

«Es kommen nicht nur Torhüter zu mir»

Alain Meyer arbeitet seit einem Jahr als Goalie-Trainer und Sportpsychologe in der Nachwuchsabteilung des FC Basel. Der ehemalige Keeper des FC Biel spricht von einem Traumjob, den er gefunden habe.

MARCO OPPLIGER

Alain Meyer freut sich. Er hat eben gute Neuigkeiten erhalten. Sein Vertrag als Torhüter-Trainer und als Sportpsychologe bei der Nachwuchsabteilung des FC Basel wurde um ein Jahr verlängert. Am Rheinknie schätzt man die Arbeit des Bieler.

Vor einem Jahr hat Meyer seine neue Arbeit beim FC Basel aufgenommen. Etwa in einem 60-Prozent-Pensum arbeitet der ehemalige Torhüter des FC Biel für die Basler. Einerseits ist er da für die Torhüterausbildung auf der U15-Stufe und bei den NLA-Frauen zuständig. Andererseits kümmert sich Meyer als ausgebildeter Sportpsychologe auch um den mentalen Bereich der jungen Fussballer. «Es ist ein Traumjob für mich», sagt er. Daneben arbeitet er mit diversen Einzelsportlern, aber auch Leuten aus der Wirtschaft zusammen.

Schweiz hinkt hinterher

Vor zwei Wochen war Meyer mit den U15-Junioren des FCB im Trainingslager. Er hielt dort Vorträge über Teambildung, aber auch zu Konfliktsituationen innerhalb einer Mannschaft. Der Bieler hat in Basel die Freiheit, dass er zwar intensiv mit einer Mannschaft zusammenarbeitet, daneben aber auch Spieler aller Nachwuchsabteilungen individuell betreuen kann. So hatte er letzte Saison bis zu neun Spieler, auch Junioren-Internationale, die sich regelmässig mit ihm trafen. Ein grosses Thema war für die Spieler einerseits die Wettkampfvorbereitung,



Beobachten ist ein wichtiger Bestandteil der Arbeit des Sportpsychologen Alain Meyer.

Bild: René Villars/a

um am Tag X hundertprozentig bereit zu sein. Daneben ging es aber auch um die Fähigkeit, sich konzentrieren und entspannen zu können. «Ein Spitzensportler muss ja immer handlungsfähig bleiben», sagt Meyer, «also geht es darum, was man tun kann, um schwierige Situationen zu überwinden». Beispielsweise wie sich ein Torhüter wieder konzentrieren kann, wenn er ein «blödes Tor» kassiert hat.

Der Anteil Goalies bei seiner Klientel sei hoch, sagt Meyer. «Aber es kommen natürlich nicht nur Torhüter zu mir», sagt der ehemalige Keeper. Da gab es auch den Junioren-Nationalspieler, der vermehrt eine Leaderrolle einnehmen wollte. «Also galt es, seine Kommunikation und seine Körper-

sprache unter die Lupe zu nehmen», erklärt Meyer. Für solche Fälle verfolgt er die Spiele live und macht teilweise auch Videoaufnahmen, damit er die einzelnen Szenen analysieren kann. «So sehe ich genau, wie der Spieler in einer Drucksituation reagiert», so Meyer. Ob ein Spieler unter Stress noch konzentriert und entspannt bleibt, kann er mittels Pulsmessung überprüfen. «Bei der Sportpsychologie ist nicht alles messbar, aber diesbezüglich haben wir ein gutes Mittel, dass wir auch Trainern zeigen können, die dieser Arbeit eher skeptisch gegenüberstehen.» Und die gebe es natürlich auch.

In der Schweiz geniesst die Sportpsychologie noch kein so hohes Ansehen, wie es beispiels-

weise in Spanien, Deutschland und vor allem den USA der Fall ist. «Dort gehören Sportpsychologen wie der Konditionstrainer zu einem Team», sagt Meyer. In der Schweiz ist Sportpsychologe noch nicht einmal ein geschützter Beruf, was sich nun aber durch ein Gesetz ändern soll. Meyer hat sechs Jahre in seine Ausbildung gesteckt. Zuletzt reiste er alle zwei Monate nach Berlin, wo er unter anderem von Dozenten wie Hans-Dieter Herrmann, der als Sportpsychologe bei der deutschen Fussball-Nationalmannschaft tätig ist, für seine Master-Arbeit unterrichtet wurde. Den Bachelor absolvierte er an der Hochschule für Angewandte Psychologie in Olten. Alain Meyer will die Arbeit des Sportpsychologen

nicht überbewerten. «Ich will nicht im Vordergrund stehen, wer sagt, dieser Erfolg ist nur wegen mir», ist nicht seriös.» Die Arbeit im mentalen Bereich könne gerade im Leistungssport helfen. «Aber was ich tue, ist lediglich ein Puzzleteil des Ganzen», sagt Meyer.

