

Wenn es um die Seele der Spitzensportler geht

Von Stephan Brust

Für viele war es ein ganz normaler Sonntag - ein normaler Sonntag im August. Doch für sie war er ein besonderer Sonntag. Und enorm wichtig: Während der Olympischen Spiele in Athen traf sich ein Teil der Athleten morgens im Olympischen Dorf, um zu beten. Gott nah zu sein. Unter Ausschluss der Öffentlichkeit versteht sich. Denn nur so hatte jeder Einzelne auch die Möglichkeit, Ruhe zu finden, um gerade Erlebtes zu verarbeiten und neue Kraft zu tanken für die Medaillenjagd, die noch folgen sollte. Das Klientel: querbeet. Vom Olympiasieger bis zum Teilnehmer, der im unteren Drittel der Ergebnislisten auftauchte. Erfolge spielten hier keine Rolle. Sich austauschen in der Welt, in der nur noch Siege zählen, das Konkurrenzdenken für einen Augenblick vergessen, darauf kam es an. Und: Gott erfahren.

Schließlich haben auch Spitzensportler eine Seele. Was nach außen hin oft so professionell wirkt, kann tief im Inneren ganz anders aussehen. Manch einer ist unter dem gehörigen Druck schon regelrecht in sich zusammen gebrochen. Ski-springer Sven Hannawald gehört in Deutschland zu den prominentesten Fällen. Wer wie er im Mittelpunkt einer ganzen Nation stand, muss auch mental Höchstleistungen erbringen - und gut beraten sein. Wie man sie auch bezeichnen mag oder sie sich selbst bezeichnen - Mental-Trainer, Sportmentor, Sportpsychologe: sie werden im heutigen Sport immer bedeutender. Natürlich grasen auch auf diesem Sektor einige schwarze Schafe, die auf den ersten Blick nur schwer auszumachen sind. Äußerlich professionell, innerlich kriminell. Darauf bedacht, die Bekanntheit des Athleten für sich selbst zu nutzen, Bares in die eigene Kasse fließen zu lassen, den Sportler nach allen Regeln der Kunst zu hintergehen. Gefährlich wird es vor allem dann, wenn sich die Athleten schnell mit all ihren Problemen, die sie tagtäglich beschäftigen, für den zunächst so vertraut wirkenden Berater öffnen und im Endeffekt Munition gegen sich selbst liefern. Deshalb geben Experten Sportlern den Rat: Es langsam angehen lassen. Wie im normalen Leben.

Dietmar Ness ist einer dieser Experten. Seit 1993 Sportmentor, zunächst ehrenamtlich, seit 1998 hauptamtlich. Der dreifache Familienvater aus dem Westerwald hat schon jede Menge Sport-Events erlebt. Ob die Fußball-Weltmeisterschaft 1998 in Frankreich, die Olympischen Spiele 2000 in Sydney und die Fußball-EM in diesem Jahr, wo er jeweils Einzelsportler betreut hat. Oder die Leichtathletik-EM 2002 in München und die Olympischen Spiele in Athen, wo er als offiziell akkreditierter Sportmentor gefordert war. Um nur einige Highlights zu nennen. Ness ist ein gefragter Mann. Insgesamt hat er Kontakt zu mehr als 300 Sportlern, Trainern und Funktionären verschiedenster Nationalitäten. Auch sonntags bei den Gottesdiensten im Olympischen Dorf in Athen war er hautnah dabei. "Ein Sportmentor müsste fester Bestandteil jeder Nationalmannschaft sein", unterstreicht er, "es ist ja nicht so wie bei normalen Ärzten, dass die Sportler mit irgendeiner Verletzung zu uns kommen und nach einer Behandlung wieder nach Hause gehen. Der Sportler muss ein Vertrauensverhältnis aufbauen. Das braucht Zeit."

"Egal ob ich gewinne oder verliere, da ist jemand für mich da"

Wissen Sie noch? Karl Friesen, dieser Teufelskerl zwischen den Pfosten der Eishockey-Nationalmannschaft, zig Mal Deutscher Meister und bis zu seinem Karriere-Ende 1998 einer der beliebtesten Kufencracks in Deutschland. Er wurde von Bodo Sandrock, einem Freund von Dietmar Ness, über viele Jahre betreut und betonte immer wieder: "Es tut einfach gut zu wissen: Da ist jemand für mich da, egal ob ich gewinne oder verliere, ob ich gut spiele oder schlecht." Nicht im Sinne von "Schulterklopper, hey, alles super" (O-Ton Friesen), sondern in enger Verbundenheit und Freundschaft, realistisch und bodenständig. Friesen: "Das hat mir geholfen, auf dem Eis immer mein Bestes zu geben." Heute hat er ein Sportgeschäft in

Kanada, trainiert selbst eine Universitätsmannschaft und gibt genau diese Erfahrungen an die "jungen Wilden" weiter.

