sportverbänden noch immer virulent.

Wichtig war von Beginn der Vereinsgeschichte an jene selbstgewählte Zugehörigkeit zu Gemeinschaften, die bereits Georges Bataille gegen zu starke Tendenzen der Individualisierung und Ideologisierung hervorgehoben hat. Die kritische Begleitung von gemeinschaftlichen Angeboten und Verpflichtungen ist selbst widersprüchlich: die Einsicht in Unsicherheit und Beschränktheit des Daseins macht den einzelnen Menschen auch abhängig von dem, was er meint, was andere über ihn meinen. Sportliche Gemeinschaft bietet hier einen praktischen Umweg zur vernünftigen Selbstbetrachtung bei ergiebiger Anstrengung und körperlicher Erfahrung.¹⁰⁶ Sie bietet praktisch begründete Bestätigung, soziale Unterstützung und Einbettung sowie eine Ausprägung des Lernhabitus. Vieles spricht dafür, dass dem ein menschliches Sein zugrunde liegt, das immer schon als Mit-Sein zu verstehen ist (Jean-Luc Nancy). So kann praktisch vermutet werden: *„Gemeinschaft entsteht vielleicht gerade dort, wo über den Gehalt des Gemeinsamen gestritten wird.“*¹⁰⁷ Dies enthält einen Auftrag vor allem für Universitäten und Hochschulen und den etablierten Hochschulsport.

In den modernen und globalen Gesellschaften heute wirken aber auch andere Kräfte und Traditionen auf den Sport. Individualisierung, Mobilität, Flexibilität, Patchwork-Identität usw., kurz: die *„fluide Gesellschaft“* weicht die alten Bindungen auf und verändert die Landschaft des Sports. Die neuen Bindungen, die zur sportlichen Aktivierung motivieren, sind stärker von den subjektiven Einstellungen und Vorstellungen aus hergestellt. Die privaten Studios oder andere geschäftsmäßigen Angebote suchen hier ihren Profit. Doch auch in Vereinen, die dem Gemeinwohl verpflichtet sind, sind Mitgliedschaften oder Teilnehmen nicht mehr notwendig auf Lebenszeit angelegt und werden von den Subjekten selbst gestaltet. In vielen Bereichen des Sports zeigen sich neue Formen dieser Aktivierung, so in ‚wilden Ligen‘, in der Distanz zu Liga-Mannschaften, in Herzsportgruppen etc. Viele Vereine haben damit begonnen, sportliche Aktivitäten im Kurssystem anzubieten. Voran ging in Bremen der Hochschulsport mit günstigen Bedingungen und weitreichendem Anspruch. Die Kurse, zu denen man sich verpflichtend anmeldet und die nicht auf Gewinn aus sind, bieten sozusagen eine Brücke zwischen den traditionellen Sportvereinen und neuen solidarischen Formen sportlicher Aktivierung. Diese Brücke verbindet ausgeprägte subjektive Verantwortlichkeit mit gemeinsamen Anstrengungen sportlicher, verallgemeinerbaren Anstrengungen. Hier zeigt die Pandemie: sportliche Aktivierung und Gesundheitsförderung passiert nicht (mehr) im alltäglichen Selbstlauf, auf Straßen, in Wäldern oder Flüssen, auch nicht selbstverständlich in Familien, Schulen und Einrichtungen, vor allem wenn sie geschlossen oder überfordert sind. Nötig sind spezifische Entwicklungs- und Förderprogramme¹⁰⁸ für KiTas, Schulen, andere Bildungseinrichtungen und Betriebe, mit denen Lernprozesse und Bewältigungsfähigkeiten gezielt und zusammen gestärkt werden. In sportlicher Aktivierung lernt man so die nötige und anhaltende Disziplin, die verbindende, verlässliche Konvention, das fortdauernde Probieren, Abschauen und Wiederholen, die gemeinsame Freude und erfährt soziale Resonanz.¹⁰⁹

¹⁰⁶ „Der Mensch will eben gesehen werden, bewundern und bewundert werden.“ (H. Plessner, S.151)

¹⁰⁷ H Rosa u.a.: Theorien der Gemeinschaft zur Einführung.- Hamburg: Junius, 2010, S.183

¹⁰⁸ Aus der ‚verlängerten Kindheit‘ des Menschen leitet J. Dewey nicht nur den Aufbau und den Ausbau von ‚Gewohnheiten‘ ab, sondern allgemein die Möglichkeit dauernden Fortschreitens: *„Das spezifische Merkmal menschlicher Erziehung ist, dass Lernen gelernt wird.“* (Th. Stammen u.a. (Hrsg.): Hauptwerke der politischen Theorie.- 2. Aufl., Stuttgart: Kröner, 2007, S.151)

¹⁰⁹ *„Menschen und Dinge, so haben wir gesehen, können in eine Resonanzbeziehung treten; sie tun dies insbesondere bei der Arbeit, in der Schule und im Sport.“* (Hartmut Rosa a.a.O. mit ausführlichen Überlegungen zur Vielschichtigkeit)

III. Aufgabe: praktische Forschung

Wissenschaftlich, innovativ und fortschreitend

Expertinnen und Experten aus der Sportwissenschaft, der Hirnforschung, der Psychologie und Philosophie, der Gesundheitswissenschaften haben sich zögerlich, aber immer stärker mit dem beschäftigt, was in vorliegenden Überlegungen unter sportlicher Aktivierung angesprochen wurde. Die in der Universität Bremen beheimateten Forschungen hatten und haben einen guten Anteil. Es lohnt sich, die Einbeziehung dieser Kompetenzen in den Aufbau des Sportstudienganges und in den Ausbau des Hochschulsports einzubeziehen.

Gerhard Roth und Alica Ryba haben sich im Zusammenhang wirksamer Veränderungskonzepten mit körperzentriertem Coaching auseinandergesetzt¹¹⁰ und besonders als Merkmale der Bioenergetik hervorgehoben: die Erhöhung des Bodenkontaktes (das Grounding, also Bodenhaftung und Kontakt mit der Realität); die Intensivierung der Vibration des Körpers (als Zugang zu verborgenen Gefühlen und Erinnerungen, als gefühlte Reaktionen der Muskeln); die Atemvertiefung (als höheres Energieniveau und Lebendigkeit); die Verbesserung des Selbstbewusstseins und die Erweiterung des Selbstausdrucks (als Freisetzung von Empfindungen zu Bewegung, Stimme, Augen; Stärkung der Autonomie).

