



**Dr. Christian Marcolli**  
Sportpsychologe

## Der FCB ist nun auch mental im Vorteil

**A**us meiner Sicht als Sportpsychologe sehe ich den FC Basel mental im Vorteil. Stetig wurde der Rückstand verkleinert – und mit jedem aufgeholten Punkt steigt natürlich das Selbstbewusstsein. Ich glaube auch nicht, dass Basel nachlassen wird, «nur» weil sie Platz 1 erobert haben. Das war ein Etappenziel, der Schlusspurt beginnt jetzt. Basel kommt dabei auch der Spielplan entgegen. Hätte ich als Sportpsychologe den nächsten Gegner auswählen dürfen, wäre meine Wahl auch auf GC gefallen. Gegen ein Team aus dem Tabellenkeller hätte vielleicht die Gefahr bestanden, etwas die Konzentration zu verlieren. Gegen den Tabellendritten bleibt die Spannung voll aufrecht erhalten, da gibt es mental kein Nachlassen.

### Ernüchterung bei YB

YB ist natürlich in einer ganz schwierigen Situation. Wenn man, wie die Berner, 13 Punkte Vorsprung verspielt, beginnt logischerweise das Zweifeln. Da ist die Gefahr sehr gross, dass durch die Ernüchterung die Leistung weiter einbricht. Coach Vladimir Petkovic braucht jetzt ein gutes Händchen, um sein Team wieder anzustacheln.

Für mich war nach dem ersten Spiel in der Rückrunde klar, dass Basel gute Chancen hat, den grossen Rückstand noch aufzuholen. Das 4:0 war ein deutliches Zeichen, dass die Jagd begonnen hat. In dem Zusammenhang muss man natürlich auch die Trainer vergleichen. Thorsten Fink kennt diese Situation als Spieler aus dem Effeff. Beim FC Bayern durchlebte er ähnliche Phasen. Sein Selbstbewusstsein und seine Überzeugung strahlen auf das Team aus. Vor sechs Spielen sagte er noch, dass YB in der Doublette gegen Aarau und Bellinzona keine Punkte liegen lässt – aber in den beiden Spielen danach nur sehr schwer zu Vollerfolgen kommen wird. Und genau so ist es eingetreten.

Im mentalen Bereich spielt die Erfahrung eine grosse Rolle. Man kann Situationen besser einordnen und verarbeiten, wenn man sie schon durchlebt hat. In Basel sind fast alle Schlüsselspieler meistererfahren. Dies geht der YB-Mannschaft fast gänzlich ab.

Ich selbst betreue beim FCB unter anderem Valentin Stocker. Ich erinnere mich noch gut an die Finalissima von vor zwei Jahren, als er mit einem Goal und einem Assist den FCB zum Meister kürte. Seit-

her ist Stocker physisch und psychisch noch mehr gereift. Obwohl er erst 21 Jahre alt ist, gehört er leistungsmässig nicht mehr zu den «Jungen». So spielte er in den letzten Wochen ganz stark auf, obwohl teilweise heftige Kritik von medialer Seite auf ihn niederprasselte. Valentin hat gelernt, in entscheidenden Phasen einer Meisterschaft seine Stärken auszuspielen.

### Trumpfkarte Frei und Streller

Die aktuelle Situation im Spitzenkampf kann man psychisch nicht 1:1 simulieren. Ich als Sportpsychologe kann mit meinen Klienten darüber sprechen, sie darauf vorbereiten. Danach muss man das alles durchleben und verarbeiten. Und dabei hat der FC Basel ob den Erlebnissen in den letzten Jahren klare Vorteile. Dazu kommt das aktuelle Momentum, welches ich auch auf Seiten des FCB sehe. Und schliesslich sehe ich einen weiteren Trumpf: die mögliche Rückkehr von Marco Streller und Alex Frei. Die beiden Stars stehen nicht nur für viele Tore, sondern auch für viel Charakter und Winnermentalität.

YB muss den Absturz auf Platz 2 erstmal vom Kopf her verkräften. Es wäre fatal, wenn jetzt Selbstzweifel aufkämen. Dann ist das Titelrennen fast schon gelaufen. Petkovic muss es schaffen, sein Team moralisch wieder aufzubauen. Er muss es schaffen, dass seine Spieler nicht ständig an den verspielten Vorsprung denken. Er muss dafür sorgen, dass der Glaube in die Köpfe der Spieler zurückkehrt, um ein schweres Restprogramm erfolgreich zu gestalten.

Als Sportpsychologe weiss ich, dass dies eine ganz schwere Aufgabe für Petkovic wird. Deshalb bleibe ich bei meiner eingangs erklärten Einschätzung: Vorteil FC Basel!

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 als Assistententrainer von Jeff Saibene im erfolgreichen Abstiegskampf beim FC Thun. Aktuell betreut er unter anderem 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.