Dietmar Ness oder Bodo Sandrock sind keine Fitness-Spezialisten, die sich eines ausgeklügelten Trainingsprogramms bedienen, um das Letzte aus dem Athleten herauszukitzeln. Sie sind in erster Linie sympathische Charaktere, die mit ihrer Art, auf andere Menschen zuzugehen, überzeugen. Ihre Arbeit basiert auf Vertrauen. Sie sind kompetent und fördern die Leistung ihrer Athleten. Horst Brune, ehemaliger Geschäftsführer des Volleyball-Spitzenclubs Bayer Wuppertal, der lange mit Dietmar Ness im Europokal zusammenarbeitete, sagt: "Dietmar kann sehr gut mit Menschen umgehen. Er kann auch geschickt auf egozentrisches Gehabe reagieren." Diese gewisse Einfühlsamkeit, auch im größten Stress ruhig zu bleiben, selbst dann, wenn für den Athleten gerade die Welt zusammenbricht

- das ist der Schlüssel, um hundertprozentiges Vertrauen aufbauen zu können. Nur so funktioniert die Partnerschaft. "Das Allerwichtigste ist", unterstreicht Ness, "dass wir den Athleten zeigen, dass sie als Menschen vor Gott einen großen Wert haben - unabhängig von einer guten oder schlechten Platzierung."

Wie sehr die mentale Beratung, der Glaube, aber auch der Austausch untereinander in der heutigen Welt des Leistungssports an Bedeutung gewonnen haben, dokumentieren unter anderem so genannte Bibelkreise. Extra für Spitzensportler. "Hier suchen wir nicht nur die Verbindung zu Gott, hier kann man auch alles bereden - negative und positive Momente. Das ist sehr wichtig für mich", erklärt beispielsweise Shelley Thompson, 21 Jahre alt und eine der großen Hoffnungen im deutschen Frauenfußball. Obwohl die Düsseldorferin für

Vizemeister FCR Duisburg in der vergangenen Bundesliga-Runde 30 Mal das Runde im Eckigen untergebracht und dabei mit elf Toren in drei Spielen einen neuen Bundesliga-Rekord aufgestellt hatte, wurde sie von Tina Theune-Meyer nicht zur Europameisterschaft nach England mitgenommen. Ein schwerer Schlag in jungen Jahren. Gerade nach einer solch erfolgreichen Saison. Doch die gebürtige Rheinländerin, die zurzeit in Düsseldorf Medien- und Kulturwissenschaften studiert, kann damit umgehen. Weil sie positiv denkt und sagt: "Ich weiß: Alles im Leben ist für etwas gut. Auch diese Erfahrung." Ihr Geheimnis ist ihr Glaube, die Nähe zu Gott. "Mein Glaube gibt mir Kraft." So hat sie mit 21 schon gelernt, wie man Rückschläge verkraftet - und parallel dazu, wie man trotz sportlichem Höhenflug auf dem Teppich bleibt.

Apropos Rückschläge. Das Szenario schreckt jeden Sportler ab. Vier Jahre lang hartes Training, Tag für Tag. Endlich wird der Traum "Olympische Spiele" wahr und dann: Verletzung wenige Stunden vor dem Wettkampf. In einer Allerweltssituation im Olympischen Dorf umgeknickt, von einer auf die andere Sekunde alles verloren, den Traum ausgeträumt. Und wer ist da? Je nach Bekanntheitsgrad eine Meldung oder mehr in der Presse, das war's. Die begleitenden Trainer haben just in dem Moment nicht die Zeit, sich intensiv um