Dieser Ansatz ermöglicht erweiterte Verbindungen zu dem Konzept des Habitus, bzw. Lernhabitus, insofern eine Ausdehnung auf Lebensäußerungen in Alltag und Sport naheliegt und die Auseinandersetzung mit inkorporierter ‚zweiten Natur‘ ermöglicht wird. Diese soziale Zuordnung, die in peer groups und auch sportbezogenen Netzwerken vorgenommen werden kann, besonders in Belastungssituationen, von Studierenden als Ressource aktiviert werden.

Heiner Keupp hat die Bedeutung solcher „*einbettenden Kulturen*“ herausgestellt und neben Bewältigung von Krisen und Belastungen auf die Notwendigkeit aktiver Pflege und somit auf das Bewusstsein dafür hingewiesen, dass sie nicht selbstverständlich auch vorhanden sind. Auch für das gemeinsame Sporttreiben gilt: „Für sie muss etwas getan werden, sie bedürfen der aktiven Beziehungsarbeit und diese wiederum setzt soziale Kompetenzen voraus. Sind diese Kompetenzen im eigenen Sozialisationsmilieu nicht aktiv gefördert worden, dann werden die ‚einbettenden Kulturen‘ auch nur ungenügend jene unterstützende Qualität für eine souveräne Lebensgestaltung erzeugen können, die ihnen zukommen sollte.“¹¹¹ Gegen mögliche gesellschaftliche „disembedding“-Erfahrungen muss also die Teilnahme und das Gemeinsame beständig hinterfragt und gelebt werden. Die „Gleichheit in der Verschiedenheit“ ist in der sportlichen Aktivierung nicht selbstverständlich. Sportliche Aktivierung muss anspruchsvoll im lebendigen Tun verankert werden. In der Auseinandersetzung mit der umgebenden Wirklichkeit müssen wir uns, unsere Äußerungen, Anstrengungen und Bewertungen ausrichten und stärken; so ist Verantwortung im Handeln aufzubauen.¹¹²

In Bremen fand die Thematik einst fruchtbaren Boden, der gleichwohl wieder verloren ging.¹¹³ Vor allem Elk Franke und Bernhard Boschert¹¹⁴ verstanden sportliche Aktivität nicht nur als alltägliche und

¹¹⁰ A. Ryba, G. Roth a.a.O., S.375ff

¹¹¹ H. Keupp a.a.O., S.16f

¹¹² R. B. Brandom: Im Geiste des Vertrauens. Lektüre der ‚Phänomenologie des Geistes‘.- Frankfurt/M.: Suhrkamp, 2021, S.1117f

¹¹³ Tagung der Sektion Sportphilosophie der Deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft: „Körper – Wissen – Form“, vom 22. bis 24. November 2012 im Haus der Wissenschaft, Bremen

¹¹⁴ Franz Bockrath; Bernhard Boschert; Elk Franke (Hg.): Körperliche Erkenntnis. Formen reflexiver Erfahrung.- Bielefeld: transript, 2008; Elk Franke (Hrsg.): Wissen um die Form. Zur Voraussetzung kultureller

zweckgerichtete Handlung, sondern als hergestellte und ästhetische Formung. Sie griffen früh die Debatte um Bourdieu auf und verwiesen auf die Bedeutung der Bildung von Erkenntnis durch den Körper. Wenn die Notwendigkeit und Sinnhaftigkeit dieses Ansatzes für den geplanten Studiengang Sportpädagogik an der Universität Bremen erkannt wird, bietet der Hochschulsport ein interessantes Praxisfeld. Dieses Feld hat bereits verschiedene und bewährte Anknüpfungen.

Sportliche Aktivierung als konkreter Entwicklungs- und Lernprozess

Auf die gehaltreiche Tradition in Deutschland wurde bereits verwiesen. Die Erfahrungen der frühen Aufklärung, des staatstragenden Bildungsbürgertum, der jugendlichen Turnerbewegung und auch der politisch-nationalen Romantik, der preußisch-militaristischen Kraft, die es für das Vaterland zu stählen galt und Deutschland über alles erheben wollte, aber zweimal großes Leid in die Welt brachte – all dies bietet keine einfache gesellschaftliche Orientierung. Auch das geteilte und vereinigte Deutschland stellte viele und sehr zwiespältige Grundlagen zur Verfügung, die nicht einfach mit Gastarbeitern, Flüchtlingen, Wachstum, Klima, Reichtum, Armut, Corona etc. zurecht kommen. Immerhin wurde die Gesellschaft immer wieder zur kritischen Auseinandersetzung gezwungen und Lernprozesse sind unsere Stärke. Diese Stärke scheint heute besonders gefährdet und gefordert zu sein und das zeigt sich auch deutlich in den gesellschaftlichen Grundlagen für eine sportliche Aktivierung in Zeiten der Krise.

Im organisierten Sport finden wir zurzeit erschreckende Beispiele tiefer Zerrissenheit in Spitzenverbänden. Es gibt seit Jahren Turbulenzen im DOSB, es gibt Durcheinander im DFB, es gibt ein Aufbegehren der Fans gegen ‚verkaufte‘ Werte, es gibt Reformen lediglich auf dem Papier, es gibt allenthalben dilatorische Bearbeitung und zugleich die Vorstellung, dass es kein ‚weiter so‘ geben soll etc.. Die Grundlagen des professionellen Sports haben kaum mehr etwas gemein mit überkommenen Sportvereinen, kommerzielle Anbieter drängen auf einen und in einem Markt und insgesamt fehlt es an einer inhaltlichen Durchlässigkeit und Verbindlichkeit des Sporttreibens.

In den Institutionen, die besonders für den Hochschulsport in Bremen wichtig sind, wird momentan über Strukturreformen gesprochen, wobei organisatorische und konzeptionelle Aspekte gleichermaßen angesprochen werden. Im Landessportbund Bremen (LSB) wurde auf die große gesellschaftliche Bedeutung des organisierten Sports im Rahmen der Gesundheitsförderung, des sozialen Zusammenhalts und als ‚Integrationsmotor‘ (Andreas Vroom) hingewiesen. Immerhin soll der LSB die übergeordnete Autorität und Legitimität des gesamten Sporttreibens in Bremen manifestieren. Anvisiert wird eine Kooperation mit der Bildungslandschaft für ein bedarfsorientiertes Bildungsangebot. Mit Hilfe des DOSB-Innovationsfonds sollen neue Wege in der Aus- und Fortbildung im Sport beschritten und das Leitbild im Bildungswerk geschärft werden. Es sollen Programme an Bedürfnisse angepasst werden. Darin steckt die Problematik, dass Bedürfnisse stärker individualisiert aufwarten, während zugleich soziale Bindungen fehlen; die Spannung zwischen individuellen und kollektiven Bezügen wird durch die Pandemie zugespitzt. Die traditionellen Bindungen jedoch werden schwächer und neue Grundlagen sind nicht gelegt.

