



Zusammen ist man weniger allein. Zu Hause hat man zwar ein gemütliches Plätzchen auf dem Sofa, einen freien Blick auf den Fernseher und kalte Getränke im Kühlschrank. Trotzdem fühlen sich Fußballfans sehr wohl, wenn sie gemeinsam mit anderen Fußball schauen können. Fotos: Silvio Wyszegrad (Archivbild), Werner Kempf

„Ein riesiger Kick im Gehirn“

Fußball-EM: Beim Public Viewing fallen sich wildfremde Fans um den Hals, jubeln und trauern zusammen. Der Oberallgäuer Psychotherapeut Dr. Alexander Jatzko erklärt, warum Menschen gerne gemeinsam Fußball schauen.

Kempten/Oberallgäu Für eingefleischte Fußballfans ist es die einzige Art, ein EM-Match in den nächsten Wochen zu verfolgen: im Rudel, vor einer großen Leinwand – und natürlich im Trikot. Damit man sich ein bisschen so fühlen kann, als wäre man in einem Stadion. Psychotherapeut Dr. Alexander Jatzko versucht, dieses Phänomen zu erklären.

Wildfremde Menschen fallen sich bei Spielen um den Hals, wenn die deutschen Kicker treffen. Wie ist das zu erklären?

Dr. Alexander Jatzko: Wir sind soziale Wesen. In der Geschichte der Menschheit hat die Zugehörigkeit zu einer starken Gruppe unser Leben gesichert. Das Zugehörigkeitsgefühl zu einer Gemeinschaft ist genetisch in uns verankert. Unser Denken und Fühlen ist daher gruppenorientiert, ob wir uns einer Partei, einem Dorf oder einem Fußballteam zugehörig fühlen. In der Gruppe fühlen wir uns sicher und „kämpfen“ gegen einen Gegner. Dieses Gefühl ist uns so wichtig, dass wir auch fremde Personen so positiv wahrnehmen, dass wir sie umarmen.

Welche Gefühle erleben Menschen bei einem Sieg?

Dr. Jatzko: Wenn die Gemeinschaft einen Kampf oder ein Spiel gewinnt, bedeutet das für unser Gehirn eine große Dopaminausschüttung in den Belohnungszentren. Das ist ein riesiger Kick in unserem Gehirn. Wenn man das mit einer größeren Gruppe teilt, ist die Dopaminausschüttung noch größer. Wir empfinden in der Gemeinschaft nicht nur unsere eigene Freude, sondern die von Tausenden anderen, was unsere Gefühle noch verstärkt.

Wie drücken sich diese bei einer Niederlage aus?

Dr. Jatzko: Je nachdem, wie sehr sich Fans mit dem Team identifizieren, empfinden sie Schmerz. Im Gehirn sind dann die Schmerzzentren für das eigene Leben richtig aktiv. Auch hier kann die Gruppe helfen, weil man sieht, dass die anderen auch leiden. Geteilter Schmerz ist anders zu ertragen. Wenn man zum Beispiel jemanden trösten muss, ist man selbst abgelenkt und hat eine andere soziale Aufgabe.

Warum lässt sich der Zuschauer besonders vom Fußball so stark begeistern?

Dr. Jatzko: Weil Fußball in Europa so populär ist, dass er große Teile

der Bevölkerung interessiert, mitreißt und begeistert, wenn die eigene Mannschaft beteiligt ist. Je mehr wir zum Beispiel in den Medien über Fußball hören, desto mehr sind wir sozial interessiert. In Amerika trifft das vor allem für die Sportarten Baseball oder American Football zu.

Woher kommt die Sehnsucht nach Gemeinschaft?

Dr. Jatzko: In unserer hochkomplexen Welt der zunehmenden Digitalisierung werden Gefühle immer reduzierter und schnellerlebiger. Im Sport ist das anders, da gibt es noch eher ein Schwarz-Weiß-Denken, für die eigene Mannschaft und gegen die anderen. Das macht es einfacher, Gefühle zu haben und sie in diesem Kontext auch zuzulassen. Wenn wir diese Emotionen in der Gruppe erleben, sind unsere Gehirnströme ähnlich und wir fühlen uns stärker verbunden. Das spricht unsere Belohnungszentren an, ähnlich wie Drogen.

Warum schlüpfen Menschen beim Public Viewing in Trikots der Nationalmannschaft, bemalen sich

in den Landesfarben und grölen im Kollektiv?

Dr. Jatzko: Wenn man sich einer Gemeinschaft zugehörig fühlt, ist es für den Einzelnen wichtig, diese Zugehörigkeit auch zu zeigen, was oft zu positiven Reaktionen der Gruppe führt. So ist das Bemalen von Gesichtern oder das Tragen von Trikots sehr gruppenverbindend. Da fühlt man sich wohl und geschützt.

