



## Könner contra Scharlatane

Sind die hochgesteckten Ziele erreicht worden? Ist es gelungen, ein schlagkräftiges Team zu formen? Oder ist trotz anfänglich großer Euphorie Frust und Tristesse eingetreten?

Da es zunehmend schwieriger wird, aus Fußballprofis eine Mannschaft zu formen, sucht die moderne Trainergeneration neuartige Wege, um aus den teils sensiblen Individualisten hochmotivierte Teamplayer zu machen. Mentaltraining und Teamentwicklung halten auf breiter Front Einzug in den Trainingsalltag. Jürgen Klinsmann, engagierter Befürworter dieser neuartigen Methoden, ist der Meinung, daß ein guter Teamchef seine Macht mit Fitness und Mentalcoaches zu teilen hat.

Auf den Punkt fit sein und volle Leistung bringen, anders läßt sich heute nichts mehr gewinnen, im Berufsleben wie im Spitzensport, meint Manfred Batz (Batz + Siegler Consulting).

Batz ist einer der führenden Managementtrainer in Europa. Bereits seit 15 Jahren arbeitet er mit Top-Managern von Apple, BMW, Deutsche Börse, Henkel, Liebherr, Sony-Ericsson, Porsche, T-Systems oder Toshiba zusammen. Jetzt ist er auch im deutschen Profifußball der Geheimtipp für Mentaltraining.

Meister des Gelingens sein - genau dann, wenn es darauf ankommt. Batz sagt es ganz deutlich, es geht nicht nur darum, positiv zu denken und gut drauf zu sein. Ganz im Gegenteil: Mentaltraining ist harte Arbeit. Mentaltraining fordert und strengt an.

Aber es wirkt garantiert.

Durch Mentaltraining ist es möglich, Vorstellungen (sogenannte innere Filme) zu gestalten oder zu verändern und damit wirksame und konstruktive Verhaltensstrategien für Anforderungen jenseits der Routine zu entwickeln. Nur der richtige innere Film ist die mentale Basis für Spitzenleistungen. Echte Siegertypen haben immer verlässliche innere Filme, auf die sie zugreifen können, wenn es darauf ankommt, auch unter höchster Beanspruchung. Und sie haben mit dem Mentaltraining eine Methode, mit der sie jederzeit außergewöhnliche Anforderungen meistern können, so Manfred Batz weiter.

Jürgen Klopp, Trainer des Mainzer Spaßclubs, ist bekennender Freund von Teambildung durch Mentaltraining. Klopp reiste im letzten Jahr mit seiner Mannschaft für eine Woche nach Schweden: Survival-Ausstattung inklusive, jedoch ohne Fußballleichen und Bälle. Seine Mannschaft schwärmt noch heute von diesem außergewöhnlichen Training ohne Ball.

Das Abschneiden der Mannschaft bestätigt die Wirkungsweise solcher Maßnahmen. Mainz galt auch in dieser 2. Bundesligasaison wieder als sicherer Absteiger, konnte sich aber durch Kampf, Begeisterung und Geschlossenheit durchaus behaupten. Klopp ist sich sicher, wenn zwei ähnlich starke Mannschaften aufeinander treffen, wird am Ende die eingeschworene Gemeinschaft gewinnen.

Auch Konzepttrainer Uwe Rappolder vom Aufsteiger 1. FC Köln und Kurt Jara vom Tabellenführer Red Bull Salzburg sind mittlerweile auf dem Weg, sich mit diesen zur Zeit noch fußballfremden Maßnahmen anzufreunden. Der jetzige Schalcker Chefcoach Ralf Rangnick setzte bereits zu seiner Stuttgarter Zeit auf Mentalcoach Thomas Baschak. Unter dessen Anweisung mußten die Spieler von bis zu 16 Meter hohen Bäumen springen und mit ihrer Halsmuskulatur Eisenstangen verbiegen. In diesem Jahr lud Rangnick seine Profis zur teambildenden Jeep- und Kanutour mit anschließendem Bogenschießen ein.

Doch nicht jede Mutprobe ist Mentaltraining und damit ein Baustein zum Erfolg. Christoph Daum machte 2000 die Leverkusener Profis unter Leitung von Guru Jürgen Höller (zwischenzeitlich wegen Betrug inhaftiert) zu Hobby-Fakiren. Barfuß liefen sie über Scherben. Das Ergebnis solcher doch eher unwissenschaftlichen Spielchen: In den drei Endspielen zur Meisterschaft, Champions League und zum DFB-Pokal wurden die Leverkusener Profis nur 2. Sieger.

Während manche auch schon bei gemeinsamen Teamaktivitäten einen Sinn sehen, sind sowohl Batz als auch Klopp davon überzeugt, daß nur langfristig angelegte Maßnahmen etwas bewirken. Zwei Stunden Rafting macht zwar Spaß, hat aber rein gar nichts mit Mentaltraining oder Teambildung zu tun.

Batz hat das Mentaltraining für

Fußballprofis u. a. zusammen mit dem ehemaligen HSV-Profi Pavel Dotchev (in der letzten Saison Paderborner Erfolgstrainer) und dem Vertriebsleiter Volker Wefelmeier entwickelt. In Vertrieb, Management und Spitzensport weiß man es längst: Der mental Stärkere macht das Rennen. Und das schöne ist: Mentale Stärke und eine konsequente Zielorientierung lassen sich trainieren. Wichtige Voraussetzung ist es dabei, die eigene Komfortzone routinierter Aktivitäten zu verlassen und ebenso konzentriert wie systematisch unter Anleitung eines seriösen Mentaltrainers an sich zu arbeiten.

Denn Menschen und Unternehmen sind nur erfolgreich, wenn sie - ähnlich wie beim Fußball, gut aufgestellt sind, also am richtigen Platz stehen und entsprechend ihrer Leistung und Position anerkannt werden und sich dabei als Teamspieler verstehen. Das von der Batz + Siegler Consulting GmbH zum Thema Mentaltraining entwickelte Konzept umfaßt Teamtraining und insbesondere Einzelcoaching. Es basiert auf den Erkenntnissen des Harvard-Psychologen und Motivationsforschers David McLelland und des Heidelberger Wissenschaftlers Hans Eberspächer. Dabei gibt es jeweils speziell ausgerichtete Programme für das Top-Management, den Vertrieb, den Service und den Profifußball. Mitte 2006 erscheint dazu das Buch "Siegertypen - Mit Mentaltraining zu Spitzenleistungen" (Autoren: Batz, Dotchev, Wefelmeier)