

YU TAEKWONDO IN ZEITSOZIOLOGISCHEN ASPEKTEN

Zeit ist ein Objekt, das nicht visuell erfahrbar ist, jedoch kann man sie ergründen, wenn man über ihr Wesen nachdenkt
(nach Aristoteles)

AUTORIN: MAG. SABINE SCHLASS
Seminararbeit TRAINERAKADEMIE YU TAEKWONDO 2024

1. EINFÜHRUNG

1.1 ZEITSOZIOLOGIE

Trocken heißt es: Die Zeitsoziologie beschäftigt sich mit dem gesellschaftlichen Aspekt von Zeit. Verschiedene Kulturen, zum Beispiel Europa und Asien, haben einen anderen Umgang mit der sozialen Zeit. Die europäische Gesellschaft ist geprägt von Zeitmanagement, Zeitdruck und Zeitnot.

1.2 ZEITEINHEITEN IM WANDEL

In der menschlichen Gesellschaft ist die „Woche“ die erste Zeit-Einheit, die vom Menschen künstlich geschaffen wurde. Die Woche ist eine Erschaffung der modernen Gesellschaften und wird unterteilt in Arbeitstage und Wochenende. Stunden bis hin zu Millisekunden überprüfen Leistung und Erfolg. Hingegen: Eine Tageslänge zum Beispiel ist bestimmt vom Sonnenverlauf und auch die Jahreszeiten spielen nach der Natur. Der Jahresbeginn ist kulturabhängig, die Religion hat da eine große Rolle.

Eigentlich wurde die Zeitmessung in ihrer gesellschaftlichen Wahrnehmung erst mit der modernen Arbeitsteilung und Industrialisierung notwendig. Davor war der Mensch darauf nicht angewiesen, sehr wohl gab es eine klare zeitliche Orientierung: Lagerhaltung, Ernte, Jagd, Mahlzeiten und Schlaf, alles „brauchte Zeit“.

Der moderne Mensch muss seine gesamte Lebenszeit in Takt bringen: Wecker klingeln, Uhren läuten, Handys surren, Geschwindigkeiten regeln, Emails kontrollieren, Ampeln schalten. Und die Weltstandardzeit letztendlich synchronisiert die Gesellschaft quer über den Globus. Zeitsoziologisch interessant ist die Corona-Pandemie. Sie hat der Welt buchstäblich die Zeit auf den Kopf gestellt.

1.3 TAEKWONDO

Diese koreanische Kampfkunst wird auch als Kampfsport ausgeübt, der Schwerpunkt liegt in der schnellen Fuß-Dynamik. Die drei Silben im Namen stehen für Fuß, Hand und Weg (interpretierbar als Lebensweg).

Verwurzelt im japanischen Karate, wurde der Sport von einem koreanischen General nach der japanischen Herrschaft in Korea ab 1945 entwickelt, er wird heute sowohl im traditionellen Stil als auch als olympischer Sport ausgeübt.

1.4 YU TAEKWONDO

YU Taekwondo ist das Lebenswerk von Dr. Andreas Held, 6. Dan. 2003 gründete der Sportwissenschaftler YOUNG UNG Taekwondo – übersetzt HELD Taekwondo, der Verein hat heute fast 30 Standorte und soll weiter expandieren. 2021 erfolgte die Umbenennung in YU Taekwondo. Das Systemkonzept zeichnet sich in Tiefe und Breite aus und hat starken Innovationscharakter. Praktiziert wird traditionelles Taekwondo sowie Elemente des WTF, Kimoodo und Akrobatik.

2. THEORIEN ZUR ZEITSOZIOLOGIE

2.1 VORLÄUFER

Für die Soziologie ist der Kapitalismus eine wichtige Epoche. Ein Hauptvertreter der Arbeitervertretung, Karl Marx, hat sich Mitte des 19. Jahrhunderts mit dem Verhältnis von Arbeitszeit und Freizeit in der Gesellschaft beschäftigt und kam zu diesem Schluss:

Die wirkliche Ökonomie besteht in Ersparung von Arbeitszeit, freie Zeit ist sowohl Mußzeit als Zeit für höhere Tätigkeit.

