

Beate Blanke

Bewegung, Spiel und Sport als kulturelle Betätigung von Frauen und Männern

Frauen und Männer haben ein unterschiedliches Verhältnis zu Bewegung, Spiel und Sport. Obwohl Frauen und Mädchen bei uns inzwischen den Zugang zu allen Bewegungs- und Sportmöglichkeiten haben, bevorzugen sie immer noch angestammte Bereiche. Im Vereinssport tummeln sie sich hauptsächlich in dem Bereich Gymnastik, Tanz und Turnen. In der Medienberichterstattung dominieren immer noch die Bilder geschlechtsspezifischer Subkulturen trotz vieler Fälle von „Grenzüberschreitung“, beispielsweise im Boxen oder vor allem im Fußball: Bereits zu Anfang der 90er Jahre gab es ca. 20 Millionen fußballspielende Frauen auf der Welt (Fechtig 1995), und nicht nur in Deutschland ist die Quote in den letzten Jahren stark angestiegen. Der Gewinn der Fußballweltmeisterschaft fand folgerichtig in den Medien große Aufmerksamkeit, ändert aber nichts an der Realität: Noch immer ist das Gros der Mädchen und Frauen nicht davon überzeugt, dass ihnen der *gesamte* Bewegungsbereich offen steht; das Engagement in „Männersportarten“ ist noch nicht selbstverständlich und selbst aus Sicht der Akteurinnen häufig begründungsbedürftig. Ursache dafür sind die unterschiedlichen Erlebnisqualitäten der Sport- und Spielszenarios bei Frauen und Männern.

Untersuchungen haben gezeigt, dass die vorherrschende Tendenz zu Überbietung, Konkurrenz, die mit Sport und Spiel in Verbindung gebracht werden und die Männern und Jungen zu liegen scheinen, langfristig für die meisten Mädchen und Frauen nicht attraktiv sind; sie tendieren stattdessen stärker zu gesundheitsorientiertem Sport oder kooperativ-gemeinschaftlich gestimmten Sportgruppen (Kugelmann 1996). Mit Forschungen, die ein Stück weit in den unbewussten emotionalen Bereich vordringen, zeigt sich, dass auch diese Sport- und Bewegungsbereiche eher eine Verengung bedeuten, das heißt Frauen (übrigens auch Männer!) finden im Sport häufig nicht das, was sie eigentlich suchen, sondern fühlen sich durch ganz bestimmte Zuweisungen getrieben: „Sport sei hierfür gut oder dafür seien diese und jene Bewegungen gut“ – *Funktionalisierung* von Bewegung statt *Bewegungsgenuss* also (Blanke 2003).

Sieht man einmal von dem vielfach untersuchten und bestätigten „Feel-Better-Phänomen“ ab, d.h. den Stimmungsverbesserungen als Folge sportlicher Betätigung insbesondere bei den Ausdauersportarten (Brehm 1998), so sind die mit den Sport- und Bewegungsformen verbundenen Zuschreibungen und Erwartungen der Öffentlichkeit eher hinderlich für die eigene Bewegungsentwicklung. Ein bisher noch wenig begangener Weg, der gleichwohl erfolgversprechend erscheint, dürfte die Akzentuierung des *individuellen* Sinns von Sport, Spiel und Bewegung sein. So läßt sich zeigen, dass der Wechsel zwischen ungewöhnlichen, emotional anregenden (z.B. Lachen provozierenden) Bewegungs- und Spielformen und dem individuellen, gewohnten Bewegungsrepertoire einen guten therapeutischen Effekt hat. Bewegung und Sinn werden hierbei unmittelbar am eigenen Leib verspürt und nicht durch gesellschaftliche Zuschreibungen vermittelt (Blanke, Landeck, Meyer 2001).

