

# Das Glücksgefühl beim Fußball und wenn es entgleist

## Fans, Ultras und Hooligans aus psychologischer Sicht



Dipl.-Psych.  
Benedikt Waldherr

Auch ich bin ein Fußballinteressierter. Beinahe könnte ich mich sogar als Fan der deutschen Nationalmannschaft bezeichnen, wäre sie nicht durch Überforderung an den Rand ihrer Möglichkeiten gebracht worden.

Die Lebensform eines Ultras wie auch die eines Hooligans liegen jedoch außerhalb der Vorstellungen des normalen Fußballinteressierten. Aber wie unterscheidet sich der normale Fan vom Ultra und der Ultra vom Hooligan?

Der normale Fan liebt seinen Sport, egal ob es sich dabei um Fußball oder um eine andere Sportart handelt. Dabei besitzen Menschen die Fähigkeit, sich mit Anderen zu identifizieren, in diesem Fall also mit einem Sportler oder einer Mannschaft. Diese Fähigkeit ist die Voraussetzung dafür, dass beispielsweise der Fußball dem Fan eine Art Kick, das heißt im weitesten Sinne einen Lustgewinn verschafft. Wissenschaftler vermuten, dass für diese Lust und das Engagement beim Zuschauer die Stimulation der dopaminergen Gehirnzellen verantwortlich ist.

Egal ob bei Fußball, Boxen, Leichtathletik oder Wintersport, überall gilt das gleiche Prinzip: Ob ein Fan mitfiebert, und das gilt auch für jeden Hooligan und jeden Ultra, hängt von der Identifikation mit den Handelnden auf dem Spielfeld ab. Es muss dabei gar nicht unbedingt die Mannschaft der eigenen Stadt oder Nation sein. Zwar ist es oft die eigene Nationalität, kann aber auch genauso die weiße oder schwarze Hautfarbe, das politische System, die Liebe zum Schwächeren oder einfach nur die Sympathie für einen bestimmten Sportler sein.



Bengalisches Feuer in einer Fankurve.

Foto: Thomas Lobnes, ddp

### Prozesse im Gehirn

Neben der Dopaminausschüttung spielt dabei eine erst jüngst entdeckte Gehirnstruktur eine wesentliche Rolle: Die so genannten Spiegelneuronen. In den prämotorischen Kortexarealen, in denen unsere Bewegungsprogramme entstehen beziehungsweise vorausgeplant werden, sind ganze Neuronengruppen mit dem Spiegeln und Imitieren von Verhaltensweisen beschäftigt. Meist durch visuelle Eindrücke von Außen, werden – in vielen Fällen sogar unbewusst oder teilbewusst – Handlungen mit vollzogen, kopiert oder nachgeahmt. Die Spiegelneurone sind eine relativ junge Entdeckung einer Gruppe von Neurowissenschaftlern um den italienischen Forscher Rizzolatti. Sie besitzen eine zentrale Bedeutung für das menschliche Lernen am Modell und das menschliche Verhalten. Die Tendenz, über die Spiegelneurone komplexe Verhaltensmuster zu lernen, ist uns angeboren. Deshalb können wir uns so gut in andere Menschen hineinversetzen. Und wir leiden bei dramatischen Liebesszenen im Spielfilm genauso mit, wie bei knappen Entscheidungen im Sport.

### Das Glücksgefühl der Fans

Die faszinierende Konsequenz der permanent im Hintergrund ablaufenden Arbeit unserer Spiegelneuronen ist, dass wir beim Sport regelrecht mitfieberten oder mitspielen, wenn auch nur in unserem Gehirn. Wir fühlen uns derart in die Sportler ein, als würden wir selbst spielen. Dankenswerter Weise dürfen wir dabei Fernsehen, auf der Couch liegen, Bier trinken und Chips vertilgen. Wird aller-



Fundgrube für Ultra-Fans: Trikots von bekannten Fußballspielern.

