

Auf der Suche nach dem perfekten Körper



Ob es um DDR-Leichtathleten, die Tour de France oder die Biathlon-Kunden der „Wiener Blutbank“ geht: Seit ein paar Jahren ist Doping im Leistungssport wieder ein großes Thema. Dabei beginnen Medikamentenmissbrauch und Doping schon viel früher, nämlich im Breitensport, zwischen Fitnessstudio und Hausarztbesuchen.

Der Darmstädter Sportsoziologe Mischa Kläber hat dazu eine Studie verfasst, die sogar im Sportausschuss des Deutschen Bundestages Aufsehen erregte. Li-Lak sprach mit ihm über den steigenden Leistungsdruck, westliche Schönheitsideale und ganz normale Menschen, die plötzlich zur Chemie greifen – weil sie süchtig sind nach dem perfekten Körper.

Herr Kläber, wie sind Sie zu diesem Thema gekommen?



Doping im Kontext des Hochleistungssports wird von der Sportwissenschaft schon seit Mitte der 1990er-Jahre erforscht, Breiten- und Freizeitsport wurde dabei jedoch weitgehend ausgeblendet. Dieser Unterthematierung wollte ich mich widmen und an die wenigen existierenden quantitativen Studien anknüpfen. Die kamen beispielsweise zu dem Ergebnis, dass sich inzwischen jedes achte bis neunte Mitglied eines Fitnessstudios mit verschreibungspflichtigen Medikamenten dopt. Ich habe selbst über zehn Jahre als Trainer und stellvertretender Studio-Leiter gearbeitet. Da bekommt man Doping und Leistungsdruck hautnah mit.

Wie wird man sportsüchtig?

Es fängt immer recht harmlos an. Man geht ins Fitnessstudio, um seiner Gesundheit etwas Gutes zu tun. Dann findet man langsam Gefallen an der Sportart, stellt fest, dass sich anfangs schnell Erfolge einstellen. Die Muskulatur wird praller, das Körperfett geht zurück. Nach etwa einem halben Jahr aber ist der Körper das Training gewohnt, das heißt, man muss immer intensiver trainieren, um zu Erfolgen zu kommen. Das setzt eine gewisse spiralförmige Dynamik in Gang: Man verbringt mehr Zeit im Fitnessstudio und beschäftigt sich stärker mit Themen im Umfeld des Kraftsports, also gesunder Ernährung, Regenerationsmaßnahmen und eventuell eben auch Doping. Auf sozialer Ebene definiert man sich vor allem über seinen Körper und seine Rolle als Bodybuilder – was bedeutet, dass die sozialen Kontakte sich reduzieren oder nur noch aufs Fitnessstudio beschränken. Je mehr ich mich aber als Fitnesssportler definiere, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass ich irgendwann zu ergänzenden Mitteln greife, weil ich meine Leistung weiter steigern will.

Gibt es Dopingunterschiede zwischen den Geschlechtern?

Hormon-Doping ist eher eine Männerdomäne. Das hängt aber auch damit zusammen, dass Anabolika-Präparate Testosteron-Abkömmlinge sind. Da dies ein für Frauen eher körperfremdes Hormon ist, haben sie bei der Einnahme mit irreversiblen gesundheitlichen Schäden zu kämpfen. Frauen nehmen eher Präparate, die die Körpertemperatur erhöhen, beispielsweise Asthma-Präparate, wodurch man einen höheren Kalorienumsatz erzielt und dadurch Körperfett abbaut. Oder es werden Mittel genommen, die gleichzeitig den Appetit zügeln und mehr Motivation verschaffen für ein hartes Training.

Wie sehen Doping-User sich selbst?

In meiner Studie haben sich fast alle Probanden als süchtig bezeichnet. Zuerst sind es Verhaltenssüchte mit sich steigerndem zwanghaften Verhalten, irgendwann aber stoffliche Abhängigkeiten mit genau den gleichen Symptomen, wie man sie aus der klassischen Drogensucht kennt. Die Probanden beschreiben sehr objektiv Entzugserscheinungen, wenn sie nicht trainieren können. Allerdings verstehen alle ihre Sucht sehr positiv. So vertreten sie erstens die These, dass das alles immer noch besser sei, als zu Hause auf der Couch zu sitzen. Zweitens rechtfertigen sich die Doping-User damit, dass sie ihren Hormon-Haushalt nur zwei- bis dreimal Mal im Jahr jeweils acht bis zwölf Wochen lang mit einer Anabolika-Kur manipulieren, während viele Frauen das dauerhaft mit der Antibabypille tun. Die Kraftsportler verstehen nicht, dass sie dauernd gesellschaftlich so an den Pranger gestellt werden.



Die Gesellschaft reagiert ja teilweise auch überzogen darauf: Man denkt oft, es seien psychisch labile Menschen, die so etwas machen. Dabei spielen soziale Faktoren eine große Rolle, und es ist eine langsame, biografische Entwicklung, wenn jemand auf diese Art süchtig wird. Man kann sagen, das Suchtverhalten muss erst erlernt werden. Gleiches gilt etwa auch bei Workaholics.

Ist dieses Verhalten auch Folge der gesellschaftlichen Entwicklung hin zu mehr Leistungsdruck oder zur Diktatur eines westlichen Schönheitsideals? Sie haben in Ihrer Studie auch festgestellt, dass die Menschen immer früher anfangen, ins Fitnessstudio zu gehen.

Diese extreme Sportbegeisterung muss man soziologisch als Gegenreaktion zum modernen Alltag sehen. Unsere Gesellschaft ist bewegungsarm, aber auch körperbewusst. Das offenbart noch eine andere Dramatik: Die Doping-Entwicklung im Breitensport ist teils so weit fortgeschritten, weil sich die Wissenschaft immer auf den Spitzensport konzentriert hat. Andererseits werden Spitzensportler ja aus dem Breiten- und Freizeitsport rekrutiert. Wenn wir also über Doping-Bekämpfung sprechen, ist das ein Teufelskreis.

Sind Jugendliche, die noch nach Orientierung suchen, stärker gefährdet, weil zum sportlichen Druck auch noch der gesellschaftliche hinzukommt?

Ja, hier spielen die Massenmedien eine große Rolle, da sie bestimmte Bilder eines Körperideals transportieren. Bei den Mädchen ist das Ideal die Model-Figur, auch Filmschauspielerinnen werden zum Vorbild genommen. Ich würde schon sagen, dass Jugendliche immer früher anfangen, auf ihren Körper zu achten und dafür selbstregulierende, auch schädliche Maßnahmen ergreifen. Das zeigen ja auch Zahlen aus anderen Forschungsbereichen: Krankheiten wie Magersucht und Bulimie haben in den letzten Jahren

rapide zugenommen. Der Sport ist hier nur ein Abbild der Gesamtgesellschaft, wo man feststellen kann, dass wir zunehmend medikamentenfreundlicher werden. Keiner macht sich heutzutage mehr Gedanken über die Gefahren der Anti-Baby-Pille.

Herr Kläber, Danke für das Gespräch.

Mischa Kläber ist seit April 2009 wissenschaftlicher Mitarbeiter im Bereich Sportsoziologie am Institut für Sportwissenschaften der Universität Darmstadt und bereitet seine Habilitation vor.

Kerstin Fritzsche, Darmstadt
erschieden bei Li-lak am 18.01.2010