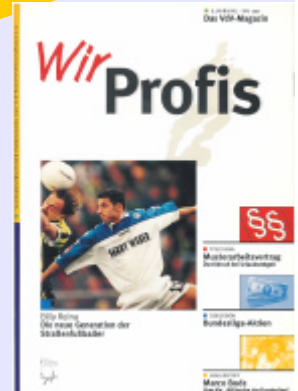




## alleine herauszukommen

Sonderdruck eines Interviews mit Hans-Georg Huber  
erschienen im Magazin der Profifußballergewerkschaft 1997



Hans-Georg Huber arbeitet als Psychologe seit vielen Jahren erfolgreich mit Teams und Einzelpersonen. Er berät Wirtschaftsunternehmen und betreut Leistungssportler. Für die VdV coacht er unsere Profis am Telefon. WIR PROFIS spricht mit Hans-Georg Huber über das Coaching-Telefon, als Möglichkeit aktueller Krisenhilfe.

**WIR PROFIS:** Experten wissen: Nicht nur Technik, Athletik und Taktik bestimmen das Spiel. Entscheidende Reserven liegen oft in der mentalen und psychischen Stärke.

**Hans-Georg Huber:** Das ist sicherlich richtig, wobei der mentale Bereich nach wie vor noch sehr unterschätzt wird. Für die Leistung einer Mannschaft ist es entscheidend, wie sehr es dem Trainer gelingt, dafür zu sorgen, dass die Mannschaft besser ist als die Summe der Einzelspieler. Dafür war der SC Freiburg in den letzten Jahren ein gutes Beispiel. Bei dem einzelnen Spieler mag das viel-

leicht nur fünf Prozent ausmachen. Aber dieser Anteil ist entscheidend für die „Big Points“, für den entscheidenden Pass, das entscheidende Tor, den entscheidenden Schritt schneller zu sein.

**WIR PROFIS:** Ihr Coaching durch die Arbeit an der psychologischen Seite des Spielers macht das möglich?



Hans-Georg Huber

**Hans-Georg Huber:** Coaching ist viel mehr als Psychologie. Es ist die professionelle Betreuung eines Menschen in allen Lebensbereichen, die Einfluss auf seine Leistung und sein Wohlbefinden haben. Und diese Bereiche, zum Beispiel persönliche, berufliche und wirtschaftliche Themen, hängen sehr eng zusammen. Mein beruflicher Background ermöglicht mir, ganzheitlich mit der Vielschichtigkeit des Menschen zu arbeiten.

**WIR PROFIS:** Steht beim Coaching der berufliche Erfolg im Vordergrund?

**Hans-Georg Huber:** Natürlich, aber dieser Erfolg ist nur eine Seite der Medaille. Was nützt es, hier zu gewinnen und da einen extrem hohen Preis für den Erfolg zu bezahlen? Neben dem äußeren Erfolg ist auch der innere Erfolg, das persönliche Wohlbefinden des Menschen wichtig. Ich engagiere mich in meiner Arbeit dafür, dass die eine Seite nicht chronisch zu Lasten der anderen geht. Wirklicher Erfolg braucht auf Dauer immer beide Seiten.

**WIR PROFIS:** Sie arbeiten auch mit Managern und Künstlern. Sehen Sie Parallelen zum Profifußball?

**Hans-Georg Huber:** Sicher. Auch der Profi ist ein Mensch mit eigenen Zielen, Träumen, Stärken und Schwächen. Gemeinsam ist diesen drei Berufen, dass sie sehr von der Kreativität leben und unter großem Leistungsdruck stehen. Schon bei kleinen Irritationen kannst Du die fünf Prozent verlie-

ren, die die Spitzenleistung ausmachen. Daneben gelten bestimmte Erfolgsfaktoren für alle Menschen.

**WIR PROFIS:** Wenn ein Sportler Sie jetzt braucht, wie können Sie ihm am Coaching-Telefon der VdV helfen?

**Hans-Georg Huber:** Die Spieler stehen häufig unter großem Druck. Das Telefon ist die schnellste Möglichkeit, einen kompetenten Ansprechpartner direkt zu erreichen. Viele Probleme lassen sich in einer Viertelstunde soweit klären, dass der Spieler konstruktiv damit umgehen kann. Und was natürlich ganz wichtig ist, der Spieler kann sich auf 100-prozentige Diskretion verlassen. Niemand wird jemals erfahren, wer warum angerufen hat.

**WIR PROFIS:** Was sind dabei die Standard-situationen?

**Hans-Georg Huber:** Das sind vor allem zwei Themenkomplexe. Zum einen steht der Spieler in einem Geflecht von Beziehungen, sowohl beruflich als auch privat. Dort gibt es häufig Konflikte. Das kann der Trainer sein, Mitspieler, die Klubführung, die Familie, oder Berater und Presse. Egal wer, alle haben natürlich auch Eigeninteressen. In solchen Fällen ist ein neutraler Partner, der die Dinge von Außen betrachtet, sehr hilfreich. Das zweite große Thema sind Leistungsschwankungen und Leistungseinbrüche beim Spieler.

**WIR PROFIS:** Wie bei der Angst vor dem Elfmeter?

**Hans-Georg Huber:** Das ist eine mir oft gestellte spektakuläre Frage. Die Angst beim Elfmeter zu versagen, hat natürlich auch immer individuelle und damit psychologische Gründe. Aber es gibt auch andere wichtige Themen, bei denen die psychologische Seite eine große Rolle spielt, die jedoch in der Diskussion häufig vernachlässigt werden. Wie zum Beispiel schwerwiegende Verletzungen oder bei älteren Spielern das Ende der Karriere. Auch der Zusammenhang von innerer Verkrampfung und Verletzungsanfälligkeit ist ein oft unterschätztes Thema. Wenn ich nicht locker bin, bin ich eher gefährdet. Auch internes Mobbing kann Grund für fehlendes Wohlbefinden sein.

**WIR PROFIS:** Der Spieler als Opfer in seiner eigenen Umgebung?

**Hans-Georg Huber:** Wenn er das Gefühl hat, sich nicht mehr wehren zu können, ja. Als Opfer bist Du nicht handlungsfähig und da ist es oft schwer, alleine wieder herauszukommen.

**WIR PROFIS:** Greift da nicht der schnelle Weg zum Telefon zu kurz?

**Hans-Georg Huber:** Im Gegenteil. Das Telefon ist keine große Schwelle. Manager in der Wirtschaft nutzen längst diese Möglichkeit. Das Problem sehe ich eher darin, dass dieser Bereich der Beratung unterschätzt wird. Da spielen falsche Vorstellungen mit wie: „Mein Gott, wenn ich einen Psychologen brauche, muss ich auch eine psychische Krankheit haben.“ Diese Hürde sollte fallen und der Service des Psychologen wie der des Steuerberaters verstanden werden. Natürlich sind die Möglichkeiten am Telefon begrenzt. Dennoch lassen sich auf diesem Weg viele Probleme lösen. Bei tieferliegenden Ursachen ist jedoch der persönliche Kontakt eine absolute Notwendigkeit. Zum Beispiel, wenn die ungelöste Zukunft nach der Fußballkarriere als starke Belastung erlebt wird. Auf der anderen Seite lassen sich Konflikte mit Trainern, Verein oder Mitspielern häufig sehr schnell und damit auch am Telefon lösen.



**Coachingbüro**  
**HUBER & PARTNER**

Freiburg · Augsburg · Lübeck · Zürich

Furtwänglerstr. 9  
D-79117 Freiburg

Tel. 0761/ 612016  
Fax 0761/ 612026

<http://www.coachingbuero.de>