Der Allgemeine Deutsche Hochschulsportverband (adh) versucht den Spagat zwischen Spitzensport, wie er nunmehr mit den Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games zelebriert werden soll, und dem gesetzlichen Auftrag des Hochschulsports insgesamt zu organisieren, ohne ihn systematisch begründen zu können. Denn auch im Alltag des universitären Hochschulsports hat das Programm

Theoriebildungen. Eine multidisziplinäre Analyse der Formungsbedingungen und -bestimmtheiten kultureller Praxen und Prozesse.- Bielefeld: transcript, 2022

„Partnerhochschule des Spitzensports“ wenige Schnittmengen mit z.B. der Initiative „Bewegt studieren - Studieren bewegt! 2.0“, die vor allem mehr Bewegung in den Studienalltag bringen soll. Darunter wird angeregt, auch im Stehen zu lernen, öfter mal die Treppe zu nehmen oder aktive Pausen einzulegen. Seit 2013 bemüht sich der adh um einen Strukturprozess, in dem es um den Zusammenhang von Sport und Bildung geht. Dies ist in einem „umfassendes Sport- und Bewegungsverständnis“ nicht ganz einfach, zumal der adh annimmt, den Hochschulsportangeboten wären „Bildungs- und Lernanlässe immanent“ und die „Sport- und Bewegungskultur im Hochschulsport“ motiviere zum regelmäßigen Sporttreiben. „Im adh entwickeln wir praxisorientierte Bildungsangebote zur Vermittlung von Wissen und sozialen Kompetenzen auf einer breiten und zukunftsweisenden Basis.“ Praktisch wird doch lediglich angeführt, dass er auch den Erwerb von anerkannten Studienleistungen bieten kann. Hier überraschen doch Umschreibung und Grundierung, wie den Anforderungen des Studiums mit begreifbarem und griffigem Verständnis beizukommen ist.

Die hier etwas schroff vorgestellten Leitlinien sind von guten Absichten getragen und zielen auf sinnvolle Praxis. Gleichwohl reklamieren sie Prozesse und Kulturen, die sie in einer sehr allgemeinen, bisweilen auch fast trivialen Weise konkretisieren. Sportliche Aktivierung hingegen, die von der Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper ausgeht, Entwicklungen im Miteinander reflektiert und Bewältigungsfähigkeiten inkorporiert, kann einfach und praktisch Sporttreiben und Bildungsprozesse vereinen. Diese Annahme wird in den wissenschaftlichen Bemühungen aufgegriffen und überprüft, die der Verein für Hochschulsport an der Universität Bremen anstellt.

Der Verein für Hochschulsport e.V. bietet mit dem Sommersemester 2021 als Gesundheitspartner der AOK Kurse zur sportlichen Aktivierung für Studierende an, die zunächst nach Wunsch und Machbarkeit als Präsenz-Kurse und als E-Health-Kurse angeboten und durchgeführt wurden und werden. Damit verbunden ist ein Forschungsprojekt, in dem explizit der Beitrag sportlicher Aktivierung für die Befähigung der Studierenden in Zeiten der Pandemie zum Gegenstand gemacht wird.

In dem Forschungsprojekt werden nun zwei Kurse eingerichtet, die salutogenetisch ausgerichtet sind und den Lernhabitus stärken sollen. Sie greifen wichtige Inhalte der Prävention auf und entwickeln diese unter den Bedingungen der Corona-Pandemie weiter. In diesen beiden Kursen sollen besondere und zielgruppenspezifische Möglichkeiten (und Grenzen) von netzbasierten Sportangeboten für praktische Lernprozesse von Studierende erprobt werden. Hierbei geht es formal um bekannte und nachhaltig wirksame Angebote. Hierbei geht es inhaltlich um Möglichkeiten, die nicht durch wiederholende und ergänzende Bestandteile charakterisiert sind, sondern ein aufbauend-dynamisches Curriculum verfolgen. Es soll so eine fundierte, neuartige Kurskonzeption in einem noch unübersichtlichen und nicht professionalisierten Feld erarbeitet werden.

Ausgehend von der zentralen Verbindung von Gesundheitsförderung (Prävention) mit Persönlichkeitsentwicklung (Lernhabitus) stehen folgende Wirkungszusammenhänge im Fokus:

- Verbindung des handelnden Subjekts (Wille und Zweck) mit sozialer Einbettung (Prägung und Vergleich in und durch die Gruppe): Wie können gegensätzliche Orientierungen, Bedeutungen, Anerkennungen, Erwartungen und Beurteilungen in einer konkreten Aufgabenstellung zusammen kommen?
- Verbindung subjektiver Verantwortung mit verallgemeinerbaren Bewältigungsfähigkeiten: Wie können moralische bzw. praktische Implikationen nicht gegeneinander, sondern in Wechselwirkung gestärkt werden?

- Verbindung körperlicher Resonanz mit inter-subjektiver Reflexivität: Wie kann auf Körpersignale geachtet, ‚Körperpanzer‘ durch relativierende Kritik aufgeweicht und positive Erfahrung festgehalten werden?
- Verbindung der Lernanforderungen mit körperlichem Selbstbewusstsein/Selbstwirksamkeit und sozialer Stabilisierung: Wie können neue und größere Anforderungen im Studium sowohl mit wachsendem Abstand wie mit praktischer Sicherheit bearbeitet werden?

