

Emotionen bei WM-Spielen: Wo sind die Grenzen?

RATGEBER

Heute zum Thema:

Gesundheit

Stil

Recht

Beziehungen

Geld

Daheim

Erziehung

Für wahre Fussballfans werden die nächsten Wochen zu einem allabendlichen Happening, sei dies mit Freunden zu Hause, im Restaurant oder beim gemeinsamen «Rudelgucken» unter freiem Himmel. Doch was für die einen Anlass zum Jubeln und Feiern ist, mag bei anderen nur Kopfschütteln auslösen.

Die Frage nach der Gürtellinie

Fussball ist Emotion. Fussball heisst Emotionen zeigen. Wen das Fussballfieber erfasst, den lässt es nicht mehr los. Der Alltag wird für einige Stunden vergessen. Es wird gebelt, gefeiert, gerufen, gegrölt und den Gefühlen lautstark freier Lauf gelassen. Doch dies bitte nicht grenzenlos! Verbal und nonverbal geht es oft hoch zu und her – und nicht selten unter die Gürtellinie. Zielscheiben der Fans sind vor allem Spieler, Trainer und Schiedsrichter. Ob missglückter Torschuss, langweilige Spielzüge oder Fehlentscheidungen des

FERNSEHEN Übermorgen beginnt die Fussball-WM, da geht es zu Hause mit Freunden, in Beizen und an Public-Viewing-Events hoch zu und her. Es wird gegrölt, gefant, gerufen und geschimpft, je nachdem, was vor den Bildschirmen geschieht. Das geht dann und wann auch etwas zu weit. Wo hört der Spass auf, und wie lauten die Benimmregeln für die kommenden Wochen?

Trainers und Schiedsrichters, es wird beleidigt, gepöbelt, gemotzt. Zugegeben, im Fussball herrscht generell eine raue Sprache. Blöde Sprüche und Schimpfwörter sind auch nicht weiter schlimm, solange sie nicht persönlich beleidigend sind. Derbe Beleidigungen und rassistische Äusserungen hingegen wie «Hurensohn», «blinder Idiot» und Ähnliches sowie vulgäre Gesten wie Stinkefinger und «Hosen runter» sind unpassend,

Kurzantwort

Blöde Sprüche und massvoll formulierte Schimpfwörter sind nicht weiter schlimm, wenn sie nicht persönlich beleidigend, sexistisch oder rassistisch sind. Im besten Fall sind Ihre Äusserungen sogar von einer Prise Schalk oder Humor begleitet. Zeigen Sie vor allem positive Emotionen – damit machen Sie sich beliebter als mit Nörgeln und negativen Bemerkungen.

unsportlich und deplatziert. Hier gilt null Toleranz. «Wenn es im wahren Leben nicht so läuft, wie es sollte, suchen sich viele einen Schuldigen, um ihren Frust abzuladen», so der Psychologe und Gewaltforscher Gunter Pilz. Die Wut im Bauch wird mit aggressivem Verhalten geäussert. Der Grat zwischen Emotion und Blackout ist schmal, vor allem wenn noch Alkohol im Spiel ist. Unter Alkoholeinfluss verliert manch einer schneller die Beherrschung und Kontrolle. Die Folgen nur schon von wortgewaltigen Entgleisungen werden nicht mehr überdacht.

Stress körperlich abbauen

Machen Sie sich Luft bei einer Enttäuschung, indem Sie vielleicht Äusserungen in der Art wie «hat der Tomaten auf den Augen?» oder «hat er seine Linsen in der Garderobe vergessen?» wählen. Hüpfen, stampfen und klatschen Sie in die Hände, um Ihren inneren Stress körperlich abzubauen. Am besten ist es, wenn Sie vor allem Ihre positiven Emotionen rauslassen: Geben Sie Ihrer Freude über mitreissende Spiel-

züge und beeindruckende Torschüsse Ausdruck, statt nur laut zu werden, wenn Ihnen etwas nicht passt.

Es macht definitiv mehr Spass, wenn solche Anlässe zum stimmigen Gruppenerlebnis werden und der Spass am Sport die Hauptsache bleibt. Machen wir uns und anderen eine Freude, indem wir uns auch während der WM-Zeit respektvoll verhalten. Drücken wir unserer Mannschaft die Daumen, damit sie «en hei bringt».

R. B. in A.



IRÈNE WÜEST HÄFLIGER
Soziologin/Sozialpsychologin,
Expertin für Stillfragen,
www.stilprofil.ch
ratgeber@luzernerzeitung.ch