Max Weber, einer der ersten Soziologen, setzte zur Arbeitsleistung die Religion als Fundament dazu. Er war sehr religiös, Arbeit und Frömmigkeit standen an oberster Stelle. Nichts war laut Weber verwerflicher für die Gesellschaft, als sich auf seinem Besitz auszuruhen und damit Zeit zu verbringen, den Reichtum zu genießen.

2.2 ENTSTEHUNG DES BEGRIFFS ZEITSOZIOLOGIE

Der Text „Social Time“ von 1937 war quasi namensgebend, geschrieben von Professor Sorokin in den USA, heißt es im Text unter anderem:

Soziale Zeit sei mit den Handlungen, durch die sie hervorgebracht wird, verbunden. Zeit hat eine rein organisatorische Rolle und nichts mit Mathematik zu tun.

Inspiriert wurde Sorokin dabei vom französischen Soziologen Durkheim – revolutionär Ende des 19. Jahrhunderts – zu Beginn der „modernen Gesellschaft“.

Durkheim überlegte:

... das Konstrukt Zeit (ist) essenziell, Zeit beherrscht unser Leben. Die Zeit – entstanden aus dem sozialen Leben (ist) somit eine soziale Tatsache.

2.3 MODERNE ANSÄTZE

Die Theorien des Franzosen Durkheim galten als Startschuss für viele unterschiedliche Zugänge zur neu geborenen Wissenschaft der Zeitsoziologie. Ich habe drei Ansätze gefunden, die ich in dem Zusammenhang recht interessant finde.

2.3.1 ENTSCHEUNIGUNG

Der zeitgenössische deutsche Soziologe Hartmut Rosa sieht in der modernen Gesellschaft vorrangig eine „soziale Beschleunigung“. Dabei bildet das „Lebenstempo“ einen Zirkel, der die Richtung, in die sich die Gesellschaft entwickelt, bestimmt. Dem Höher, Schneller, Weiter - in meist unkontrollierter Beschleunigung setzt Rosa einen Ausstieg aus dem Hamsterrad entgegen. Er verwendet den Begriff „Entschleunigung“.

Rosa setzt hier auf konkrete Planung der Alltagszeit, um in das „Lebenstempo“ Struktur zu bringen. So können verschiedene Lebensbereiche miteinander koordiniert und in Beziehung zueinander gebracht werden. Zur „Entschleunigung“ stehen heute objektiv dem Menschen ein viel größerer Teil seiner Zeit zur freien Verfügung als in vergangenen Jahrhunderten, sie muss nur sinnvoll strukturiert werden. Denn speziell in den westlichen Industrienationen gibt es, neben geregelten Arbeitszeiten, eine hohe Zahl an Urlaubs- und Feiertagen wie nie zuvor.

2.3.2 HANDLUNG ALS ERLEBNIS

Alfred Schütz wurde in Österreich-Ungarn geboren. Er war Prokurist in einer Wiener Privatbank, ging später in Frankreich ins Exil und dann nach New York. Sein Hobby, die Soziologie, machte er dort zum Beruf, und entwickelte folgende Theorie: Eine Handlung ergibt erst dann einen Sinn, wenn man die Blickrichtung auf ein Erlebnis (das Ziel), über den Planungshorizont hinaus richtet.

Zentrale Motive des Handelns sind einerseits die in die Zukunft gerichteten „um-zu“ Motive, und andererseits die an der Vergangenheit orientierten „weil-zu“ Motive. Dabei kann man zwischen Gewohnheiten (Routine) und nicht alltäglichen Handlungen unterscheiden. Bei den nicht alltäglichen Handlungen ist es notwendig, das „um-zu“ sorgfältig zu setzen. Ist das Handlungsziel dann aber erreicht, hat man „erlebt“.

2.3.3 ZEITBEWUSSTSEIN

Von zunehmender Ausdifferenzierung der Gesellschaft geht der Soziologe Otto-Heinrich Rammstedt aus und forschte deshalb zu den neuen sozialen Bewegungen, zum Beispiel Umweltbewegungen. Sein Aufsatz über das „Alltagsbewusstsein von Zeit“ wird häufig zitiert und gilt in der Wissenschaft als Art Weltgesetz für die Zeit.