Foto: www.BilderBox.com

dings die Dopaminstimulation so stark, dass wir glauben, selbst auf dem Platz zu sein, dann schießen wir auch schon einmal den entscheidenden Ball ins Kreuztuch und dann zuckt nicht nur der Fuß: Ein identifizierter Fan springt aus seiner bequemen Couchposition hoch, umarmt die Freunde und erlebt Glücksgefühle ungeahnten Ausmaßes. Natürlich ist er umgekehrt am Boden zerstört, wenn das Tor gegen die „eigene“ Mannschaft fällt. Allein durch das Zuschauen bei einem spannenden Spiel werden letztendlich unsere

komplexen Neuronensysteme dermaßen stimuliert, dass wir in uns sowohl Glückshormone als auch Leistungs- und Motivationsbotenstoffe in Hülle und Fülle ausschütten.

Doch auch wenn wir noch so intensiv stellvertretend mitleben, so können wir uns nach einiger Zeit, wenn beispielsweise die eigene Mannschaft verloren hat, wieder distanzieren: Ich war es nicht, es ist nicht wirklich meine Schuld. Es war Jens Lehmann, der den Ball ins Tor gelassen hat oder Kevin Kuranyi, der die Flanke nicht verwandeln konnte. Ähnlich wie bei Spielfilmen können wir wieder in das eigene Leben zurückkehren, als kämen wir zurück aus einer anderen Welt. Dabei kann sich der Fan entweder aus der Affäre ziehen und sich als unschuldig erleben oder aber, wenn das Spiel gewonnen wurde, stundenlang die schönsten Szenen und Tormomente vor dem inneren Auge wiederholen und sich damit auch beim inneren Ablauf der schönen Sportereignisse noch einmal glücklich fühlen.

Soweit zu den Grundelementen, warum Sport anschauen so viel Spaß macht. Wer sich jedoch nicht mit einem Protagonisten identifizieren kann, der steht etwas abseits und verwundert vor denjenigen, die bei einem Fußballspiel regelrecht mitleiden.

Beim Fußball kommt noch hinzu, dass das Gefühl, in einer Gruppe von Freunden aufgehoben zu sein, mitgetragen zu werden und die gleichen Erfahrungen zu teilen, unserer Sozialität als Menschen entspricht. Der Mensch ist nicht zum Einzelleben à la Robinson Crusoe geboren worden. Teamspirit ist nicht nur der Name des aktuellen Fußballs, sondern auch der Motor vieler großartiger Leistungen, die hier vollbracht werden. Das verbindet die Fußballfans untereinander genauso, wie es die Fußballmannschaft untereinander verbindet. Um auf diese Weise Freude am Sport zu haben und teilzunehmen, braucht es im Grunde nicht viel – außer natürlich einen Fernseher oder eine Eintrittskarte ins Stadion, und was man sonst so gerne beim Zuschauen zu sich nimmt. Wesentliche Voraussetzung ist dabei die eigene entwickelte Persönlichkeit, die zum symbolischen Interagieren in der Lage ist.

## Symbolisches Agieren

Symbolisches Agieren oder Interagieren bedeutet Folgendes: Wir leben in einer hoch entwickelten Kultur, die sich fundamental dem Gewaltverzicht der Menschen untereinander verschrieben hat. Wenn wir uns mit unseren Mitmenschen auseinander setzen, dann geschieht dies über symbolische Systeme.

Das zentrale symbolische System des Menschen ist die Sprache: Er drückt Ärger, eine unterschiedliche Meinung oder Konflikte primär in Worten aus. Wenn das nicht ausreicht, sucht er sich jemanden, der besser sprechen oder besser mit Worten umgehen kann. Das ist oft ein Rechtsanwalt und die Streitenden treffen sich vor Gericht wieder.

Doch niemals geht man in hoch entwickelten Systemen dazu über, sich sozusagen den Schädel einzuschlagen. Viele Evolutionsbiologen und Forscher der Stammesgeschichte des Menschen vermuten sogar, dass es vor allem Menschen mit besonders guter Fähigkeit zu symbolischen Interaktionen waren, die sich in der Evolution durchgesetzt haben. Denn viele, die immer gleich das Schwert zückten und den Kampf suchten, starben möglicherweise noch bevor sie sich fortpflanzen konnten.