Mit dem Problem der gesellschaftlichen Zuschreibungen und (Vor-)Urteile haben sich sowohl Männer als auch Frauen auseinanderzusetzen. Aber es gibt tendenzielle Unterschiede: Bei Männern darf das „Prestige“ nicht außer Acht gelassen werden, wie der Stellenwert von Trendsportarten und Extremsport zeigt – wobei ein deutliches Gefälle zwischen Einstellung und Verhalten einkalkuliert werden muss (Bungee-Jumping und Canoeing werden dann doch vergleichsweise selten realisiert). Bei Frauen dürfte es vor allem darauf ankommen, dass Sportangebote mit bisherigen Lebensstilen und Einstellungen vereinbar sind. Deswegen ist es so wichtig, geschlechtsspezifische und -typische Lebensweisen und Bewegungsvorlieben zu beachten und zu erforschen, damit Sportangebote auch treffsicher entwickelt werden können.

Für Frauen und für Männer gleichermaßen gilt, dass die *elementaren* Bewegungen, die Menschen in der Lage sind, auszuführen, und mit denen unterschiedliche Stimmungslagen verbunden sind (u.a. Drehen, Gleiten, Schwingen, Schweben, Laufen, Hüpfen, Drücken, Stoßen; nach Laban 1995; Weinberg, Lietzberg 2001), möglichst in den Alltag integriert werden. Wenn die – geschlechtstypische – Bewegungskultur entsprechende Elemente nicht oder nur unzureichend enthält, dann kann es zu Einengungen „lebendiger Beweglichkeit“ kommen. Man kann sich allerdings bis zu einem gewissen Grad darauf verlassen, dass “sich der Körper schon das holt, was er braucht”, wenn auch auf indirektem Weg. So zum Beispiel das sich Fallenlassen, sich mal der Kontrolle zu entledigen und andere die Aufsicht führen zu lassen: Beim Zehnkampf können sich Männer bei der letzten Disziplin, dem 1500m-Lauf, tatsächlich erlauben, auf der Bahn zusammenzusinken, zu weinen und sich gegenseitig in den Armen zu liegen, was sonst im Alltag selten möglich zu sein scheint.

Literatur

- Blanke B. “Bewegung ist ein Lebensmittel und keine Medizin”. In: Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung (HAG): Weltgesundheitstag 2002. Gesund leben – in Bewegung bleiben. Hamburg; 2003.
- Blanke B, Landeck K, Meyer I. Erleichtert lachen ... lernen – Bewegungsangebote für Frauen, die unter Verstopfung leiden. In: Spectrum der Sportwissenschaften, Wien; 2/2001, S. 72-80.
- Brehm W. Stimmung und Stimmungsmanagement. In: Bös K, Brehm W (Hrsg.). Gesundheitssport – Ein Handbuch. Schorndorf: Hofmann; 1998, S. 201-211.
- Fechtig B. Frauen und Fußball: Interviews, Porträts, Reportagen. Dortmund: Ed. Ebersbach im eFeF-Verl; 1995.
- Kugelman C. Starke Mädchen - Schöne Frauen. Butzbach-Griedel: Alfa; 1996.
- von Laban R. Kinetografie. Labanotation. Einführung in die Grundbegriffe der Bewegungs- und Tanzschrift (1955). Wilhelmshaven: Noetzel, Heinrichshofen-Bücher; 1995.
- Weinberg P, Lietzberg J. Lebendigkeit – Berufsschulsport: Auswertungsbericht. Forschungsbericht. Hamburg; 2001.

PD Dr. Beate Blanke, Bewegungs- und Sportwissenschaftlerin, Universitäten Bremen und Hamburg
Anschriften:

- *Institut für Bewegungskultur und Sportmanagement*
Universität Bremen
28334 Bremen
Tel. +49 (0)421 218-7559
blanke@uni-bremen.de
www.sport.uni-bremen.de
- *Institut für Bewegungsforschung*
im Bildungswerk des Verbandes für Turnen und Freizeit Hamburg
Schäferkampsallee 1
20357 Hamburg