

Positionsbestimmung (Teil 2)

Identität – Sinn – Erfolg

Text: Michael Micic
www.michael-micic.com

Was haben die Per-Mertesacker-Aussagen mit dem Trainerjob zu tun?

Liebe Trainerinnen und Trainer!

Per Mertesacker hat mit seiner Kritik am hohen Druck im Fußballgeschäft Mitte März eine neue Debatte ausgelöst, die durchaus kontrovers diskutiert wird. Wenig Verständnis für seine Äußerungen erhielt er von Lothar Matthäus, Reiner Calmund, Christoph Metzelder und Giovane Elber. Andererseits melden sich derzeit in Europa immer mehr Fußballer und auch andere Sportler zu Wort, die ähnlich wie der Weltmeister von 2014 und gegenwärtige Arsenal-Kapitän mit Versagensängsten und psychosomatischen Beschwerden zu kämpfen haben oder hatten.

Auffällig an der Debatte ist, dass die Drucksituation von Fußballtrainern bislang kaum thematisiert wird. Dabei sind sie es doch – und nicht einzelne Spieler oder die Mannschaft als Ganzes –, die bei anhaltendem Misserfolg als Erste gehen müssen.

Reflexionen zum Umgang mit Druck

Deshalb, liebe Trainerinnen und Trainer, möchte ich heute Sie in den Mittelpunkt stellen und gemeinsam mit Ihnen darüber nachdenken, wie Sie (besser) mit dem Druck im Fußballgeschäft umgehen können. Um es vorwegzunehmen: Ich werde Ihnen jetzt keinen Maßnahmenkatalog an die Hand geben, den Sie dann nacheinander abarbeiten können. In meiner Arbeit

als Life-Coach geht es vielmehr darum, die richtigen Fragen zu stellen, damit Sie zunächst eine Positionsbestimmung vornehmen und daraus ableitend selbstständig individuelle Lösungsansätze für sich erarbeiten können.

Alles beginnt mit der Frage nach der Identität. Wer sind Sie, wofür stehen Sie, was macht Sie im tiefsten Inneren aus? Worin zeigt sich Ihre unverlierbare (!) Einzigartigkeit und Unverwechselbarkeit?

Wenn Sie auf diese Fragen eine konkrete Antwort haben, stehen Sie auf einem tragfähigen Fundament und lassen Ihre Identität nicht (nur) von den Ergebnissen der letzten Spiele oder der Meinung anderer bestimmen. Und nur wenn Sie selbst ein erkennbares Profil haben, können Sie in Ihrem Team Spuren hinterlassen und dem Einzelnen dabei helfen, seine eigene Identität zu stärken und zu entwickeln.

Von der Frage nach der Identität geht es weiter zu der Frage nach dem Sinn. Was macht das Leben für Sie sinnvoll und erstrebenswert – und was nicht? Sie können im Fußball nach sportlichen Maßstäben (Ligazugehörigkeit, Tabellenstand, Titel etc.) erfolgreich sein – und dennoch eine Sinnleere und tiefe Einsamkeit in ihrem Leben verspüren – z. B. weil Sie durch Ihre neue Trainerstation wieder von Ihrer Familie getrennt sind. Umgekehrt kann es passieren, dass Sie trotz einer sportlichen Talfahrt eine Sinnerfüllung verspüren – weil sie den Job machen, für den Ihr Herz brennt.

Schauen Sie sich die unten aufgeführte Sense-Success-Matrix an und nehmen Sie eine Positionsbestimmung vor.

Position einnehmen und verändern

Wo machen Sie Ihr „Kreuzchen“, wo stehen Sie gerade? Und passt das so für Sie? Dann ist es doch gut. Wenn Sie aber lieber woanders stehen würden, dann setzen Sie an genau dieser Stelle ein zweites, andersfarbiges „Kreuzchen“ und überlegen Sie, welche Schritte notwendig sind, damit Sie von Ihrer Ist-Position zu Ihrer Wunschposition gelangen können.

Vielleicht brauchen Sie dazu ein neues Denken und Handeln sich selbst oder anderen gegenüber. Oder sie definieren Ihren persönlichen „Erfolg“ für sich neu. Oder Sie finden etwas oder jemanden außerhalb des Fußballs, das bzw. der für Sie Sinnstiftung und -erfüllung bedeutet. Oder, oder, oder ...

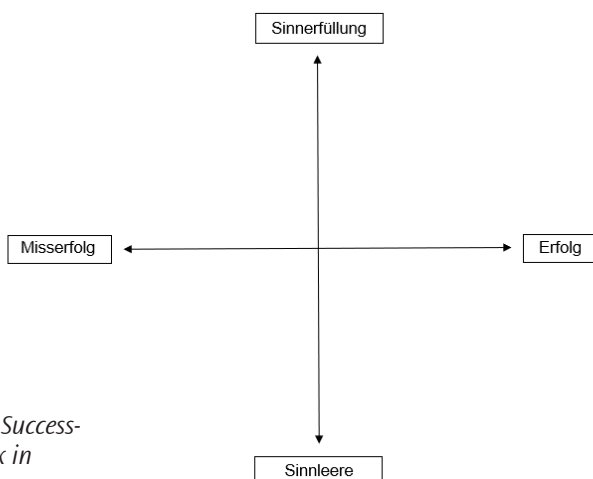
Falls Sie es noch nicht getan haben: Finden Sie heraus, wer Sie sind und wofür Sie leben möchten – und wofür nicht. Gestalten Sie Ihr Leben – oder es wird von anderen gestaltet. Ich wünsche Ihnen gutes Gelingen und sinnvolle Erfüllung dabei.

Viele Grüße und bis demnächst!
Ihr Michael Micic



Der Autor

Michael Micic, Jahrgang 1977, verheiratet und vier Kinder, ausgebildeter Sportmanager, Theologe und Coach, erster Life-Coach in einem deutschen Profifußballverein (1. FC Köln), arbeitet als Personalentwickler in der Automobilindustrie und als Life-Coach im Spitzensport.
www.michael-micic.com



Sense-Success-Matrix in Anlehnung an Migge (2014)