Eines der beliebtesten symbolischen Aktionsfelder der Neuzeit ist neben dem Sport auch der Straßenverkehr. Hier wird gerne Aggression in symbolischer Form von Rennfahrten ausgelebt. Allerdings ist dabei echte Gefahr im Spiel, und zwar Gefahr auf Leben und Tod. Gott sei Dank muss man das bei Streitgesprächen in Vertreterversammlungen, auf Ärztetagen oder vor Gericht am Ende nicht befürchten. Der politische Gegner begeht im schlimmsten Fall geschickt Rufmord. Nichtsdestotrotz hat die Fähigkeit zum symbolischen Interaktionismus unsere hoch entwickelte Kultur erst ermöglicht. Sie setzt allerdings voraus, dass die Menschen in der Lage und reif genug sind, ihre Fäuste stecken zu lassen und stattdessen die Zunge zu betätigen, wenn es hoch hergeht.

## Ultras und Hooligans

Nun zu den Gruppierungen der Ultras und Hooligans: Bei beiden ist meines Erachtens eine Veränderung im Umgang mit den symbolischen Repräsentanten beim Sport zu erkennen.

Ultras gehören zu einer Bewegung, die in den Sechziger- und Achtzigerjahren in Italien entstanden ist. Sie benutzen viele Symbole, vom Schal angefangen über die Flagge bis hin zu komplizierten Bewegungstänzen auf den Tribünen, um ihre Mannschaft zu unterstützen und ihr zu helfen. Es sind Fangruppen, die sich der intensiven und aufopferungsvollen Unterstützung des eigenen Vereins verschrieben haben. Sie bewegen sich im Bereich der Über-Symbolisierung: Vom T-Shirt über die Unterhose bis zur Kopfbedeckung tragen sie die Farben ihres Lieblingsvereins am Kör-



Rote Karte für Gewalt: Fairness auf dem Platz und in den Stadien.

per. Ultragruppen werden von vielen Vereinen, vor allem in Italien, hochgeschätzt und sind insbesondere in Italien weit verbreitet. Doch auch in Deutschland entstehen zunehmend solche Intensiv-Fanggemeinschaften. Im Grunde ist jeder Fanclub bereits ein erstes Stück Ultrabewegung.

Interessanterweise hat sich die Ultrabewegung in England nicht etablieren können. Vielmehr kommen von dort die Hooligans, also die gewaltbereiten Fußballfans, die den gegenteiligen Weg beschreiten: Statt zum Symbol greifen sie zur Faust, zum Feuerzeug oder zum Schlagstock. Dabei verlieren sie die Fähigkeit zur symbolischen Interaktion. Hooligans werden wieder handgreiflich. Sie suchen primär die Gewalterfahrung und den Kampf, der ursprünglich einmal am Anfang der Entwicklung des Sportes gestanden hatte.

Es war die olympische Idee und die Idee des Sportes insgesamt, mit wenig verletzenden Mitteln einen körperlichen Kampf auszufechten; eine derjenigen Entwicklungen der Menschheit, die zur Entstehung höherer Kulturen beigetragen haben. Denn wer symbolische Repräsentanten für Konflikte und Kriege, die es zwischen Menschen wohl immer geben wird, entwickelt, der kann Konflikte differenziert austragen, ohne sich wechselseitig zu schädigen. In diesem Zusammenhang sind die Ultras also die guten Fans, die sich



bestenfalls auf den Fahnenklau bei der gegnerischen Ultragruppe verlegen. Dagegen repräsentieren die Hooligans eine Negativentwicklung, sozusagen zurück zum Ausgangspunkt des Sportes: zu Konflikt und Gewalttätigkeit.

Der Psychotherapeut vermutet natürlich, dass auch gravierende Reifungsdefizite in der Fähigkeit zum symbolischen Repräsentieren von Konflikten eine gravierende Rolle spielen. Dafür spricht, dass viele gewaltbereite Menschen in erster Linie einfach strukturiert sind und sich insbesondere im emotionalen Bereich nicht ausreichend entwickeln konnten. Das bedeutet nun nicht, dass Hooligans dumm sind. Doch viele von ihnen haben vermutlich nicht die Gelegenheit bekommen, sich in ihrer Emotionalität so zu entwickeln, dass sie Konflikten anders als mit Gewalt begegnen.