„Das, was vergangen war, kommt wieder, und das was kommen wird, war schon einmal.“

Hier nenne ich zwei seiner Typen an Zeitbewusstsein. Das „Okkasionale Zeitbewusstsein“ existiert nur im Jetzt und die Gegenwart wird zu einem eigenständigen Wert. Was zählt ist die Handlung im Moment. Beim „Zyklischen Zeitbewusstsein“ wird die Gegenwart – ähnlich dem Wechsel der Jahreszeiten – als eine ständige kreisförmige Wiederholung bereits gelebter Prozesse interpretiert. Für die Gestaltung der Gegenwart sind Vergangenheit und Zukunft nicht relevant. Aber durch das Erkennen von Gesetzmäßigkeiten der „Zyklen“ lässt sich auf die Zukunft schließen.

3. BEGRIFFLICHE ABGRENZUNGEN ZUR ZEITSOZIOLOGIE

3.1 ZEITPSYCHOLOGIE

Es geht um innere Zeitwahrnehmung, das Gefühl für Zeit. Vergehen Ereignisse gleichzeitig oder hintereinander, wie vergänglich sind sie und wie kann man Zeit sinnvoll nutzen? Die Zeitwahrnehmung bestimmt Rangordnung und Entscheidungen. Es gibt kein eigenes Organ für die Zeitwahrnehmung, Zeit wird einfach erlebt, vermuten die Forscher. Zum Beispiel mit Erinnerungen an Vergangenes. Kleinkinder haben noch *kein* inneres Zeitgefühl, sagen die Forschung heute. Konkret haben viele Untersuchungen gezeigt, dass die Zeit für die Menschen gut und rasch mit Arbeit und Routine vergeht, langweilig wird es, wenn „nichts passiert“. Stress verändert die Zeitwahrnehmung, wer wenig Zeit für eigene Interessen aufbringt, ist unzufrieden.

3.2 SOZIALISIERUNG

Soziologie beschäftigt sich mit dem Zusammenleben in einer Gemeinschaft, und Sozialisation erklärt, wie die Menschen in die Gemeinschaft hineinwachsen. Das

passiert in vier Phasen, laut heutigem Stand der Forschung: Die erste Phase geschieht im Elternhaus. Die zweite findet in der Schule durch Gleichaltrige statt. Die dritte vor allem am Arbeitsplatz aber auch in der regelmäßigen Freizeitkonsumation. Die vierte Phase beugt sich dem jeweiligen Altersstadium.

3.3 SPORTSOZIOLOGIE

Thematisch ist es die Wechselwirkung zwischen Gesellschaft und Sport. Da Sport in jeder Phase der Sozialisation ausgeübt wird, im Familienkreis, in der Schule, im Verein, in Massenmedien usw. ist er wichtig in Wirkung auf die Gesellschaft. Sport ausüben bedeutet nicht nur fit sein, sondern auch das Ich stärken, Leistung zeigen, zusammen sein und gehören. Umgekehrt spielt auch das „ungesund“ eine Rolle bei Regelverstoß, Verletzungen, Schamgrenzen. Sport prägt die Gesellschaft auch in politischer, pädagogischer und wirtschaftlicher Hinsicht.

3.4 SOZIALE WERTE

Soziale Werte werden von jeder Gesellschaft für sich belegt und werden von deren Mitgliedern geteilt und gelebt. Hierzu als Beispiel die asiatische Gesellschaft, da Taekwondo wie schon gesagt, in Korea entwickelt wurde. In Asien gibt es keine einheitliche Gesellschaft, der Kulturraum ist äußerst vielfältig.

