Ressort: Sport

Mönchengladbachs Trainer erklärt Erfolg mit "Gelassenheit"

Mönchengladbach, 27.12.2015, 05:00 Uhr

GDN - Fußball-Trainer André Schubert erklärt seine überragenden Erfolge mit Borussia Mönchengladbach damit, dass er vor seinem Engagement beim Bundesligisten erst habe lernen müssen, seine Verbissenheit und seine Selbstzweifel im Job zu überwinden. "Ich kreide mir nichts mehr an. Das ist schon der erste Punkt", so der 44-Jährige zur "Welt am Sonntag".

Früher, wie zum Beispiel als Chefcoach des Zweitligisten St. Pauli, habe er sich ständig "vorgehalten, was ich alles falsch gemacht habe. Heute sehe ich meine Fehler auch, gehe aber gelassener damit um." Seine neue Lockerheit habe Schubert zudem auch durch ein Jahr als U15-Trainer des Deutschen Fußball-Bundes gewonnen. "Es war eine ganz wichtige Erfahrung. Da ging es nur um Fußball. Das hat mir den Spaß an der Arbeit zurückgebracht." Schubert, sei dem DFB sehr dankbar, dass er bis zum Sommer 2015 bei dieser Aufgabe habe lernen dürfen, eine neue Gelassenheit zu gewinnen. Was ein schwieriger Prozess für einen Menschen sei, zumal man nicht auf Knopfdruck umschalten könne. "Das ist genau so", erklärte Schubert, "als wenn ich Ihnen sage: "Jetzt freuen Sie sich doch mal." Das geht so nicht. Es gibt einfach Dinge, die du erkennen musst." Professionelle Hilfe habe er zur Abstellung seines Hangs zum Perfektionismus nicht in Anspruch genommen. "Dafür bin ich nicht der Typ", sagte Schubert. "Es ist einfach der Lauf der Zeit. Vielleicht dauerte es auch deshalb ein wenig länger bei mir. Ich habe viel mit Leuten geredet, die es gut mit mir meinen. Ich merkte damals ja selber, dass mich eine ständige Unzufriedenheit durchtrieb und fragte: Warum ist das so? Weshalb kann ich Spiele nicht genießen? Weshalb kann ich mich nicht über Siege freuen und sehe nur, was es besser zu machen gibt?" Die Fähigkeit, Loslassen zu können, habe seinem Leben eine neue Qualität verschafft, äußerte der Gladbacher Chefcoach abschließend. Er gehe inzwischen viel positiver auf die Leute zu - "und entspannter mit ihnen um. Auch im Privatleben lache ich heute viel mehr. Ich ärgere mich, wenn wir verloren haben, kann aber trotzdem abends einschlafen. Das war früher anders."

Bericht online:
https://www.germandailynews.com/bericht-65130/moenchengladbachs-trainer-erklaert-erfolg-mit-gelassenheit.html

Redaktion und Veranwortlichkeit:
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV:

Haftungsausschluss:
Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.

Editorial program service of General News Agency:
UPA United Press Agency LTD
483 Green Lanes
UK, London N13NV 4BS
contact (at) unitedpressagency.com
Official Federal Reg. No. 7442619