Früher war Fußball eine Männerdomäne. Warum interessieren sich jetzt auch viele Frauen für den Fußball?

Dr. Jatzko: Die Gesellschaft verändert sich durch die Aufweichung der Rollenbilder. So ist eine Durchmischung der Geschlechter in vielen Bereichen zu beobachten, sei es im Studium, im Beruf oder im Sport. Auch die Förderung des Frauenfußballs hat die Stellung der Frau im Fußball und damit das Interesse der Frauen am Fußball gestärkt.

Im Fußball geht es nicht immer gerecht zu, es kommen nicht immer die Richtigen weiter. Das erfahren wir auch in anderen Situa-

tionen. Spiegelt also Fußball in verkürzter Form das Leben wieder?

Dr. Jatzko: Fair behandelt und respektiert zu werden spielt für die Menschen eine sehr große Rolle und führt bei Missachtung oft zu Streit, Gewalt bis hin zu Kriegen. Ungerechtigkeiten gegen die eigene Mannschaft, die eigene Gruppe oder gegen Familienmitglieder führen oft schnell zu massiven Emotionen. Im Sport kann und darf man diese Gefühle direkt zeigen. Die Tatsache, dass andere in der Gruppe das Gleiche empfinden, macht die Gefühle noch heftiger. Aber jeder muss damit umgehen. Wir können lernen, aus diesen heftigen Gefühlen wieder herauszukommen. Oft wird als Bewältigungsstrategie gesagt: „Es ist doch nur ein Spiel.“

Interview: Werner Kempf

Zur Person

Dr. Alexander Jatzko (53) ist Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Traumatherapeut, Gründungsmitglied Stiftung Katastrophennachsorge sowie ärztlicher Leiter der Oberstdorfer Privatklinik Stillachhaus.



Alexander Jatzko

RSC ist wieder erfolgreich unterwegs

Kemptener Radsportler siegen bei den Kriterien in Göllheim und Geislingen.

Kempten Einen Dreifachsieg feierte der RSC Auto Brosch Kempten beim Kriterium im pfälzischen Göllheim. Außerdem waren die RSC-Radsportler in Geislingen und Pinswang am Start.

• **Göllheim** Während ein Teil der Kemptener Elite-Radsportler noch bei den Radrennen in den USA unterwegs war, trat ein Teil der Mannschaft, inklusive USA-Rückkehrer Moritz Augenstein, am vergangenen Wochenende beim Kriterium in Göllheim an. Augenstein und Tim Schlichenmaier wagten nach der zweiten von zwölf Wertungen einen Ausreißversuch – nachdem Dario Rapps bereits in

den ersten beiden Wertungssprints gepunktet hatte. Während das RSC-Duo vorne seine Runden drehte, düpierte Rapps mit Hilfe von Teamkollege Marc König ein ums andere Mal die Konkurrenz im Sprint um die übrig gebliebenen Wertungspunkte für den Drittplatzierten. Nach etwas mehr als 40 von 60 Runden schafften Augenstein und Schlichenmaier sogar noch den Rundengewinn, indem sie das Feld von hinten einholten. Am Ende landete Schlichenmaier vor Augenstein und Rapps auf Platz eins, König wurde Zehnter.

• **Geislingen** Bei der baden-würt-

tembergischen Kriteriumsmeisterschaft in Geislingen absolvierten die Teilnehmer auf einem ovalen Kurs 110 Runden mit insgesamt 70 Kilometern. Neben Rapps, Schlichenmaier und Augenstein waren in Geislingen auch Michael Wasserrab und Steffen Greger dabei. Einzelne Ausreißversuche durch Augenstein und Greger führten zwar dazu, dass die beiden Fahrer zwischenzeitlich Wertungspunkte einfuhren, doch auch sie konnten sich nicht entscheidend absetzen. Einziger Sprinter-Ass Rapps punktete konstant in den Wertungssprints und sicherte so den Kemptenern auch hier den Sieg. Dahinter landeten Greger (3.),

Schlichenmaier (4.), Augenstein (9.) und Wasserrab (16.).

• **Pinswang** Auf dem 3,6 Kilometer langen, flachen Rundkurs inmitten der hohen Berge landete RSC-Fahrer Heiko Gericke in der Klasse Masters 4 als Erster im Ziel, nach 51 Minuten und einer Durchschnittsgeschwindigkeit von 44 km/h. Zweiter wurde Johannes Kammerer (RV Phönix Augsburg), Dritter Ralf Hedtmann (Adam Donner Racing Team RRG Osnabrück). In der Klasse Master 3 landete Robert Weiß auf Platz fünf, Thomas Tanz wurde Sechster. Juris Alainis (16.) komplettierte das gute RSC-Ergebnis. (rsc)



Dreifachsieg: Die RSC-Fahrer (von links) Moritz Augenstein, Tim Schlichenmaier und Dario Rapps beim Kriterium in Göllheim. Foto: Schlusche