Jedoch gibt es Grundwerte, die in Asien wurzeln, die Gesellschaft prägen und diese sich dadurch stark von der europäischen unterscheidet. Im Fokus steht immer der Blick auf das Gemeinsame, nicht das Individuelle. Ein Grundpfeiler für die asiatischen Werte war der Philosoph Konfuzius, er lebte um 500 v.Chr. Er lehrte über die „menschliche Ordnung“. Ordnung wird durch Harmonie und Mitte; Respekt, Loyalität und Einheit sowie Bildung hergestellt. Diese Werte waren für Konfuzius das Geheimnis, mit dem Universum in Einklang zu bleiben.

4. VON DER THEORIE IN DIE PRAXIS

4.1 SOZIOLOGIE UND YU TAEKWONDO

Der Verein legt Wert auf soziales Miteinander. So gibt es neben Trainings zusätzliche Angebote, die das gesellschaftliche Miteinander stärken und fördern – dadurch schließlich lernt man viele Menschen kennen und profitiert aus der Gemeinschaft. Sich selbst mit einzelnen Personen auseinander zu setzen, sich in ihnen zu spiegeln

und vielleicht so manches hinterfragen, alles wird möglich. Jung und Alt, athletisch und Wohlstandsbauch, alle stehen in einer Reihe nebeneinander. Viele Kulturen sind vertreten. Das alles ist vom soziologischen Standpunkt aus sehr wertvoll. Neben der Trainingseinheiten gibt es Camps, Wettkämpfe, Workshops, Kindergeburtstage, Tage der offenen Tür, Angebote in Kindergärten und Schulen, und Aufführungen bei diversen Events.

4.2. ZEITSOZIOLOGIE UND YU TAEKWONDO

In diesem Kapitel stelle ich YU Taekwondo jenen Ansätzen der Zeitsoziologie gegenüber, die ich unter 2.3 knapp beschrieben habe.

4.2.1 ENTSCHEUNIGUNG

Tempo, Tempo! Die Anforderungen an die westliche Gesellschaft werden immer höher. Der Soziologe Hartmut Rosa setzt das Prinzip der Entschleunigung im Alltag entgegen. Am besten funktioniert Entschleunigung nach Rosa durch Strukturierung der Zeit. Mit dem YU Training gelingt Entschleunigung auf mehreren Schienen gleichzeitig:

Die Trainingseinheiten lassen sich in die Freizeit gut integrieren, schaffen Struktur in der Freizeit. Während einer YU Einheit kann man sich ganz dem Sport widmen, einfach entschleunigen, ohne Druck, ohne Handy. YU Taekwondo kann man beispielsweise nach dem Kindergarten, nach der Arbeit, mit der Familie Samstag am Vormittag üben.

Auch während der Trainingseinheiten selbst wird auf die Strukturierung der Zeit geachtet: begrüßen, aufwärmen, dehnen, Hyongs, kämpfen, Abschiedszirkel – diese Rituale unterstützen sinnvoll die Gliederung einer Taekwondo-Einheit. Dabei kann man bis ins Detail gehen; die koreanische Begrüßungszeremonie zum Beispiel mit der respektvollen Verbeugung fordert Zeit ein.

4.2.2 HANDLUNG ALS ERLEBNIS

Eine Handlung ergibt Sinn, wenn man den Blick auf das Ziel richtet, formulierte einst Alfred Schütz. Das Ziel im Taekwondo ist die stetige Weiterentwicklung. In diesem Blickwinkel betrachtet, ist Taekwondo für die Gesellschaft ein zielführender Weg, den man einschlagen kann. Die Wegmarker sind die Gürtelfarben. Ist man mit weißem Gurt jungfräulich, trägt man mit gelb schon ein Samenkorn in sich, mit rot spürt man

das Taekwondo-Feuer. Der Weg führt hin zum DAN, zum Schwarzgurt – und auch der muss „sein Schwert weiterschmieden“.

Für die von Schütz definierten Zentralen Motive „um-zu“ sowie „weil-zu“-“ hier ein paar Beispiele: Taekwondo, um fit und gesund zu bleiben, Taekwondo, um das Mind-Set zu formen, Konzentration, Stärke und Persönlichkeit zu fördern. Taekwondo, weil man die Skills im Alltag jederzeit anwenden kann.