Ziel ist eine sportliche Aktivierung, die abgestimmt ist auf proximale Entwicklungsschritte von Studierenden. Gesteigerte sportliche Aktivierung soll mit anspruchsvollen Lernprozessen und Persönlichkeitsbildung verbunden werden. Sportliche Aktivierung wird selbst als Prozess begriffen, der in drei Phasen (oder Ebenen der Entwicklung) qualifiziert werden kann: Sie beginnt mit grundlegender Motivation, betont sodann die Intention und zielt auf Bewältigungsfähigkeiten. Die Inhalte dieser Phasen sind durchgängig wirksam und gehen nicht in der jeweils nächsten Phase auf. Vielmehr handelt es sich immer um eine besondere Gewichtung in einem Entwicklungs- und Lernprozess, wobei die Gewichtung als qualitative Steigerung erkennbar sein sollte. Die begleitende Forschung versucht, diese Prozesse mit erklärenden Merkmalen genauer zu erfassen und dadurch in der Praxis in einem curricularen Sinn nutzbar zu machen. Die Ergebnisse sollen beispielhaft für allgemeine Kurse im Hochschulsport, aber auch für sportartspezifische Entwicklungen aufbereitet und für Trainer*innen und Übungsleiter*innen zur Verfügung gestellt werden.

Die Konzeption sieht 1) das Handeln der Teilnehmenden im Mittelpunkt und betont damit den individuellen Bezug auf das Tun, die Beobachtbarkeit und die öffentliche Wirksamkeit. Das Handeln wird weiter 2) zum einen von der Auseinandersetzung mit den subjektiven Ausstattungen und Befindlichkeiten, zum anderen 3) von der Auseinandersetzung mit den gegebenen oder gestellten Bedingungen beeinflusst. Diese drei Stränge der Entwicklung werden in den qualitativen Phasen oder Ebenen in jeweiliger Abhängigkeit verfolgt und beobachtet. Dabei sollen im einfachen und bekannten formalen Aufbau einer Kurseinheit (Aufwärmen, Hauptteil, Entspannen) solche Aktivierungen ausprobiert, überprüft und festgehalten werden, die in Motivation, Intention und Bewältigungsfähigkeit gesteigert werden. So geht es in der Konzeption nicht um dauerhafte Wiederholungen von Bewegung, Stressabbau oder Entspannung, sondern um inkorporierte Lernprozesse. Solche Aktivierungen stellen in den Kursen praktisch zunächst die Inkorporation, d.h. die Übungen zur Körperwahrnehmung, in den Mittelpunkt, suchen also den Weg in das Innere der Teilnehmer*innen. Sie können z.B. vom aufrechten Gang ausgehen, auf Haltung und Wahrnehmung wirken, die Selbstwirksamkeit und soziale Einbettung stärken. Dann werden die Repräsentationen des Körpers in der Aktivierung zum Ausgangspunkt der Reflexivität in der Gruppe genommen, also die Wahrnehmung der körperlichen Bewältigung im Vergleich und in der Bewertung; hier zielt dann die Aufmerksamkeit auf die Äußerung des Lernprozesses, die so beobachtbar und diskutabel wird. Erwartet werden hierbei vor allem beispielhafte ‚Leuchttürme‘, also solche Entwicklungen, in denen Verbesserungen erlebt und schließlich als Lernhabitus verinnerlicht und erinnert werden können.

Nachfolgende Schaubilder vermitteln einen Eindruck der inhaltlichen Konzeption.