Sport in Kürze

Eishockey

Trainer Helmut Wahl verlängert in Sonthofen

Helmut Wahl bleibt Trainer des Eishockey-Landesligisten ERC Sonthofen. Der 56-Jährige hat seinen Vertrag bei den Oberallgäuern verlängert. „Einer der wichtigsten Gründe für die Verlängerung ist die hervorragende Zusammenarbeit im Verein. Der sportliche Erfolg, den wir mit dem Erreichen des Halbfinals hatten, hat auch dazu beigetragen. Mir gefällt die grundsätzliche sportliche Ausrichtung des ERC – junge Spieler in die erste Mannschaft integrieren“, sagt Wahl. Der 56-Jährige war von 2019 bis 2022 Trainer der zweiten Mannschaft des ESC Kempten. Zuvor leitete er das Landesliga-Team des EV Pfronten. In Sonthofen will Wahl an die gute Saison 2023/2024 anknüpfen. „Wir wollen in die Playoffs, dann geht unsere Blickrichtung mit Augenmaß nach oben“, sagt Wahl. (az, Foto: Berthold)



Helmut Wahl

Fußball

VfB-Juniorinnen beenden Saison auf Platz zwei

Mit einem deutlichen 8:3-Sieg gegen den FC Augsburg haben die U17-Juniorinnen des VfB Durach die Saison in der Fußball-Landesliga beendet. Die Tore beim Kanter Sieg zum Saisonfinale erzielten Johanna Bühler (3) sowie Emma Breitenberger und Laetitia Liese (jeweils 2). Dazu kam ein Eigentor der Augsburgerin Emma Glück. Damit beenden die Duracher Nachwuchsfußballerinnen die Runde auf dem zweiten Tabellenplatz mit 34 Punkten (Torverhältnis 50:29) hinter Meister FFC Wacker München II (41 Punkte, Torverhältnis 78:9). Bühler zählt mit 19 Saisontoren auch zu den besten Torschützinnen der kompletten Liga, erfolgreicher war nur Lena Möbius (26 Tore) vom FC Otterbrunn. (gig)

Nachwuchsfußball

B-Junioren Kreisklasse OA

TSV Dietmannsried – SG Hindelang	6:2
SG Hindelang – TSV Dietmannsried	ausgef.
DJK Seifriedsberg – SG Weitnau	4:1
JFG Illerursprung – SG Waltenhofen	3:0

Dietmannsried	7	21	Illerursprung	8	10
Weitnau	9	18	Seifriedsberg	8	9
Hindelang	7	13	Waltenhofen	9	0

B-Junioren Kreisklasse OA/OAL

Seeg-Hopferau-Eisenb. – SG Trauchgau/Buching	2:0
JSG Günztal – SV Heiligkreuz	2:0
SG Wildpoldsried/Betzgau – SV Lenzfried	2:0

Wildp./Betzgau	8	16	Heiligkreuz	8	9
Günztal	8	16	Trauchgau	8	8
Seeg-H.-E.	8	15	Lenzfried	8	4

C-Junioren Kreisklasse OA

SV Heiligkreuz – VfB Durach II	11:0
FC Kempten II – Altusried/Krugzell	5:2

Heiligkreuz	6	18	Durach II	6	3
Lenzfried	6	13	Altusried/Kr.	6	0
Kempten II	6	10			

C-Junioren Kreisklasse OA/OAL

SG Sulzberg – SG Immenstadt	0:4
1. FC Tannheim – SG Hindelang II	4:2
FC Füssen II – Oy/Nesselwang	0:7

Oy/Nesselw.	8	19	SG Hindelang II	8	7
Immenstadt	7	18	Füssen II	7	6
Tannheim	7	10	Sulzberg	7	4

D-Junioren Kreisklasse A

VfB Durach – JFG Illerursprung	3:0
TSV Kottern IV – FC Kempten III	4:2

Durach	7	12	Kempten III	6	5
Thalkirchdorf	6	11	Illerursprung	7	5
Kottern IV	6	10			

D-Junioren Kreisklasse B

TSV Buchenberg – SG Haldenwang/Untrasried	1:4
Immenstadt 07 – DJK Seifriedsberg	2:1

Haldenw./Untrasr.	18	Buchenberg	6	3	
Blaichach/Burg.	6	15	Seifriedsberg	6	3
Immenstadt 07	5	6			

D-Junioren Kreisklasse C

1. FC Sonthofen II – SV Heiligkreuz	2:2
SG Niderronthofen – SV Heiligkreuz	2:4
SV Lenzfried – SG Betzigau/Wildp.	3:2

Niderronth.	7	12	Betzgau/Wild.	6	7
Sonthofen II	6	10	Heiligkreuz	7	7
Lenzfried	6	10			