Zukunft im Campus

Sportpsychologisch interessant ist der Fall von Nicole Büchler. Die Magglinger Stabhochspringerin hat derzeit eine Blockade beim Anlaufen, was sich deutlich auf ihre Leistungen auswirkt (das BT berichtete). Sie arbeitet mit einem Magglinger Sportpsychologen zusammen, weshalb sich Meyer nicht zu diesem Fall äussern will, «sie ist dort in besten

Zur Person

- **Geboren am:** 9.12.1976
- **Beruf:** Meyer bildet sich zurzeit neben seiner beruflichen Beratungs- und Betreuungstätigkeit zum Master of Science in Sportpsychologie weiter. Zudem ist er Torhüter-Trainer bei den U15-Junioren und den NLA-Frauen des FC Basel.
- **Sportliche Stationen:** FC Orpund, SC Aegerten-Brügg, FC Biel, FC Winterthur, SV Lyss. Zuletzt bis 2010 beim FC Biel in der Challenge League engagiert. (mob)

Händen». Doch er erzählt das Beispiel eines Torhüters, der bei ihm in Behandlung war. Der Goalie war lange verletzt, er hatte danach Angst vor den Schmerzen und hatte entsprechend Mühe zurückzufinden. «Wir sassen zusammen und haben die Bewegungen von früher angeschaut, wie hat er was vorher gemacht», erklärt Meyer. Konkret habe sich der Torhüter mit seiner Angst auseinandersetzen müssen. «Das einfach wegzublenden wäre falsch, man muss sich mit seiner Angst befassen», sagt Meyer. Mittlerweile habe der Torhüter seine Blockade ablegen können, was sich Meyer aber nicht nur auf seine Fahne schreiben will.

In Basel blickt der Bieler rösigen Zeiten entgegen. Morgen wird auf den Sportanlagen St. Jakob der Spatenstich für den neuen Nachwuchs-Campus gelegt. Neben einem grossen Gebäude werden dort bis 2013 vier sanierte Rasenfelder und ein Kunstrasenplatz realisiert. Meyer hofft, dass im Campus auch für seine Tätigkeit ein Plätzchen gefunden wird. Er träumt von computergestützten mentalen Trainingsprogrammen, die ihm weiterhelfen könnten. Die Verantwortlichen zeigen sich jedenfalls interessiert, es wurden bereits erste Gespräche geführt.

Magere Ausbeute gegen den Aussenseiter

Die **Schweizer** Hauptprobe für die drei letzten EM-Ausscheidungsspiele in diesem Herbst fiel dürrig aus. Gegen Liechtenstein reichte es nur zu einem mageren 2:1-Sieg für das Team von Ottmar Hitzfeld.

Si. Immerhin, es war der erste Schweizer Sieg in diesem Jahr nach den drei Unentschieden gegen Malta, Bulgarien und England in diesem Frühjahr. Rechnet man auch noch das 2:2 gegen die Ukraine im letzten November hinzu, so siegte die Schweizer Nationalmannschaft gestern erstmals wieder seit dem 4:1 über Wales am 12. Oktober 2010, also vor genau zehn Monaten. Eren Derdiyok hatte die Schweiz in ihrer besten Phase zwar schon nach einer Viertelstunde in Führung schießen können. Und 20 Minuten später erhöhte Liechtenstein-Verteidiger Martin Stocklasa mit einem Eigentor auf 2:0 für die Schweiz. Der St. Galler Abwehrspieler war bereits am ersten Treffer indirekt beteiligt gewesen.

Im zweiten Durchgang war nur noch ein Liechtensteiner erfolgreich. Marco Ritzberger war es nach 51 Minuten vergönnt, im siebten Duell mit der Schweiz das erste Tor für die Liechtensteiner zu erzielen. Auch für den Vaduzer

selber war es das erste Länderspieltor.

