

Kartengruss von den Olympischen Spielen

Gold! – Mentale Stärke siegt

Der Sportpsychologe Jörg Wetzel begleitet zum dritten Mal die Schweizer Delegation von Swiss Olympic zu den Olympischen Spielen. Nach Torino 2006, Peking 2008 und nun auch Vancouver/Whistler 2010 erzählt er von seinen Eindrücken vor Ort.

Die hiesigen Olympischen Spielen wurden zu Beginn überschattet von einigen existentiell bedrohlichen Fällen wie auch der tragische Unfall im Rodelwettbewerb. Es wurde uns allen bewusst, dass Trauer und Not ganz nahe neben Freude, Sieg und Lachen liegen. Wir sind alle froh, dass wir gemeinsam mit einer Trauerminute anlässlich der Eröffnungsfeier der Familie und dem Athleten gedenken konnten.

Bezüglich der mentalen Stärke im und um diese olympischen Spiele unterscheide ich drei für mich beeindruckende Gruppen:

*Auf der einen Seite sind dies Athleten, die in einer starken **Konflikt- oder Krisensituation** wie beispielsweise die direkt Betroffenen beim Todesfall im Rodeln, die mit einer für sie total neuen Situation fertig werden mussten. Hier sind wir mit Wertekonflikten konfrontiert, die es beinahe unmöglich oder zumindest ganz schwierig machen, sich auf die zu erbringende Leistung zu konzentrieren. Gerade weil die Athleten oder Teams über mehrere Jahre akribisch auf diesen Tag hingearbeitet haben, scheint in diesem Moment wie eine ganze Welt zusammenzubrechen. Dann ist es „outstanding“, wenn solche Betroffene ihr Potenzial trotzdem ausschöpfen.*

*Die zweite Gruppe von Athleten die mich beeindrucken sind diejenigen die **am Tag-X ihre Leistung auf den Punkt bringen** - wie Simon Ammann, Dario Cologna, Carlo Janka oder alle anderen „goldenen Athleten“. Neben professionellen Vorbereitung und unterstützendem Umfeld sind hier auch persönliche Voraussetzungen und die mentale Stärke zu betonen, welche begünstigen, dass das „Projekt Gold“ auch umgesetzt werden kann.*

*Zum dritten möchte ich diejenigen Athleten erwähnen und meine Wertschätzung aussprechen, denen es aus unterschiedlichen Gründen verwehrt blieb, hier in Vancouver dabei sein zu können. Sei dies aufgrund von **Verletzungen oder unerwarteten Misserfolgen**. Denn dann ist es wichtig stark zu bleiben und ich ziehe den Hut vor denjenigen Athleten, die trotzdem mit dieser Situation stark umzugehen vermögen.*

*Neben diesen drei mentalen Aspekten die mich faszinieren, gibt es einen weiteren Punkt der mich stark berührt: Dies ist diese **internationalen Begegnungen**, diese **Gastfreundschaft** des Gastgebers Kanadas der sich mit allen Regeln des Anstandes und Interesses sich für die Erfolge der anderen und für die Menschen hinter der Rollenträgern interessiert.*

***Outstanding**, wie die Kanadier so interessiert, gastfreundlich, wertschätzend und auch friedensstiftend Menschen begegnen. Und hier sind wir im fairen Wettkampf für unsere Kinder und alle Beobachtenden nicht nur im Sinne der Leistungserbringung, sondern vor allem auch im Sinne völkerübergreifender und völkerverbindender Friedensstiftung ein ganz grosses Schaufenster und Vorbild für eine positive, gemeinsame Zukunft.*