

Rogan: Warum so viele Sportler ausrasten

"Gründe der Sucht"

05.10.2014, 14:31



Markus Rogan kommentiert in der "Krone" die Psyche von Sport-Superstars wie Michael Phelps.
Foto: APA/Herbert Pfarrhofer, AP

Markus Rogan, angehender Psychotherapeut, erklärt in einem Gastkommentar für die "Krone", warum derart viele Spitzensportler ausrasten, und schreibt über die "Gründe der Sucht".

Ray Rice, ein bekannter NFL-Spieler, schlägt seine Frau; Schwimm-Superstar Michael Phelps gibt mit 1,4 Prozent Alkohol im Blut Vollgas; und Golf-Legende Tiger Woods ist sexsüchtig! Wir haben uns bereits daran gewöhnt, dass Sportler sämtliche Grenzen überschreiten.

Der Athlet ist selbst schuld, oder? Natürlich muss jeder die Verantwortung übernehmen, Untaten sind unentschuldig. Aber versetze dich einmal in eine Welt, in der du von Millionen von Fans und Dollars gefeiert wirst! Wenn ein Tor, ein Sieg oder ein Hole-in-One einen Ausbruch von Euphorie, Jubelgeschrei und Liebeserklärungen verursacht. Eine Welt, in der deine Identität als Person mit Großartigkeit, Kraft und Perfektion synchron geschaltet wird.

Auf der rationalen Ebene glaubst du nicht an deinen eigenen Kult. Aber rationales Denken findet im präfrontalen Cortex statt, der dabei komplett überrannt wird. Ein Heroinsüchtiger weiß auch, dass die Spritze nicht gut für ihn ist. Aber sein Gehirn steht unter dem Bann eines mächtigen, animalistischen Ablaufs: Adrenalin- und Dopaminrezeptoren werden aktiviert, Neuronenbahnen, die sich seit Millionen Jahren kaum verändert haben, laufen heiß.

Das Gleiche passiert, wenn wir Applaus hören. Es fühlt sich gut an. Wir lieben es. Wir wissen, es ist Irrsinn, aber wir spüren, die Welt ist unsere. Positive Bestätigung ist die effektivste Form psychologischer Konditionierung. Dieser unreflektierte Applaus kreiert eine giftige Melange an Berühmtheit, Langeweile und gefühlter Unverwundbarkeit für alle Sportler. Reporter zelebrieren gebrochene Rekorde, Fans offerieren monotonen, abgedroschenen und doch süchtig machenden Jubel, Sponsoren verwandeln Athleten in Statuen aus Gold.

Aber wo ist die Grenze? Wenn dich kein Gegner bremsen, kein Fan und keine Werbekampagne berühren kann, wo spürst du dich selbst? Wo hörst du auf, und wo fängt deine Rolle an? Tief drinnen suchen wir alle nach jemandem, der uns sagen kann, wo die Realität endet und die Fantasie beginnt. Wenn wir niemanden finden, suchen wir weiter. In einer Flasche. In einem Auto. Bei Vollgas auf der Autobahn. Und manchmal sagen wir dem Polizisten, der uns aufhält und uns ein bisschen die Realität aufzeigt, leise "Danke". Aber nur ganz leise. In dem kurzen zwischenmenschlichen Moment, den wir haben, bevor der Applauszirkus wieder von vorne losgeht...

Markus Rogan (@mahrqoos) ist Olympiamedaillengewinner, ehemaliger Weltrekordhalter, angehender Psychotherapeut und kämpft mit seiner eigenen Applaussucht.

Übrigens kündigte Michael Phelps am Sonntag an, wieder eine Schwimm-Auszeit zu nehmen, um an einem Programm teilzunehmen, das ihm hilft.

Kronen Zeitung