

Nicht jeder heißt A

Die Olympischen Sommerspiele 2016 in Rio standen an. ÖSV-Präsident Peter Schröcksnadel hatte mit seiner

Von Alex Gruber

Vill, Igls – „Du musst dir Killer erziehen, die im richtigen Moment da sind. Einen Psychologen braucht es dafür nicht, ich

Hintergrund

Thema: Wie viel Psychologie steckt in Olympiasiegern?

halte nichts von Psychologen. Ein Olympiasieger braucht keinen Psychologen, nur die in der Mitte (der Ergebnisliste, Anm.) haben einen.“ Mit dieser Aussage ließ ÖSV-Präsident Schröcksnadel, der im Projekt Rio für die Verteilung von öffentlichen Fördergeldern mitverantwortlich war, im TT-Interview aufhorchen.

Schröcksnadels (Unken-) Ruf leitete den „Tag der Tiroler Sportpsychologie“ im Viller Grillhof ein. „Die Sportpsychologie ist ein Mosaikstein am Weg zum Erfolg“, eröffnete **Walter Seidenbusch**, Vorstandsmitglied von Tisport (Dachorganisation der Tiroler Sportverbände).

Mit kurzfristiger Sichtweise und Verallgemeinerungen sei es am Weg zu olympischem Edelmetall laut Organisator und Sportpsychologen **Christopher Willis** in keiner Weise

getan: „Viele vergessen, welcher jahrelanger Prozess es ist, von einem Quotenplatz in die Nähe von Medaillen zu kommen. Man muss die Zellen unterstützen“, wurden Familie, Freunde und Trainerstab genannt. Und was nütze in Sachen Förderung z. B. ein neuer Segelmast, wenn den Sportlern ein geregelter Einkommen fehle. Kritik, Sportarten und Athleten gegeneinander auszuspielen, wurde laut: „Es geht auch um die Ethik.“ Und nicht in allen Olympiasiegern seien „Killer“ zu erkennen. Willis führte US-

„*Es ist ein jahrelanger Prozess, von einem Quotenplatz in die Nähe von Medaillen zu kommen.*“

Christopher Willis

Gold-Schwimmer **Anthony Erwin** (Tourette-Syndrom/hatte mit Drogen zu kämpfen) oder Tennis-Olympiasiegerin **Monica Puig** (die Puerto Ricanerin war vor kurzer Zeit nicht einmal unter den Top 100) als Gegenbeispiele zu Schröcksnadels Theorie an. Auch aus der (seelischen) Mitte – und dieser dienen die Sportpsychologen an der Seite von Trainern und Athleten – entspringt ein Fluss.

Wie wichtig das richtige Umfeld sei, führte **Kate Allen** in ihrem emotionalen Beitrag aus. Die Triathlon-Olympiasiegerin von Athen 2004, die unter vier Kindern in einer australischen Farmer-Familie als Läuferin groß wurde und später in Österreich in Ehemann **Marcel Diechtler** die perfekte Unterstützung fand, sagte gleich „sorry“: „Denn ich war das Kind mit dem Killerinstinkt.“ Der Ausdauersport sei bei ihr zu Hause über all die langen Jahre eine „family affair“ gewesen: „Ich weiß nicht, was ohne Sport aus mir geworden wäre“, reichte die 46-jährige Mutter eines Sohnes einen Erziehungstipp nach: „Du musst fähig sein zu gewinnen und zu verlieren. Das müssen wir unsere Kinder lehren.“

Mentale Stärke gehe auch mit einer optimalen Vorbereitung einher: „Dein Körper ist wie ein Computer. Was du ihm antrainierst, führt er auch aus.“ Eine gewisse Härte sei am Weg zu Olympia-Gold nicht schädlich: „Ich habe gesagt, wer nicht dasselbe Ziel hat, verlässt mein Team. Wir hatten eine Vereinbarung, über die wir nicht geredet haben.“

