

Mentale Captain-Rolle

«Der Captain ist weit mehr als nur der Spieler, der das Team auf das Feld führt. Ihn braucht es vor allem, wenn es eng wird. Dann muss er Zeichen setzen, an welchen sich das Team aufrichten kann. Er muss sich in wichtigen Spielen vom Rest der Mannschaft abheben, vor allem emotional und leistungsmässig robust und stabil bleiben. Der Captain geht vornweg, um den Rest des Teams mental aufzurichten. Wenn alles gut läuft, dann nimmt der Captain keine so wichtige Rolle ein. Aber wenn es hart auf hart kommt, zeigt sich, wer ein guter Captain ist.

Als Beispiel dient dafür Basel-Captain Marco Streller. Im ersten Champions League-Spiel gegen Galati hat er bewiesen, wie gut er diese Rolle ausfüllt. Basel stand unter Druck – und Streller ging voran. Er war ein fixer Orientierungspunkt für die gesamte Mannschaft, viel in Bewegung und rieb sich weder an seinen harten Gegenspielern noch dem kleinlich pfeifenden Schiedsrichter auf. Alleine richten kann es aber auch Streller nicht. Auch er hat zwei, drei Spieler neben sich, die mitführen. Beim FC Basel sind dies Alex Frei oder Benjamin Huggel, die ebenfalls als Captain in Frage kamen. An Streller sieht man aber auch, dass jemand erst geeignet als Captain ist, wenn er die gewisse Erfahrung und persönliche Reife hat. Ein junger Spieler kann eigentlich gar nicht Spielführer sein, er kann das Team emotional nicht ausreichend führen. Man muss die nötige Persönlichkeit und Robustheit erst entwickeln, um diese Rolle auszufüllen.



Dr. CHRISTIAN MARCOLLI

Führt seit 2001 in Zug eine Praxis für Sportpsychologie und gilt in der Schweiz als einer der renommiertesten Sportpsychologen. Der ehemalige Profi des FC Basel amtierte 2007 als Assistententrainer von Jeff Saibene im erfolgreichen Abstiegskampf beim FC Thun. Aktuell betreut er u.a. Spitzenfussballer wie Valentin Stocker und Yann Sommer, Skistars wie Dominique Gisin und Fabienne Suter sowie Schweizer Golf-Profis. Er unterhielt ebenfalls eine längere Zusammenarbeit mit Roger Federer.

Unterscheiden muss man natürlich zwischen einem Captain im Klub und im Nationalteam. Im Verein muss der Spielführer viel mehr neben dem Platz «arbeiten». Er muss permanent führen, kommunizieren und die Spieler mental leiten. Das bringt eine hohe Intensität mit sich, neben dem gewöhnlichen Trainings- und Spielbetrieb. Zusätzlich muss er sich mit viel mehr beschäftigen, wie beispielsweise Prämienverhandlungen führen, interne Streitigkeiten lösen, Mitspieler aufrichten. All das muss er können – aber seine eigene Leistung darf nicht leiden.

Wenn das der Fall ist, ist es enorm wichtig, dass der Trainer sich bedingungslos schützend vor den Captain stellt. Sonst kann es schnell zu Abnutzungserscheinungen kommen. Und das hätte eine Hebelwirkung, die nicht mehr umkehrbar ist. Dann kann das ganze Gefüge zusammenbrechen.

Im Nationalteam kommt es hingegen vor allem auch darauf an, bei welchem Verein der Spieler aktiv ist. Gökhan Inler geniesst automatisch den Respekt, da er nun mit dem SSC Neapel bei einem Spitzenklub spielt. Das verschafft ihm automatisch Anerkennung. Ob er ein guter Captain ist, kann ich nicht beurteilen. Mit seiner Präsenz auf dem Feld füllt er seine Rolle aber gut aus. Man spürt seine Robustheit, woran sich die anderen Akteure aufrichten können. Die Rolle des Captains hat sich in den letzten 10 Jahren enorm verändert. Früher waren die Spieler viel hierarchischer orientiert. Es gab den Leitwolf, der Rest folgte ihm. Das funktioniert heute nicht mehr, die jungen Spieler sind wesentlich mündiger. So muss der Captain heutzutage eine gesunde Mischung aus individueller Führung und kollektivem Miteinander finden.

Müsste ich einen Captain auswählen, wäre dies jemand, der – nebst den bereits genannten Eigenschaften – in seiner Karriere schon Titel gewonnen hat. Das hat eine mental starke Wirkung auf den Rest des Teams, der Respekt ist automatisch vorhanden. Jemand, der noch nichts erreicht hat, wird immer es immer schwieriger haben, gleichermassen glaubwürdig zu sein. Was es jedoch unbedingt braucht, ist eine starke, reife und stabile Persönlichkeit. Das beeindruckt die Mitspieler. Wenn der Captain dann noch das berühmte «Zeichen setzen» und dem Team in gewissen Situationen helfen kann, ist das die ideale Besetzung.» ●