

„Drucksituationen können simuliert werden“

Der Abstiegskampf in der Bundesliga geht in die heiße Phase - fast die halbe Liga zittert vor dem Absturz in die Unterklassigkeit. Der Psychologe Ulrich Kuhl spricht im FAZ.NET-Interview über Krisensituationen, peinliche Trainer und egoistische Spieler.



Ulrich Kuhl berät als Diplom-Psychologe Spitzensportler und das Management von Unternehmen

05. März 2011

Die halbe Bundesliga zittert. Erwartungen erfüllen sich nicht, manch ein etablierter Klub gerät in schwere Turbulenzen und muss den Abstieg fürchten. Derweil hören wir Woche für Woche vom Führungspersonal betroffener Vereine Motivationsformeln wie „Wir werden den Karren schon wieder gemeinsam aus dem Dreck ziehen“, ohne dass Besserung eintritt. Was halten Sie davon?

Das sind Worthülsen. Sie beweisen nur, in welcher hilfloser Lage sich Trainer oder Manager befinden. Etwas zu erzählen, was dann doch nicht eintritt, geht voll auf Kosten der Glaubwürdigkeit.

Was wäre nötig?

Man sollte nichts beschönigen und die Krisensituation so annehmen, wie sie ist - nämlich als Bedrohung. Nach innen müsste eine schonungslose Analyse stattfinden. Ich muss als Trainer der Mannschaft klarmachen, was ich von ihr erwarte. Jeder Spieler muss sich in persönlichen Gesprächen verpflichten, was er von nun an beisteuern will und sich auch daran messen lassen. Ich bin nicht überzeugt, ob das in vielen Vereinen so stattfindet.

Wie sollte im Krisenfall die Außendarstellung aussehen?

Wichtig ist auch hier Glaubwürdigkeit. Ich wundere mich, wenn Verantwortliche gebetsmühlenartig behaupten, das Team würde „unten herauskommen“ oder der Abstieg sei kein Thema. Darüber kann sich doch niemand sicher sein. Es ist brandgefährlich und unglaubwürdig, in nichts ein Problem zu sehen und nur von Herausforderung zu reden. Positives Denken ohne Problemlösungskompetenz führt nicht zum Ziel.

Es fällt in der Tat auf, dass in der Krise der Begriff der „Herausforderung“ von den Verantwortlichen inflationär verwendet wird.

Zum Thema

- FAZ.NET-Themenseite: Fußball-Bundesliga
- Kommentar: Entspannte Hessen
- Eintracht Frankfurt: Rettungsring Trainingslager
- VfB Stuttgart: Quälender Kampf

Das ist manchmal schon peinlich - wie das Pfeifen im Walde. Ehrlich wäre zu sagen: Leute, das ist für uns jetzt eine bedrohliche Situation. Wir haben nur dann eine Chance, wenn wir das gemeinsam anpacken. Teamgeist als Schmierstoff ist besonders gefragt. Und ein Trainer sollte umsetzbare Strategien einbringen. Wenn ich natürlich nichts mehr habe, was ich ändern kann, wird es schwierig. Dann sagen die Spieler, das hat der Trainer doch schon mal gesagt, und es hat nichts gebracht. Die Glaubwürdigkeit wäre dahin.

Trotz schwacher Leistungen in der Bundesliga zeigt die eine oder andere Mannschaft im Europapokal überzeugende Leistungen und bricht Tage später in der Bundesliga wieder zusammen. Gibt es von Ihrer Seite eine Erklärung?

Häufig wird nach diesen erfolgreichen Spielen eine Aufbruchstimmung erwartet, die nicht eintritt. Für mich ist diese Diskrepanz eher ein Indiz dafür, dass es in der Mannschaft nicht stimmt. Auf der Bühne Europas rennen und kämpfen gerade die sogenannten Fußball-Söldner, weil sie dann vor allem ihren persönlichen Profit sehen. Die Turbo-Wirkung bezieht sich da auf ihr Ego und weniger auf das Team.

Was speziell ist gefordert in bedrohlichen Situationen?

Es geht um die Fähigkeit, auch unter Druck Wettkampfsituationen gut bewältigen zu können. Es gehört zu den unabdingbaren Basiskompetenzen eines Spitzensportlers, unter Druck handlungsfähig zu bleiben. Ich frage mich manchmal, was im Fußball dafür getan wird, die Leistungen auch für Ausnahmesituationen zu stabilisieren. Es ist ein großer Irrtum, wenn manche Trainer behaupten, dies könnte nicht simuliert werden. Im Training gibt es eine Reihe Möglichkeiten, Drucksituationen einzubauen. Das wird oft vergessen. Das ist wie beim Piloten - der wird auch aus gutem Grund auf alle möglichen kritischen Situationen vorbereitet.

Das Gespräch führte Michael Ashelm.

Text: F.A.S.

Bildmaterial: Philipp Plum

© Frankfurter Allgemeine Zeitung GmbH 2011.
Alle Rechte vorbehalten.

Vervielfältigungs- und Nutzungsrechte erwerben

Verlagsinformation

Folgen Sie uns auf Twitter! Abonnieren Sie jetzt die FAZ.NET-Tweets und erhalten Sie ab sofort die aktuellsten Nachrichten in Ihrem Twitter-Account.

Frankfurter Allgemeine Zeitung GmbH 2001 - 2011

Dies ist ein Ausdruck aus www.faz.net.