4.2.3 ZEITBEWUSSTSEIN

Die Forschung über das „Alltagsbewusstsein von Zeit“ des Soziologen Rammstedt wird in diesem Kapitel auf YU Taekwondo angewendet. Ich habe hier das „Okkasionale Zeitbewusstsein“ und das „Zyklische Zeitbewusstsein“ ausgewählt.

„Hier und Jetzt“ des Okkasionalen Zeitbewusstseins: Sei es Konditionstraining oder Formenlauf - während der Trainingsstunden habe ich beobachtet, dass die Schüler*innen ins Taekwondo richtig eintauchen. Am besten gelingt das mit monotonen Übungen und durch das Koreanischen Zählen (immer wieder bis 10). Generell versinken die Erwachsenen recht rasch in die Übungen, die Kinder lassen sich Zeit: plaudern, trinken, durch den Dojang streifen, bis dann auch die Kleinsten aufmerksam beim Training dabei sind und im Hier und Jetzt der Gruppe leben. In der schnelllebigen Zeit der westlichen Gesellschaft ist das sicher ein wichtiger Beitrag. Beim Zyklischen Zeitbewusstsein spielen für mich die Hyongs und Poomsen die Hauptrolle. Durch unendliches Wiederholen der Bewegungsabläufe erreicht man Präzision und Perfektion, es ist ein Prinzip des Taekwondo.

4.3 EXKURS: SOZIALE WERTE UND YU TAEKWONDO

Bei Taekwondo als Kampfkunst im asiatischen Raum heißt es seit jeher bestimmten Werten Folge zu leisten. Im Fokus liegt Eingliederung statt Egoismus und strenge Rangordnung. Das ist aus soziologischer Sicht in Korea noch immer aktuell, denn traditionelle Werte nehmen starken Einfluss auf die koreanische Gesellschaft. Als Beispiel möchte ich das Verbeugungsritual nennen. Verglichen mit einem flüchtigen „hallo“ fordert das rituelle Verbeugen seine Zeit.

In Österreich muss Taekwondo mit den modernen westlichen Gesellschaftswerten fusionieren, um zu funktionieren. Die Werte werden in eigener Auslegung in die Trainingseinheiten integriert und verständlich gemacht und sind prüfungsrelevant. In

den Dojangs haben die Schüler*innen die Werte buchstäblich vor Augen, zum Beispiel als Wandposter.

Zeitsoziologisch interessant finde ich persönlich diese Werte bei YU: Ordnung, Höflichkeit, Hilfsbereitschaft, Geduld, Ausdauer, Liebe, Geist der Einheit, denn bei diesen Werten spielt Zeit und wie sie von der Gesellschaft geformt beziehungsweise verformt wird, eine Hauptrolle.

5. RESUMEE

Die Idee zu dieser Arbeit stammt aus dem Corona Lockdown 2019. Ich musste mich neu organisieren, und merkte, wie fremd sich das Thema Zeit anfühlte.

Der gesellschaftlichen Isolation konnten wir als YU Schüler*innen durch Outdoortraining entkommen. YU Taekwondo hat sicher die Mitglieder*innen aus zeitsoziologischer Sicht positiv beeinflusst. Wir hatten „Zeitbewusstsein“, konnten „entschleunigen“. Doch natürlich ist jeder andere Zeitabschnitt im Leben genauso wichtig und besonders.

6. LITERATURVERZEICHNIS

<https://de.wikipedia.org/wiki/Zeitsoziologie>

<https://yu-taekwondo.at/>

https://de.wikipedia.org/wiki/Pitirim_Sorokin

https://de.wikipedia.org/wiki/%C3%89mile_Durkheim

https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-663-05653-9_6

<https://www.grin.com/document/114535>

<https://lexikon.stangl.eu/26965/zeitwahrnehmung>

https://typo3.univie.ac.at/fileadmin/user_upload/spowi/ISW/Abteilungen/Sportsoziologie/Einf%C3%BChrung_in_die_Sportsoziologie_2015.pdf

<https://www.grin.com/document/189470>

<https://www.grin.com/document/316952>

<https://www.grin.com/document/991369>