

# Herabwürdigende Kritik unerwünscht

Motivations- und Mentaltrainer Andreas Werner referiert bei der GFT Oberfranken

## FUSSBALL

Lothar Matthäus wurde Deutschlands Rekordnationalspieler und einer der erfolgreichsten Fußballspieler der Welt, obwohl ihm auf Grund schwerer Verletzungen mehrmals das vorzeitige Aus seiner Karriere drohte. Berti Vogts und „Katsche“ Schwarzenbeck, beide nicht eben begnadete Fußballer, schafften durch Ehrgeiz und Willensstärke den Sprung in die vermeintlich beste deutsche Nationalmannschaft aller Zeiten, die Weltmeister-Elf von 1974. Talent ist im Sport zweifellos förderlich, doch nur wer „Siegermentalität“ hat, wird sich durchsetzen. Wie man Sportlern die richtige Einstellung vermittelt, erläuterte Motivations- und Mentaltrainer Andreas Werner im Rahmen einer Sonderveranstaltung der Gemeinschaft der oberfränkischen Fußballtrainer (GFT) in der Sportheimgaststätte des SC Weismain.

„Erstmals haben wir einen Motivationstrainer zu einem Vortrag eingeladen. Wir haben uns damit auf einen neuen Sektor der Fortbildung begeben“, so Heinz Eger, Vorsitzender der GFT. Der 42-jährige Andreas Werner, Inhaber der Firma „Do it-Seminare“ in Zirndorf, beschäftigt sich seit acht Jahren mit Psychologie.

Als Mentaltrainer betreut er neben dem Zweitligisten SpVgg Greuther Fürth die beiden Profi-Tennisspielerinnen Anca und Adriana Barna, die beide in der Weltrangliste unter den Top 200 vertreten sind. Auch beim Bundesligisten 1. FC Köln war Werner bereits tätig gewesen. Positiv: Gängige Vorurteile gegenüber Motivationstrainern bestätigte der 42-Jährige nicht. Ohne markige Sprüche und billiges Imponiergehabe führte er die Zuhörer ruhig und sachlich durch die sicher nicht einfache Materie.

## Denken entscheidend

Mentales Training sei seiner Meinung nach im deutschen Spitzensport, besonders im Fußball, noch zu wenig ausgeprägt. „Dabei ist das Denken eines Menschen entscheidend dafür, was er bewegen kann“, so der Referent. „In einigen Jahren wird jeder Profi-Fußballklub einen Mentaltrainer haben“,



Fordert mehr Psychologie beim Training: Andreas Werner. Foto: BR/M. W.

prognostizierte er. Diktatorische Menschenführung sei nicht mehr zeitgemäß. „Um es zusammen mit ihnen zu erreichen, muss man Menschen Ziele und Visionen geben“, betonte Werner. Hinsichtlich der Psyche eines Menschen nehme das Unterbewusstsein eine zentrale Rolle ein: „Wir nehmen von allen Dingen, die wir sehen und hören, nur drei Prozent bewusst wahr. Alles andere spielt sich unterbewusst ab.“

Was der Spieler eingetrücht bekomme, zeige er auch in seinem Verhalten. Andreas Werner ging in diesem Zusammenhang auf die Patzer von Dortmunds Keeper Jens Lehmann in der vergangenen Saison ein. „Durch die Berichterstattung in den Medien und den Hohn der Fans ist er immer wieder an die Fehler erinnert worden. Das hat den Negativeffekt noch verstärkt“, sagte der Motivationstrainer.

Den anwesenden Fußballlehrern riet er zu Einzelgesprächen mit Spielern, die sich in einem Leistungstief befinden. Herabwürdigende Kritik vor der gesamten Mannschaft gelte es zu vermeiden, da der Spieler sonst eine Barriere gegenüber dem Coach aufbaue. „Als Trainer muss man auf die Persönlichkeit des Spielers eingehen. Bei sensiblen Typen ist eben viel Fingerspitzengefühl erforderlich.“ Auch berichtete Werner von seinen Erfahrungen mit Profifußballern: „Nach außen treten sie zwar auf wie Stars, doch viele sind unselbstständig und haben wenig Selbstbewusstsein.“

Noch immer gebe es zu viele hoch bezahlte Kicker, denen die richtige Einstellung fehlt. „Um sich weiterzuentwickeln, muss man ständig und hart an sich arbeiten“, erklärte der 42-Jährige. Ein großer Teil der Spieler bevorzuge jedoch den bequemerem Weg. „Wer seine Komfortzone nicht verlässt, wird aber nicht vorwärts kommen“, prophezeite der Referent. In puncto Nachwuchsarbeit forderte er, jungen Fußballern Entfaltungsfreiheit zuzugestehen. Den Nachwuchskickern müsse vor allem positives Denken vermittelt werden. „Man muss ihnen den Glauben an sich selbst geben“, so Andreas Werner. Auf dem Weg zum Erfolg sei Autosuggestion hilfreich. „Setzen Sie sich Ziele und reden Sie sich stark, diese auch zu erreichen.“

## Erneut Heinz Eger

Neuwahlen der Vorstandschaft standen bei der Mitgliederversammlung der Gemeinschaft der oberfränkischen Fußballtrainer (GFT) in der Sportheimgaststätte des SC Weismain an. GFT-Vorsitzender Heinz Eger gab einen Rückblick auf das vergangene Jahr. Höhepunkt sei im Oktober die Talkrunde mit Damen-Bundestrainerin Tina Theune-Meyer im voll besetzten Sportheim des SC Weismain gewesen.