Auch in Allens Karriere war aber nicht alles Gold, was glänzt: Vier Jahre nach einem schweren Trainingssturz schlotterten ihr in der Vorbereitung auf die Spiele in Peking am Rennrad die Knie. Und rückwirkend legt sie nahe: „Da hätte ich wahrscheinlich einen Psychologen gebraucht. Wenn man ein Trauma hat, muss man sich helfen lassen.“

Skisprung-Olympiasieger **Toni Innauer** (1980/Lake Placid) hatte in seinen aktiven Tagen das „Trauma“ eines zweiten Platzes vom Bergisel (1976/Sieger Karl Schnabl) als Halbzeitführender zu verarbeiten: „Ich habe eineinhalb Jahre gebraucht, um mein Versagen zu realisieren.“ Die



Kompetente Runde – am Tag der Tiroler Sportpsychologie um Hausherr Christopher Willis referierten Claudia Reidick, Eva Dollinger, Toni Innauer, Violetta Oblinger-Peters und Roswitha Stadlober (v.l.). Foto: Tisport/Wolfgang Haider

Allen oder Innauer

Im Tag der Tiroler Sportpsychologie im Mittelpunkt.
Aussagen unwissentlich Zündstoff dafür geliefert.

Autosuggestion leistete ihm wertvolle Dienste. Später leitete der *TT*-Kolumnist („mentale Stärke ist trainierbar“) im heimischen Skispringerzirkus den „Club 91“, der unter den Athleten energetische Themen, Gesprächskultur und Eigenverantwortung förderte. Die erfolgreiche Umstellung auf den V-Stil fiel als ÖSV-Sportdirektor vor den erfolgreichsten Winterspielen 1992 in Albertville (fünf Medaillen) in seine Agenda, in der Vorreiterrolle kam der Querdenker an. Nachdem auch Innauer

„ In Vancouver 2010 hat eine Materialgeschichte die Vorbereitung in die Luft gejagt.“

Toni Innauer (zu olympischen Komponenten im Springerzirkus)

kurzfristig unter der Doppelbelastung Sportdirektor und Trainer zu leiden hatte, wurden im Springerzirkus zu Beginn des neuen Jahrtausends Sportpsychologen im Team implementiert: „Es geht um Persönlichkeitsentwicklung und darum, einen Menschen ganzheitlich zu sehen und hochleistungsfähig zu machen“, leitete Innauers Statement im Themenpaket der fünf olympischen Ringe die Schlussrunde ein.

Kanutin **Violetta Oblinger-Peters** (Olympia-Bronze 2008 in Peking) ergänzte: „Die Geringschätzung gegenüber den Athleten ist sehr schade, oft ist vieles im letzten Moment nicht richtig.“ Den Nachwuchs (Oblinger-Peters: „Man muss sie stärken, wenn sie angefangen haben – dahinter steckt eine Kraft.“) nahm auch Ex-Triathletin **Eva Dollinger** ins Visier: „Man muss früher anfangen, junge Sportler in Psychologie auszubilden und das in die Öffentlichkeit bringen.“ Die Kernaussage kam von Haus-



Ein historischer Moment – nach grandioser Laufleistung sprintete Kate Allen 2004 in Athen als Olympiasiegerin ins Ziel.

Foto: gepa/Ebenbichler

herr Willis: Im Leistungssport entspreche eine Selektionskultur nicht mehr den modernen Ansprüchen der Sportpsychologie. Selektionskultur führe dazu, dass viele Talente zu früh aus dem Leistungssport ausscheiden würden. Modern wäre, eine Talententwicklungskultur aufzubauen und Olympiateilnehmer gerade in

Schwächephasen zu unterstützen. Nicht jeder werde schließlich mit den Genen von Allen oder Innauer geboren.

Buchtipps zum Thema: „2:04:43 – eine Weltreise zum Olymp“, Autobiografie Kate Allen. „Der kritische Punkt. Mein Weg zum Erfolg“ oder „Am Puls des Erfolges“, von und mit Toni Innauer.