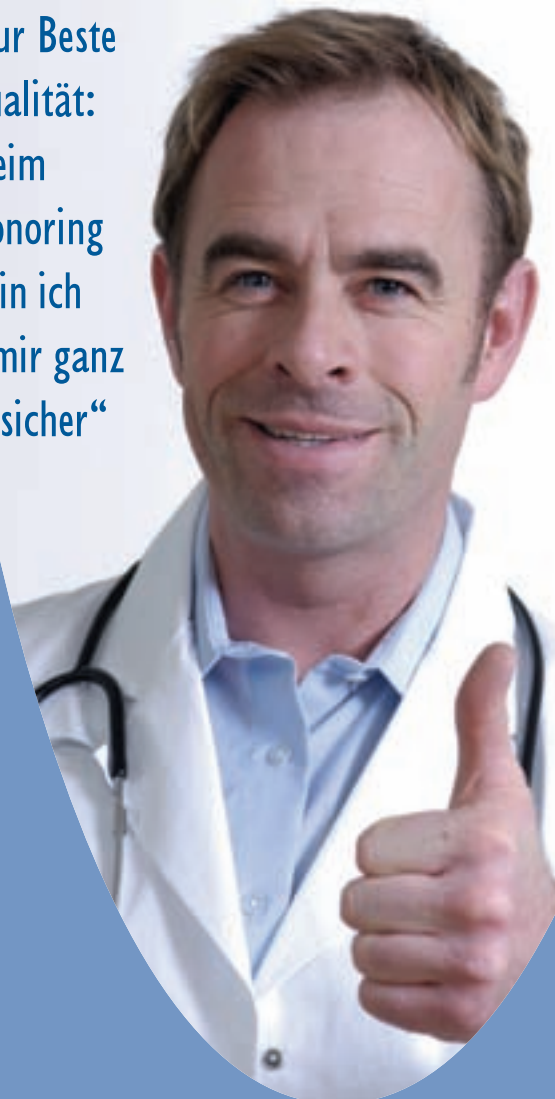
Das wäre auch ein Ansatzpunkt für Betreuungsprojekte. Solche Projekte sollten helfen, die Emotionalität der betroffenen Hooligans zu erforschen und zu reflektieren. Ziel wäre es herauszuarbeiten, dass Gewalt weder den Konflikt lösen noch die Niederlage der eigenen Mannschaft ausgleichen kann. Und dass es viele Dinge im Leben gibt, die wesentlich mehr Spaß machen als Gewaltausübung. Es mag sein, dass manche Menschen, die selbst mit extremen Gewalterfahrungen groß geworden sind, diese als das Maß der Dinge und die entscheidende Lebensqualität sehen. Trotzdem: Es gibt Schöneres, als in blutende Gesichter von bewusstlosen Polizisten zu blicken. Beispielsweise spannende Spiele einer Weltmeisterschaft mit Freunden und Freuden zu erleben.

*Dipl.-Psych. Benedikt Waldherr (KVB)*

**SONORING®**  
Schmitt-Haverkamp

„Nur Beste  
Qualität:  
Beim  
Sonoring  
bin ich  
mir ganz  
sicher“

www.schmitt-haverkamp.de

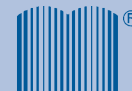


## Partner starker Marken:



GE Healthcare

**TOSHIBA**



MINDRAY

Besuchen Sie uns in einer unserer Sonotheiken. Dort können Sie in aller Ruhe und Sorgfalt aus einer Vielfalt von Systemen das für Sie optimale Gerät wählen.

Unsere 5 Sonotheiken:  
Deggendorf • Dresden  
Erlangen • Memmingen  
München

Zentrale und neue Sonotheik  
Elsenheimerstraße 41 • 80687 München  
Tel. 089 / 30 90 99 0 • Fax. 089 / 30 90 99 30  
E-Mail: info@schmitt-haverkamp.de