



Der Reiz des Risikos

Wege aus der Komfortgesellschaft: Immer mehr Menschen begeistern sich für Extremsportarten

Faszination in einem fremden Element: Gleitschirmfliegen ist eine von vielen angesagten Extremsportarten. Das Risiko fliegt auch in den schönsten Momenten mit.

Er liebt den Moment, in dem er abhebt und die Schwerelosigkeit spürt. Dann kommt die Entspannung, auch wenn Christoph Moser stets hoch konzentriert ist. Moser ist Gleitschirmflieger. Seit 17 Jahren geht der 40-Jährige aus Bielefeld in die Luft, um die Thermik der Erde so zu nutzen, dass er möglichst lange hunderte Meter über ihr schwebt. Ein Sport mit Risiko.

VON SABINE WYGAS

■ **Bielefeld.** Immer mehr Menschen begeistern sich für riskante Sportarten. Quad-Events in der Fränkischen Schweiz, Rafting oder extremes Mountainbiking in den Alpen, beim Canyoning gefährliche Fels- und Geröllschluchten erkunden: Die Angebote häufen sich und werden gerne angenommen. Ein Ventil aus der Bequemlichkeit sieht Prof. Thomas Schack von der Fakultät für Psychologie und Sportwissenschaft der Universität Bielefeld darin. „In unserer Gesellschaft gibt es viel mehr Komfort als noch vor ein paar Jahrzehnten“, so Schack. „Den Menschen wird immer mehr abgenommen, sogar die Fenster öffnen sich im Auto elektro-

nisch. Die Leute müssen sich immer weniger bewegen. Daher suchen einige nach neuen Herausforderungen. Sie wollen aus dieser Komfortzone herauskommen.“ Das könne bedeuten, Dinge spüren zu wollen, die man sonst nicht spüre, wie körperliche Bewegungsabläufe oder Reflexe – eben eine Herausforderung, die einen vollkommen beansprucht.

Die hat die 52-jährige Barbara Jeschke, Anästhesistin aus Stuttgart, vor drei Jahren im Apnoe-Streckentauchen gefunden. Apnoe kommt aus dem Griechischen und bedeutet Atemstillstand. Dabei wird der natürliche Atemreflex unterdrückt und so lange wie möglich hinausgezögert. Die Taucher können so minutenlang unter Wasser bleiben. Das Risiko: Hält man die Atmung zu lange zurück, kann man aufgrund von Sauerstoffmangel bewusstlos werden. „Klar, Blackouts gibt es. Aber es ist ein kontrollierbares Risiko“, sagt Jeschke. „Auf Wettkämpfen ist immer ein zweiter Taucher unter Wasser dabei, der eingreifen kann. Ich hänge an meinem Leben und ich kenne meine Grenzen.“

Grenzerfahrungen spielen im Extremsport eine große Rolle. „Die Angstgrenze zeigt an, dass eine Könnensgrenze ansteht. Es ist ein Signal, das mir sagt, lieber etwas bleiben zu lassen“, sagt Schack. „Es gehört natürlich

zum Spiel, seine Angstgrenze zu überwinden, die Frage ist nur, wie weit man geht.“ Wer sein Können erweitere, der könne auch seine Angstgrenze heraufsetzen. „Den Kick hole ich mir auf Wettkämpfen, mein Kick ist der Erfolg, das Gefühl ein Ziel erreicht zu haben“, meint Apnoe-Taucherin Barbara Jeschke. Gerade öffentliche Veranstaltungen und das Publikum, das den Teilnehmer anspricht, verleite, so Schack, den Sportler nicht selten dazu, selbst gesteckte Grenzen zu überschreiten.

»Ich bewege mich in einem Element, in das der Mensch nicht hineingehört«

„Meine Grenzen bleiben stets gleich“, sagt Christoph Moser. „Ich habe einmal einen Extremflug gehabt. 1.000 Meter über dem Tal bin ich mit dem Schirm nach oben und nach unten geschleudert worden. Noch mal will ich das nicht erleben. Ich bin eher ein Genießer und will keine persönlichen Rekorde brechen.“

Die meisten Risikosportler hielten Grenzen ein, sagt Schack, betrieben den Sport um des Erlebens willen. Gefährlich werde es, wenn Leute mit dem Sport Defizite kompensieren, zum Beispiel Frust am Arbeitsplatz und dafür höhere Risiken eingehen, zum Beispiel ungesi-

chert klettern, um sich dadurch Bestätigung zu holen. Schack: „Ein guter Extremsportler fühlt so nicht.“ Auch die Sucht nach dem Kick ist gefährlich. Kletterer Dan Osman zum Beispiel, der ohne Seil rasend glatte Felswände bestieg und eine neue Sportart erfand, den kontrollierten freien Fall. Bei einem solchen ist er im Alter von 35 Jahren ums Leben gekommen, weil das Seil, das ihn auffangen sollte, riss. Und in der Sächsischen Schweiz stürzen jedes Jahr acht bis zehn Kletterer in den Tod,

meint Schack.

„Extremsportler sehen ihren eigenen Sport selbst nicht als riskoreich an. Zum einen, weil das Risiko tatsächlich bis zu einem gewissen Grad kalkulierbar ist“, so Schack. „Und zum anderen, weil sie eine mögliche Gefahr ausblenden.“ Das sei so ähnlich wie beim Autofahren: Es sei bekannt, dass jedes Jahr viele Menschen bei Unfällen sterben. Dennoch setze man sich ins Auto und blende das Risiko aus, weil man sonst nicht mehr fahren würde. So agierten auch Extremsportler. „Jeder von ihnen weiß aber, wenn er genau nachdenkt, dass ein Fehler schlimme, sogar tödliche Folgen haben kann.“

Das ist auch Christoph Moser durchaus bewusst. „Wenn etwas schiefliegt, dann kann das auch tödlich enden, schließlich bewege ich mich in einem Element, in das der Mensch nicht hineingehört.“ Genau darin unterscheidet sich, so Schack, der Extremsport auch von „normalen“ Sportarten. „Bei Extremsportarten wie Free Climbing, Paragliding oder Skysurfen ist das Risiko, ernsthaft körperlich Schaden zu nehmen größer als bei anderen Sportarten. Es besteht eine potentielle Bedrohung für das eigene Leben – anders als zum Beispiel beim Fußball“, so der 44-jährige Sportwissenschaftler.

Eine besondere Persönlichkeitsstruktur haben Extremsportler nicht. Man könne ihnen höchstens einen Hang zur Selbstbestimmtheit zuschreiben sowie eine Liebe zur Natur, meint Schack. „Vielleicht leben Menschen, die nur vor dem Fernseher sitzen, sicherer, aber sie haben weniger Spaß und tun nichts für ihre Gesundheit, leben so vielleicht auch nicht länger“, meint Schack. Risiko gehöre zum Menschen dazu. „Es auszuschalten ist unmöglich – und wäre auch langweilig“, so Schack, der selbst Sportklettern betreibt und leidenschaftlich gerne Harley-Davidson fährt. „Ein gewisses Risiko birgt eine Herausforderung und ist spannend. Es ist das Salz des Lebens.“