Schwellenmodell sportlicher Aktivierung

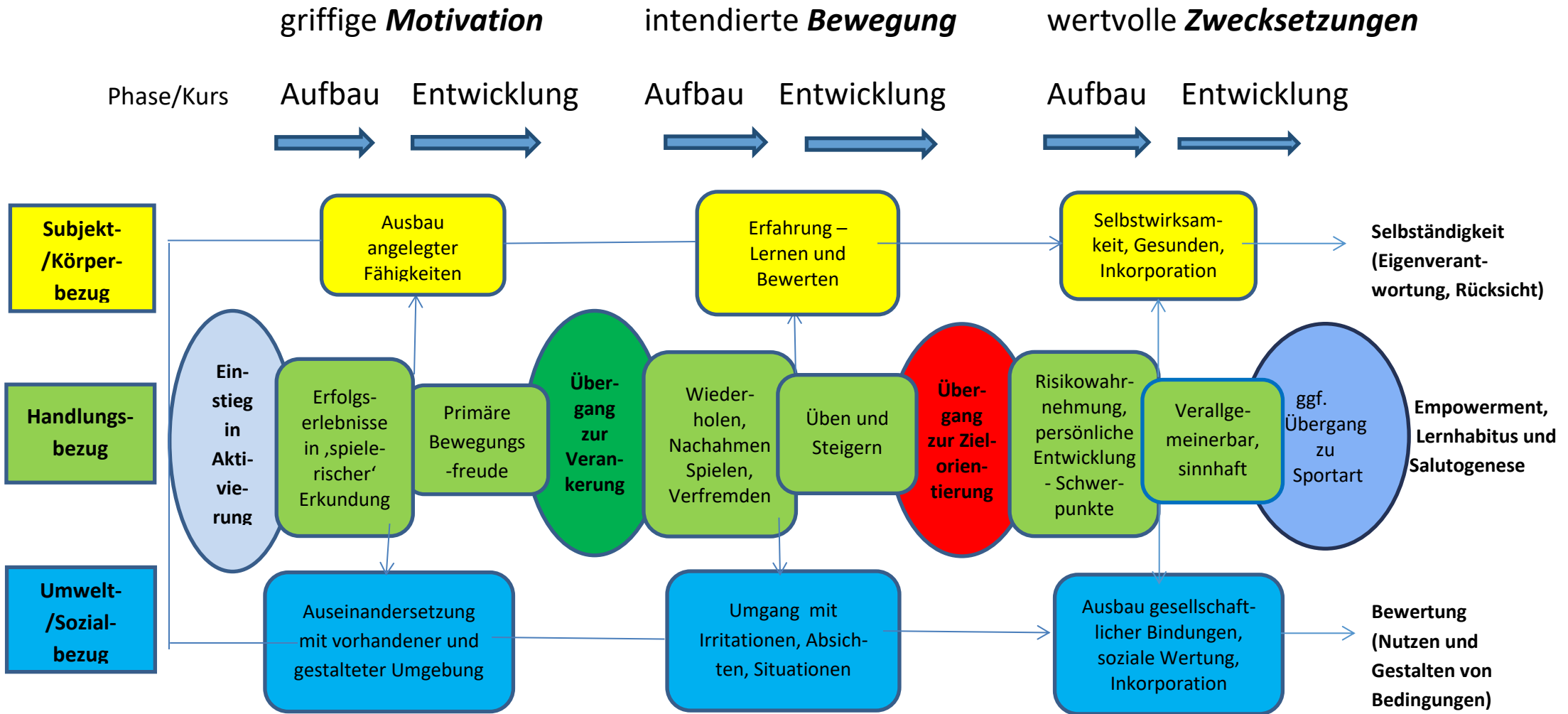


Schaubild: Prozess des Lernhabitus im analytischen Ablauf

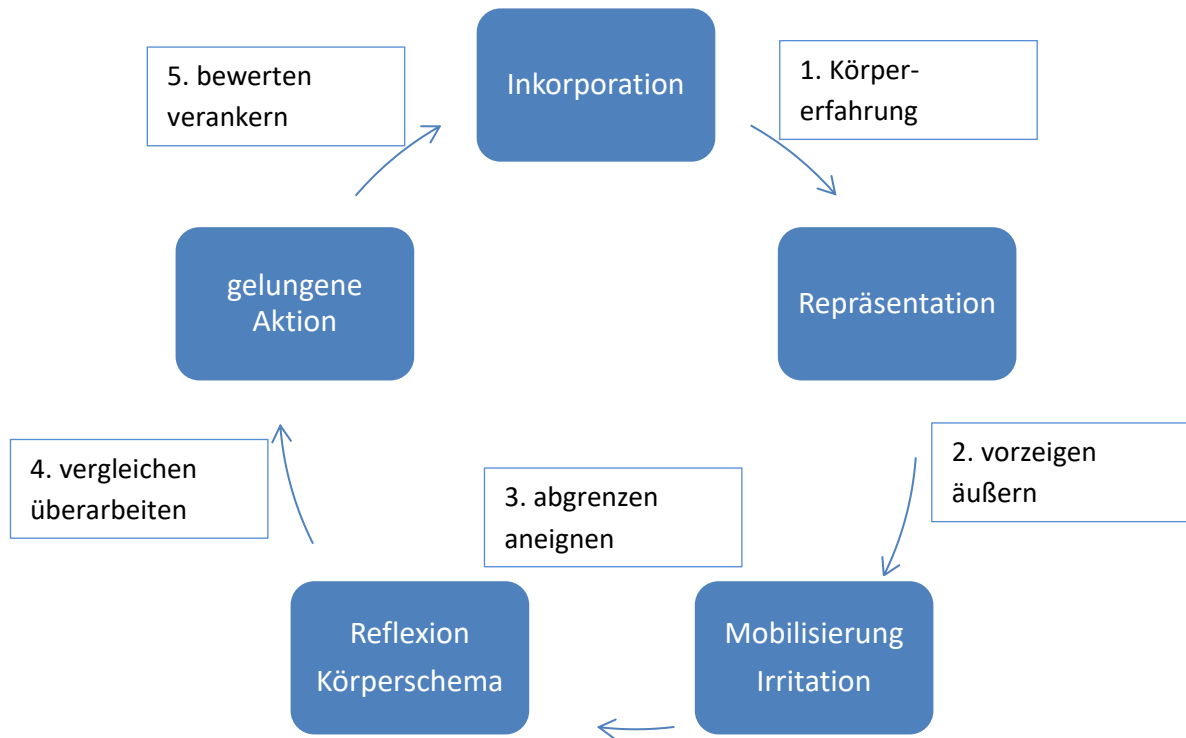
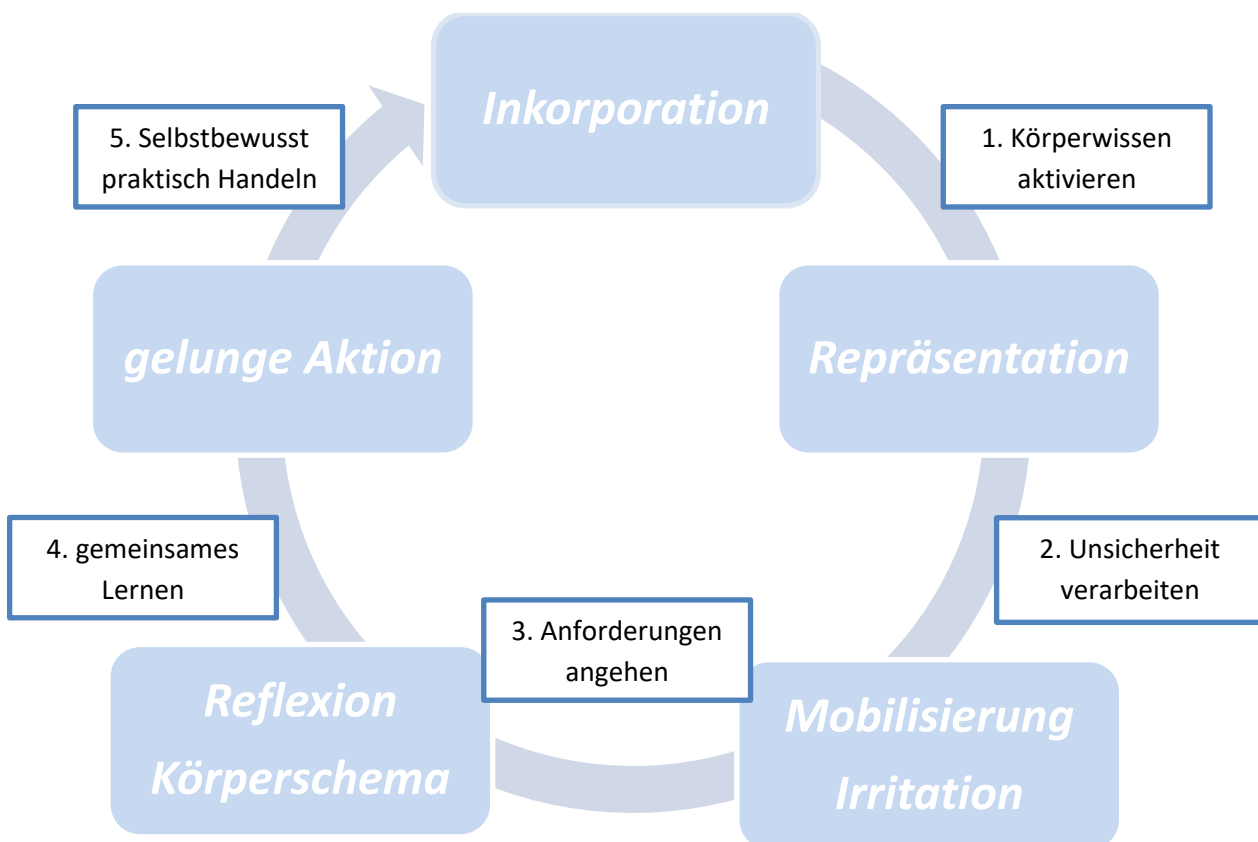