den ausgefallenen Athleten zu kümmern. Sie sind verantwortlich für das ganze Team, müssen sehen, dass die anderen in der Mannschaft ihre Leistung abrufen. Und werden am Erfolg gemessen. Ob und wie der verletzte Athlet dieses Erlebnis verarbeitet, ist zunächst sekundär. "Von diesen Fällen hatte ich in Athen gleich zwei kurz hintereinander", erinnert sich Ness. Zwei junge Sportlerinnen, die unter Tränen verzweifelt jemanden suchten, um sich den Frust von der Seele zu reden, mit dieser Situation einigermaßen klarzukommen. "Wenn man sich verletzt oder eine sportliche Durststrecke erlebt, gibt es viel weniger Menschen, die den Kontakt zu dir suchen", bestätigt der ehemalige Fußballprofi Jens Rasiejewski (unter anderem Eintracht Frankfurt, Hannover 96, FC St. Pauli). "In diesen Phasen ist es unheimlich wichtig, jemanden zu haben, der sich gerade dann um dich bemüht."

Idealvorstellung: Zusammenspiel von Sportmentor und Sportpsychologe

Dietmar Ness' Idealvorstellung: ein Athlet oder eine Mannschaft profitieren vom Zusammenspiel eines Sportmentoren und eines Sportpsychologen. "Denn es ist doch klar", sagt Ness, "wenn ich mich als Mentor mit dem Psychologen gut verstehe und ein Athlet mit einem Problem zu mir kommt, das eher auf ein Krankheitsbild hindeutet, geht der Sportler mit Sicherheit nach meiner Empfehlung schneller auf den Psychologen zu als ohne diese Vertrauensbrücke." So kann dem Athleten schneller geholfen werden. Ness sieht Sportmentoren eher als "begleitende Ratgeber". "Wir können nur bis zu einer gewissen Grenze beraten", sagt er. Wenn diese überschritten ist, spricht, der Athlet psychisch krank erscheint, kommt der Psychologe mit seinen speziellen Kenntnissen und Therapiemethoden ins Spiel. Eines sei aber ganz wichtig: "Ich darf als Mentor nie den Fehler machen, alles für den Athleten leisten zu wollen. Ich muss ein professioneller Partner sein und je nach Bedürfnis kompetente Personen vermitteln, um sicherzustellen, dass dem Athleten auch optimal geholfen wird", stellt Ness heraus.

England arbeitet seit Jahren schon vorbildlich, was Mentoring angeht. In allen Spar-

ten des Sports. Vom Profifußball bis zum so beliebten Pferderennen der Briten. Einer der bekanntesten "Sportseelsorger" auf der Insel ist John Boyers, der die Premiere-League-Kicker von Manchester United betreut. Er sorgte unter anderem auch dafür, dass Ness als einer von 28 offiziell akkreditierten Seelsorgern weltweit im Olympischen Dorf in Athen arbeiten durfte. Ein erfahrener, einflussreicher Mann, der im Grunde aber genauso wie seine Kollegen eines stets in den Mittelpunkt seiner Arbeit stellt: Menschlichkeit.

Dazu passt auch die Geschichte von Ralf Schumann, dreifacher Olympiasieger mit der Schnellfeuerpistole, die er kürzlich in der aktuellen Ausgabe der Deutschen Schützenzeitung erzählt hat. Nach seinem Triumph in Athen lernte er bei seinem Auftritt in der Talkshow "Beckmann" auf der Aida den früheren Weltklassesportler Andreas Wecker kennen. Eine Begegnung, die sein Leben veränderte, wie er sagt. "Andreas Wecker hat mir geholfen, zu Jesus zu kommen." Wecker öffnete Schumann die Augen, nachdem der schon in den Monaten zuvor einige merkwürdige Dinge erlebt hatte. Im Gespräch mit Wecker stellte sich heraus: Es war eine Offenbarung. "Ich weiß, dass sich das alles anhört, als würde ich übertreiben, aber genau so ist es gewesen." Mehr als drei Monate vor den Spielen habe er gesehen, dass er Olympiasieger werden würde. "Es lief ein Film vor meinen Augen ab. Ich habe die Siegerehrung gesehen. Es ist in Athen alles genau so gewesen, wie ich es vorher gesehen habe, in jedem Detail." Als Andreas Wecker dann den Bezug zu Gott, Jesus und dem Heiligen Geist hergestellt habe, "hat es Klick gemacht", so Schumann. Seitdem habe sich seine gesamte Lebensqualität "verbessert". "Es geht nicht nur um das Gewinnen", macht Schumann abschließend deutlich, "es geht ums Leben. Es gibt einfach etwas, das stärker ist." 

