

Sportpsychologische Betreuung der U21-Fußballnationalmannschaft: Ein Praxisbericht

Sportspsychological Guidance for the National Team of Football Players Under 21 Years of Age:
A Practical Report

Judith Draxler-Hutter

Zusammenfassung

Die Sportpsychologie hält zunehmend Einzug im Fußball. Im Hinblick auf die in der Schweiz und in Österreich stattfindende Fußballweltmeisterschaft 2008 wurde auch vom Österreichischen Fußballbund (ÖFB) ein Projekt gestartet, das unter anderem die umfassende psychologische Betreuung der Auswahlmannschaften sicherstellen soll. Der Artikel gibt einen Überblick eines Betreuungskonzepts in der Nationalmannschaft der unter 21-jährigen Spieler.

Abstract

Sports Psychology gets more and more involved in football (soccer). Due to the coming European Championships in football that will take place in Switzerland and Austria in 2008, the Austrian football federation has started a project, which should guarantee, along with the other related projects, complete psychological guidance for the selected teams. This article overviews a concept of guidance used in the national team for players under 21 years of age.

1. Einführung – Sportpsychologie und Fußball

2006 war ein bedeutendes Jahr für die Beziehung Sportpsychologie und Spitzensport. Jürgen Klinsmann, der Teamchef der deutschen Nationalmannschaft holte mit Dr. Hans-Dieter Hermann einen Psychologen ins Betreuungsteam des WM-Aufgebots. Darüber hinaus stellte Klinsmann klar, dass er als Cheftrainer diese Beratung auch selbst in Anspruch nehmen würde, anstatt nur seine Spieler „auf die Couch“ zu legen. Nach dem eher überraschenden und viel umjubelten dritten Platz durften die Medien dann berichten, dass die Sportpsychologie gleich nach ihrem Debüt im Deutschen Fußballbund entscheidend zum sportlichen Erfolg bei der Heim-WM beigetragen hatte.

Zumindest für die Öffentlichkeit war das eine ganz neue Seite dieser Sportart. In Brasilien, mit fünf WM-Titeln die erfolgreichste Fußballnation, hat sportpsychologische Unterstützung bereits seit den Fünfzigerjahren des vorigen Jahrhunderts Tradition. Und auch in England arbeitete der

ehemalige Teamchef Sven-Göran Eriksson (2001 – 2006) eng mit dem bekannten Sportpsychologen Dr. Willi Railo zusammen. Zur Rolle der Sportpsychologie im Fußballsport meint Eriksson: „Talent is only a prerequisite for success. If you look at the top footballers, playing ability among many of them is very even. We can't train more than we do, either. We're already at the maximum that players can take nowadays. So it's mental differences which will decide who the real winners are.“ (Eriksson, Railo & Matson, 2000, S. 20)

In Österreich wurde in den Vereinen vor allem in den Neunzigerjahren vereinzelt auf Teambuilding-Maßnahmen gesetzt. Man kletterte auf hohe Baumstämme, überquerte reißende Bäche mittels filigraner Seilbrücken oder ging über glühende Kohlen. Bald stellte man jedoch, mangels Nachhaltigkeit dieser Übungen, fest, dass „psychologisches Training nichts bringt“. Damit erlangte die Sportpsychologie über längere Zeit einen zweifelhaften Ruf im heimischen Fußballlager. Mittlerweile haben zumindest einige Vereine SportpsychologInnen oder MentaltrainerInnen als Berater hinzugezogen. Zudem wird in den Fußballakademien sportpsychologische Begleitung angeboten. Und nicht zuletzt wurde in der Trainerausbildung die Bedeutung der Psychologie betont, indem die Zahl der Unterrichtsstunden im Fach Sportpsychologie angehoben wurde. Alles in allem durchaus erfreuliche Schritte.

Im Hinblick auf die Europameisterschaft 2008, die in der Schweiz und in Österreich ausgetragen wird und Österreich somit einen Fixstartplatz beschert, installierte der Österreichische Fußballbund (ÖFB) im Jahr 2003 das Projekt „challenge 08“. In diesem soll neben der medizinischen und sportwissenschaftlichen auch eine umfassende sportpsychologische Betreuung der Kaderspieler und Trainer gewährleistet werden. Besonderes Augenmerk wird dabei auf die individuelle Förderung jedes einzelnen Spielers gelegt.

Der sportpsychologische Bereich steht unter der Gesamtleitung von Univ. Prof. Dr. Günter Amesberger. Jede Nationalmannschaft der verschiedenen Altersstufen (A-Team, U21, U19, U18, U17 und U16) wird von einer/einem eigenen SportpsychologIn betreut. Eine Maßnahme, die sicherstellen soll, dass, beginnend bei den sehr jungen Spielern, eine nahtlose Betreuung stattfinden kann. Eine Schwäche dieses Systems ist allerdings, dass das A-Team erst im Jahr 2006 eingebunden wurde und zwei Betreuer erhielt. Bis dahin endete die Betreuung im Team der unter 21-jährigen Spieler. Zusätzlich zu dieser Verankerung in den Nationalteams gibt es seit Herbst 2005 auch die Möglichkeit