Schaubild: Prozess des Lernhabitus in der praktischen Kursanleitung in der Gruppe



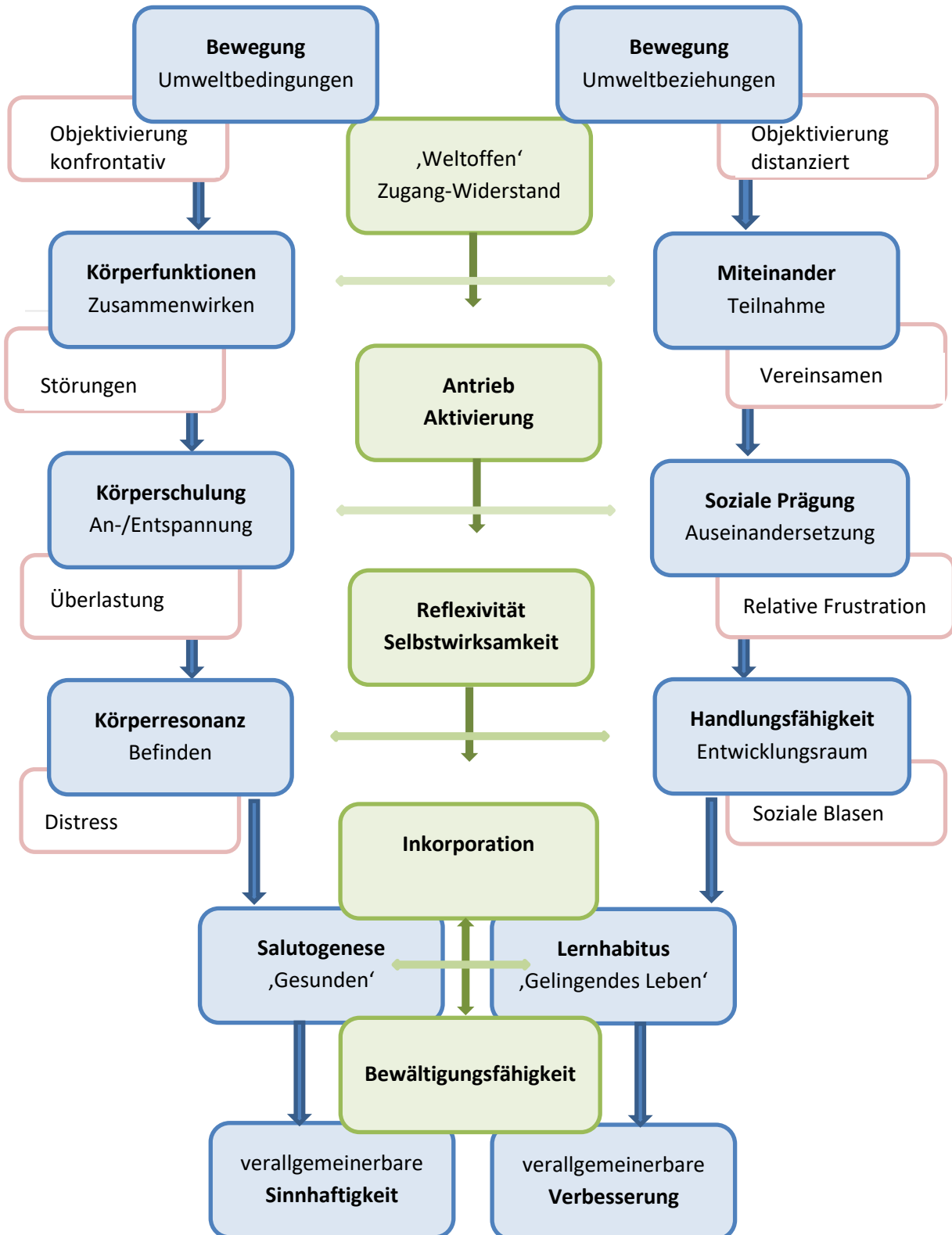
Zusammenhänge der Sportlichen Aktivierung für Studierende (SAS)

dm 12.01.23

von körperlicher Wirkung aus

mögliche Perspektiven

von handelndem Subjekt aus



Zusammenwirken von Salutogenese und Lernhabitus in sportlicher Aktivierung für Studierende

Sportliche Aktivierung baut selbstverständlich und grundsätzlich auf Bewegung. Sie greift jedoch, nicht einfach zu bemerken, eine unterschiedliche Gewichtung menschlicher Bewegung in anthropologischer Betrachtung auf. Der Mensch ist demnach ‚in die Welt gestellt‘, deren Teil er ist und die er gleichermaßen ‚begreifen‘ will. Die Bewegung trifft auf eine Umwelt, die als Widerstand bemerkt wird, die für Menschen zum umgebenden Raum wird und die zur Orientierung anhält. Dies lässt uns zunächst den eigenen Körper als Gegenüber spüren und betrachten. Zugleich trifft dieser Körper aber auch, geleitet oder spontan, eine reale Umwelt, die ebenfalls betrachtet, berücksichtigt und gar gestaltet werden will. So öffnet Bewegung über den Körper den Zugang zur Wirklichkeit, deren Wahrnehmung und Deutung.¹¹⁵ So stößt Bewegung unterschiedliche, aber zusammenhängende Objektivierungen an: wenn eine Tür nicht vorhanden oder geschlossen ist, wenn ein dringendes Bedürfnis antreibt, wenn die Mitmenschen abraten oder drängen.

Es gibt eine breite, tiefsinnige und bis auf Aristoteles zurückgehende Diskussion, wie die sinnliche Wahrnehmung den eigenen Körper und damit den wahrnehmenden Menschen erfasst, wie der Mensch reale Umwelt und sich selbst in einem Widerstand begreift, etc. Diese Diskussion ist spannend, es fehlt jedoch an intersubjektiver Überprüfbarkeit. Festzuhalten sind daher praktische Ansätze: einerseits Erfahrungen in der Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper und dessen Vermögen, andererseits Erfahrungen mit prägenden Einflüssen der Lebensbedingungen. Diese beiden praktischen Ansätze können sinnvoll verfolgt und zusammengeführt werden.