„Bei Fortbildungen mit Referenten aus dem Profifußball ist die Resonanz überdurchschnittlich, während der Besuch bei Veranstaltungen zum Schwerpunkt-Thema im Hinblick auf den Leistungstest oft zu wünschen übrig lässt“, kritisierte Eger.

Die Wahlen brachten folgendes Ergebnis: Ohne Gegenkandidat wurde Heinz Eger einstimmig im Amt des Vorsitzenden bestätigt. Seine Stellvertreter sind wie bisher Roland Götschel und Adolf Sperlich. Die Geschäftsführung obliegt weiterhin Rudolf Frank, für Öffentlichkeitsarbeit ist nach wie vor Jürgen Valentin zuständig. Zum neuen Schatzmeister wurde Hubert Richter gewählt. Im vergangenen Jahr hatte Adolf Sperlich dieses Amt kommissarisch ausgeübt. Kassenprüfer sind Helmut Schlegel und Willi Limmer.

Novum bei der GFT: Auf Grund einer Satzungsänderung können künftig auch Trainer Mitglied der GFT werden, die noch nicht im Besitz einer Lizenz sind. Bislang war eine B-Lizenz erforderlich. Matthias Will

## TISCHTENNIS

### Herren-Bayernliga Nord

DJK Nürnberg – FC Nordhalben	2:9
TV Altdorf – TV Lauf	9:4
TSV Lauf – FC Nordhalben	2:9
TV Etwashausen – TTC Creußen	1:9
1. (1.) FC Nordhalben	14 122:54 25:3
2. (2.) TTC Creußen	11 99:26 22:0
3. (3.) TSV Lauf	13 96:75 19:7
4. (4.) TTC Tiefenlauter	13 95:79 16:10
5. (5.) TV Altdorf	14 100:89 16:12
6. (6.) TSV Ansbach	13 75:93 10:16
7. (7.) DJK Sparta Nürnberg	12 65:89 8:16
8. (8.) TV Lauf	11 65:84 7:15
9. (9.) TV Etwashausen	15 69:122 5:25
10. (10.) DJK Kleinwallstadt II	12 33:108 0:24

### Herren-Landesliga Nordwest

TTV Altenkunstadt – TSV Bad Königshofen	9:7
TTC Rugendorf – TSV Bad Königshofen	8:8
FC Hösbach – TS Arzberg	2:9
1. (1.) TTV Altenkunstadt	11 98:54 21:1
2. (2.) TS Arzberg	12 100:66 17:7
3. (3.) TSV Bad Königshofen	13 99:86 16:10
4. (4.) BSV Bayreuth	12 94:77 14:10
5. (5.) TTC Rugendorf	11 86:76 13:9
6. (6.) Post-SV Bamberg	11 72:75 12:10
7. (7.) Würzburger Hofbr. III	12 80:86 11:13
8. (8.) SB Versbach	13 73:106 6:20
9. (9.) TTC Creußen II	12 67:99 5:19
10. (10.) FC Hösbach	11 52:96 3:19

### Damen-Landesliga Nordwest

TV Konradsreuth – TSV Neunkirchen	4:8
TV Ebersdorf – TTC Rugendorf	8:5
TTC Rettersheim – TSV Gerbrunn	8:6
1. (1.) TSV Neunkirchen	15 115:38 28:2
2. (2.) TS Marktredwitz-Dörflas	14 106:53 24:4
3. (3.) TSV Bad Königshofen	15 93:88 15:15
4. (4.) ATS Kulmbach	13 79:78 13:13
5. (5.) TSV Gerbrunn	14 82:88 13:15
6. (6.) TTC Rettersheim	12 69:74 12:12
7. (7.) TTC Rugendorf	13 71:81 12:14
8. (8.) TSV Brendlorenzen	12 64:79 11:13
9. (9.) TV Ebersdorf	14 69:96 9:19
10. (10.) TV Konradsreuth	13 59:90 7:19
11. (11.) FC Burk	13 54:96 4:22

## Vorschau

**Herren-Bezirksliga III Bayreuth/Kulmbach:** SV Mistelgau – SC Raiff. Bayreuth (Do., 19.30 Uhr); TSV Bischofsgrün – TTC Rugendorf III (Fr., 20 Uhr).

**Herren-Kreisliga I Bayreuth/Kulmbach:** Post-SV Bayreuth III – TSV Stadtsteinach, SV Mistelgau II – 1. FC Bayreuth II (beide heute, 19.30 Uhr); SV Glückauf Pegnitz – SV Länzdorf (Do., 19.45 Uhr); TTC Willm./Melk II – SV Heinersreuth II (Fr., 20 Uhr).

**Damen-Bezirksliga II Nord:** TSV Untersiemau – TTC Burgkunstadt (Fr., 20 Uhr).

**Damen-Bezirksliga III Bayreuth/Kulmbach:** TTC Rugendorf V – Post-SV Kulmbach (heute, 20 Uhr); TV Marktkeugast II – TTC Bad Berneck (Di., 20 Uhr); ATS Kulmbach II – TSV Stadtsteinach (Fr., 20 Uhr).