Ein erstes Reifezeugnis hatte Ottmar Hitzfeld von seinen Spielern gefordert. Der Schweizer Coach wollte mit seinem neu formierten Team dort anknüpfen, wo es am 4. Juni in London mit dem erfreulichen 2:2 gegen England aufgehört hatte. Er wollte hungrige Spieler sehen, die gefällig kombinieren und den Sieg anstreben. Es sollte ein vielversprechender Auftakt werden für einen erfolgreichen Herbst.

Ärgerliche Ballverluste

Hitzfeld hat diese Anforderungen von seiner Mannschaft nur ansatzweise gezeigt bekommen. Dies, obwohl zu Beginn eine

ziemlich routinierte Mannschaft auf dem Feld gestanden hatte. Einzig die beiden Debütanten aus dem England-Match, Admir Mehmedi und Innocent Emeghara, hatten weniger als zehn Länderspiele für die Schweiz vorzuweisen. Doch der Spielfluss war zäh und wurde nach einer halben Stunde immer zäher. Viele Fehlpässe und ärgerliche Ballverluste liessen das Schweizer Kombinationspiel immer wieder stocken. Die mit neun Spielern verteidigenden und um jeden Ball kämpfenden Liechtensteiner machten die Räume eng und störten früh.

Dass es zur Pause dennoch 2:0 für die Schweiz stand, war zwei gelungenen Aktionen über die rechte Seite zu verdanken. Beide Male

stürmte Stephan Lichtsteiner auf der Aussenbahn nach vorne und flankte zur Mitte. In der 15. Minute lenkte Eren Derdiyok den Ball mittels Direktabnahme Richtung Tor. Stocklasa fälschte den Ball für seinen Goalie Peter Jehle noch unhaltbar ab. Eine praktisch identische Szene dann in der 34. Minute: Wieder flankte Lichtsteiner von rechts, Derdiyok verpasste ganz knapp, hinter ihm aber lenkte der dadurch irritierte Stocklasa den Ball erneut ins eigene Tor ab.

Angeschlagener Benaglio

Mehr war da nicht mehr aus Schweizer Sicht in den ersten 45 Minuten, und die zweite Halbzeit sollte nicht besser werden. Ein katastrophaler Ausrutscher von Philippe Senderos im dümmsten Moment ermöglichte den Einheimischen den Anschlusstreffer. Ritzberger stand plötzlich alleine vor dem Schweizer Tor und liess Johnny Leoni keine Abwehrchance. Der FCZ-Goalie kam nach der Pause für den angeschlagenen Benaglio.

Im Hinblick auf die vorentscheidende EM-Ausscheidungspartie am 6. September gegen Bulgarien hinterliess das gestrige Spiel mehr Frage- als Ausrufezeichen. Mehrere Schweizer Spieler befinden sich noch nicht in jener Form, die nötig sein wird, um sich gegen die Bulgaren, gegen Wales und Montenegro noch für die EM-Endrunde qualifizieren zu kön-

nen. Hitzfeld steht noch viel Arbeit bevor. Nur die Zeit dazu erhält er nicht mehr. Beim nächsten Zusammenzug gilt es ernst.

ÜBERSICHT SEITE 22



Kein Schaulaufen wars: Die Schweiz (Xherdan Shaqiri) konnte gegen Liechtenstein (Franz Burgmeier) nicht überzeugen. Bild: ky

NACHRICHTEN

Bell erhält Angebot von New York Rangers

lk/mob. Die New York Rangers haben Brendan Bell einen Zweijahresvertrag für ein Jahr offeriert. Letzte Saison erzielte er für den EHC Biel in 35 Spielen 15 Punkte.

REKLAME

EURO PRÄMIE 7000 GRÜNE PRÄMIE 2000



MONDEO

Mondeo Ambiente 1.6 T-VCT, 120 PS/88 kW, 5-türig, Station Wagon + Fr. 1500.-, Katalogpreis Fr. 32'550.-, abzüglich Euro Prämie Fr. 7000.- und Grüne Prämie Fr. 2000.-, jetzt Fr. 23'550.-

AB FR. **23'550.-**

ANGEBOT GÜLTIG BIS 30.9.2011



Feel the difference
ford.ch

Garage du Jura SA
Johann-Renfer-Strasse 1, 2500 Biel 6, 032 346 19 19,
info@garagedujura.ch, www.garagedujura.ch

Abgebildetes Modell: Mondeo Titanium S Station Wagon, 2.0i, 203 PS/149 kW, EcoBoost, Fr. 53'800.-, abzüglich Euro Prämie Fr. 7000.- und Grüne Prämie Fr. 2000.-, jetzt Fr. 44'800.-