Eine lange Geschichte forschender Betrachtung sieht einen Dualismus in solchen Objektivierungen. Gesehen wird zum einen der menschlichen Körper als bewegendes Ding, das mit Aufgaben der Umwelt und der eigenen Funktionen zu tun hat und hierbei untersucht, gestärkt und repariert werden soll. In dieser Sichtweise etablierte sich ein biologisch-medizinisches Verständnis von ‚Gesundheit‘, in dem Untersuchung und ‚Bearbeitung‘ des menschlichen Körpers zugleich ein besseres und gutes Verständnis der menschlichen Lebensweise implizierte. Zum anderen hat die Besinnung auf das soziale Wesen, das sich in Umwelt und Mitwelt bewegt und diese beeinflusst, die vernunftbegabten Menschen veranlasst, die eigene Herkunft, Prägung und Verantwortung untereinander zu begreifen. In dieser Betrachtung etablierte sich ein ethisches Verständnis des Zusammenlebens, in dem der soziale Körper gemeinsame Normen begründet und anpasst.

Ausgangspunkt nachfolgender Überlegungen ist es, diesen Dualismus, der sich historisch bis hin zur Dichotomie von Körper und Geist verfestigte, praktisch aufzugreifen und in einer Verbindung von möglichen positiven Entwicklungen zusammenzuführen. Hierfür erscheint das Zusammenwirken zweier ausgewiesenen Denkfiguren, von Salutogenese und Lernhabitus, naheliegend und praktikabel.

Zunächst kann festgehalten werden, dass die körperliche Objektivierung eine erste und einfache Plausibilität erlangte, vor allem entlang des beruflichen Siegeszugs der biologisch begründeten Medizin. Untersucht wurden z.B. der Blutkreislauf, der Knochenaufbau, die Nervenstränge und alles dies konnte entlang der Funktionen immer weiter und tiefer aufgedeckt und im Zusammenwirken, bzw. in Störungen, im Objekt ‚Körper‘ verstanden und ggf. repariert werden.

Noch früher breitete sich das soziale Lebewesen aus, gewann im Miteinander durch vergleichende Beobachtungen und erfahrene Einsichten, entwickelte Arbeitsteilung, verbesserte Lebensbedingun-

¹¹⁵ „Realität bezeugt sich primär im Widerstand, der ein Bestandteil der Tast-Erfahrung ist. Im Fühlen meiner eigenen Realität durch irgendwelche Art von Anstrengung, die ich mache, fühle ich die Realität der Welt. Und eine Anstrengung mache ich in der Begegnung mit einem Andern-als-ich-selbst.“ (Hans Jonas: Der Adel des Sehens, zit. M. Schloßberger: Anthropologie des Tastsinns: Bewegung – Leibkonstitution – Wirklichkeit.- HU Berlin 2019)

gen und formulierte Menschenrechte. Soziale Teilnahme verbreitete Instrumente des Verstehens und der Verständigung, zu denen auch Sprache etc. gehörte. Sie sicherte gegen natürliche Feinde aller Art, wozu auch Heilmittel und dann Medikamente etc. nutzten.

Ebenso früh wurde sportliche Aktivierung zu einem selbständigen Antrieb, in dem besondere Anstrengungen zivilisatorische Nachlässigkeiten auffingen. In spielerischen Übungen wurde der eigene Körper in Gang gesetzt und dessen Funktionieren konnte dann vor allem in einzelnen Muskelgruppen und Sehnen verfolgt werden. Zugleich offeriert sportliche Aktivierung einen spielerischen Zugang zu objektiv Anderen, mit denen ein Zusammenspiel möglich ist und die zum Vergleich anregen. Das Zusammenspiel musste organisiert und geregelt werden. Beide Dimensionen ermöglichen es, Erfahrungen mit den eigenen und den anderen Körpern zu sammeln. Beide Dimensionen drängten natürlicher Weise zum Ausprobieren, zur Steigerung, zum Ausbau der körperlichen Fähigkeiten und des Zusammenwirkens. Beide Stränge hatten immer schon gemeinsame Überschneidungen, boten gleicherweise Möglichkeiten von Erfahrungs- und Lernprozessen, verfolgten jedoch getrennte Sichtweisen.

Mit Renaissance und Aufklärung wurde auch der neuzeitliche Mensch verstärkt und letztlich auf sich selbst verwiesen; er fand sich in der schwierigen Lage, das eigene Vermögen zu fassen und auszubilden. Hierbei diente die körperliche Entwicklung unter Anforderungen mitsamt Wahrnehmung und Sensibilität als Blaupause, zugespitzt in der allgemeinen Bedeutung von „Gesundheit“. Auf der anderen Seite erwies sich das soziale Miteinander als prägende Herausforderung, in der Hierarchien und Zusammenarbeit ausgebildet wurden. Differenzierte Ordnungen prägten Erwartungen und Pflichten in weichen Rahmungen. Das komplexe Geflecht von überkommenen und neuen Widersprüchen zwang zu kritischer Reflexivität der eigenen Unvollkommenheit und unsicheren Gestaltung. Die Fähigkeit zu kritischer Reflexivität, die Vernunftbegabung, näherte die beiden aufgezeigten Objektivierungen an, insofern sowohl der Körper wie auch die Sozialität einen praktischen Resonanzboden abgeben können.

Diese allgemeine Grundlage praktischen Handelns sehen wir also zum einen in dem Bezug des Menschen zu seinem Körper, der das jeweilige Befinden zugänglich macht, die Auseinandersetzung registriert und Begrenzungen vermeldet. Zum anderen öffnen sich im praktischen Tun auch Handlungsmöglichkeiten und Handlungszwänge unter den Bedingungen der Natur und des sozialen Umfeldes.

Die praktischen Handlungsoptionen (als Möglichkeit oder Zwang) können als dauerhafte Orientierung auf ein „Gesunden“, also auf eine latente und wiederkehrende Auseinandersetzung, verstanden werden, deren Ergebnisse körperlich registriert und benutzt werden. Das positive, gleichwohl abhängige Bemühen, in den Körper zu horchen, die Funktionen des Körpers zu berücksichtigen und zu optimieren, aktiviert die Handlungsfähigkeit, die sich wiederum in der realen Umwelt und Mitwelt beweisen muss. Diese Bewältigungsfähigkeit wird in Bewegungsfreiheit und zweckgebundener Selbstwirksamkeit praktisch, sichtbar und ist in Auswirkungen zu bewerten.

Vergleichbares erfolgt, wenn die gesellschaftliche Teilhabe mit Lernprozessen versehen wird, in denen sich die Verpflichtung zur Ausbildung angeborener Fähigkeiten auswirkt. Bildung wird in diesem allgemeinen Zuschnitt nicht nur kulturelle Einordnung, sondern Folie von allgemeinen, mehr oder weniger angenommenen Entwicklungsaufgaben. Auch diese Aufgaben fordern die angesprochenen Bewältigungsfähigkeiten, die sich so ausprägen und in entsprechender Weise inkorporiert werden.

Der von Ernst Bloch benutzte Begriff ‚Gesunden‘ steht für eine dauerhafte Aufgabenstellung, wie sie im Konzept der Salutogenese von Aaron Antonovsky in drei aufeinander aufbauenden Schritten bestimmt wurden. Gesundheit wird so nicht als Abwesenheit von Krankheit, sondern als eigener Weg zur Gesundheit mit den ‚Stationen‘ Wahrnehmbarkeit, Machbarkeit und Sinnhaftigkeit gefasst. Hierin ist jedoch weiterhin eine nicht weiter gefasste Wertigkeit enthalten, die eher als natürlicher Zustand vorgestellt wird. Dies wird v.a. der menschlichen Diversität nicht (mehr) gerecht.

Andererseits umfasst der Lernhabitus nach Pierre Bourdieu die Gesamtheit der Lerndispositionen eines Individuums – und damit perspektivisch die zu erreichenden Bewältigungsfähigkeiten im sozialen Kontext. Der Lernhabitus ist von praktischen Lebensumständen (primäre und sekundäre Sozialisation) wie von eigenen Zielsetzungen geprägt und in unbewusst ‚einverleibten‘ Lebenserfahrungen festgehalten. Wir sehen im Lernhabitus einen Bildungsauftrag, der positiv auf ein ‚gelingendes Leben‘ ausgerichtet ist, das wiederum im gesellschaftlichen Geflecht immer wieder ‚gefunden‘ werden muss und das auf eine nicht an sich konkretisierte Wertigkeit verweist.

Sowohl das Konzept der Salutogenese, als auch des Lernhabitus können in diesem Verständnis derart aufeinander bezogen werden, dass Körper und Leib, Materie und Geist usw. nicht im Gegenlicht verstanden werden oder unterschiedliche praktische Sichtweisen enthalten. In beiden Konzepten werden sportliche, spielerische, vergleichende, entwicklungsorientierte Aufgabenstellungen in alltägliche Bewegungen eingebaut, in denen eine positive Grundeinstellung vorherrscht: Freude an kräftigenden oder rhythmischen Bewegungen, Lust an herausfordernder Bewältigung, Resonanz auf Erlebtes und Erreichtes, aber auch und gerade Irritationen, neue Justierungen, Ziele und Zwecke der körperlichen Einsatzes im Miteinander.

Die gemeinsame Orientierung von Salutogenese und Lernhabitus nimmt die Unvollkommenheit menschlichen Daseins und Handelns als Herausforderung, die wiederum durch den Auf- und Ausbau von Bewältigungsfähigkeiten angenommen werden kann. Das praktische Eingreifen ist somit nicht vorbestimmt, sondern folgt reflektierter Erfahrung und eingedenk der begrenzten und widersprüchlichen Reichweite menschlicher Planungen. Sportliches Können zielt in diesem Sinne nicht auf ‚Lösungen‘, sondern folgt der permanenten Verpflichtung, die Bezüge zum Körper und zur Sozialität zu reflektieren, diese Erfahrungen auszutauschen und sich auf wahrnehmbare, machbare und sinnhafte Ziele zu verständigen. Diese ethische Ausrichtung findet eine praktische Handhabung im kategorischen Imperativ, also der Überprüfung, ob die Aktivierungen in überschaubarer allgemeiner Weise Sinn machen, bzw. zu allgemeinen Verbesserungen führen können.

Eine einfache Dimension dieser Praxis bietet sportliche Aktivierung, wenn sie als Prozess und Aufgabe, also nicht als Event oder Ergebnis, verstanden und verfolgt wird. Die Inkorporation sinnvoller Erfahrungen in sportlicher Aktivierung bietet die Möglichkeit, Verbesserungen zu erkennen, anzustreben und zu überprüfen. Diese Möglichkeit liegt grundsätzlich der sportlichen Aktivierung praktisch zugrunde und kann schrittweise aufgegriffen und ausgebaut werden. Sie entbindet nicht von der Suche und Verständigung, welche verallgemeinerbaren Ziele und Zwecke einen sinnhaften Einsatz lohnen und eine bessere Welt für Menschen markieren.

Forschungsprojekt: „Gesundheitsförderung für Studierende durch sportlicher Aktivierung. Zur Unterstützung nachhaltiger Entwicklungs- und Lernfortschritte“ – Merkmale (teilnehmende Beobachtung, Testung, Interviews)

dm, um 14.12.22

a) Zugang durch griffige Motivation

- Spielerische Erkundung auf vorhandener Basis
- Bewegungsfreude entwickeln
- ‚Kleine Schluchten‘, Mut aufbauen
- Studium als eigene Aufgabe in komplexen Bedingungen
- Körperwissen wahrnehmen
- Schwächen als Baustelle nehmen
- Eigenverantwortung annehmen

b) Intendierte Bewegung

- Entscheidung für sportliche Aktivierung als Lernprozess
- Verlässlichkeit, Rolle und Platz in der Gruppe einnehmen
- Erfahrungen sammeln, Körperwissen bestätigen
- Repräsentation in heterogener Gruppe
- Nachahmen, Vergleiche zulassen, Scham überwinden
- Irritationen, Verfremdungen annehmen
- Aufmerksamkeit und Rücksicht als Gemeinsamkeit, social support
- Praktische, dosierte Steigerungen
- Absichten reflektieren und gegenprüfen

c) Wertvolle Zwecksetzungen

- Selbstwirksamkeit im ‚Gesunden‘, Eigenverantwortlichkeit
- Risiken und Eigenverantwortlichkeit in Entwicklungen
- Miteinander als Stärke, gegen soziale Isolation
- Umgang mit verschiedenen Haltungen, Bindungen reflektieren
- Bewertung und Festhalten gelungener Aktionen
- Inkorporation ‚gesunder‘ Anstrengungen
- Verallgemeinerbare Verbesserungen verfolgen