

Premiere für „Talk bei Eckert“: Wie Motivations-Geheimnisse des Spitzensports auch die eigene Karriere beflügeln können

Sportgrößen und Profi-Trainer verrieten bei der Premiere des „Talks bei Eckert“ vor rund 300 Gästen im Gespräch mit den Eckert Schulen, wie sie sich selbst und ihre Teams immer wieder zu Höchstleistungen motivieren und mit Rückschlägen umgehen.

Regenstauf. Klarer Fokus auf die nächste, unmittelbar bevorstehende Herausforderung, Rückschläge nach einer Analyse mit kühlem Kopf möglichst schnell abhaken, stets an sich selbst glauben und aktiv an sich arbeiten: Auf diesen Vierklang lässt sich das Ergebnis einer Diskussionsrunde bringen, bei der in der Bibliothek der Eckert Schulen in Regenstauf, Top-Sportler über ihre Motivations- und Erfolgsrezepte sprachen — und die sich auch auf die Karriereplanung und den Erfolg im Beruf übertragen lassen.

Die Eckert Schulen mit Sitz vor den Toren Regensburgs sind seit Jahren engagierten Förderer des Sports: Das Unternehmen unterstützt heute unter anderem die Zweitliga-Fußballmannschaft des SSV Jahn Regensburg, das Eishockey-Team der Eisbären Regensburg und sie haben den TC Rot-Blau Regensburg e.V. auf seinem Weg zum dreifachen Deutschen Tennismeister begleitet. Dieses Engagement war Anlass, die Welten des Sports und der Bildung zusammenzubringen, wie der stellvertretende Vorstandsvorsitzende der Eckert Schulen, Gottfried Steger, deutlich machte.

Der Blick nach vorn ist entscheidend

Wie schaffen es Top-Athleten beim Fußball, Tennis, Marathon oder Eishockey auch in besonders herausfordernden Situationen die Ruhe zu behalten? „Die Konzentration auf die nächste Aufgabe ist entscheidend und der Blick nach vorn ist wichtig“, sagte Achim Beierlorzer, Cheftrainer des SSV Jahn Regensburg. „Dinge, die man nicht mehr verändern kann, muss man nach einer Analyse abhaken.“ Die Einstellung sei entscheidend, betonte die Regensburger Marathonläuferin Franziska Reng: „Es liegt an mir. Ich muss etwas dafür tun, etwas zu ändern“, so beschrieb sie ihr Credo. Dann komme auch der Optimismus von allein. Nicht mehr hören könne sie den Satz „Das wird schon wieder.“

Niederlagen und Zweifel positiv nutzen

Auch eine Niederlage könne wertvoll sein, sagte Tennisprofi Julia Görges, die 2018 erstmals einen Platz in den Top 10 der Weltrangliste eroberte und es unter anderem in Wimbledon ins Halbfinale schaffte. Ihr helfe es immer zu wissen, dass man sich auch aus einer schwierigen Situation zurückkämpfen könne. „Manchmal muss man auch Geduld haben“, sagte Michael Geserer, Trainer von Julia Görges.

Zweifel seien dabei etwas völlig Normales, sagte Oliver Hein, Abwehrspieler beim Fußball-Zweitligisten SSV Jahn Regensburg: „Denn sie zeigen, woran man noch arbeiten kann.“ Der ehemalige Eishockey-Profi und heutige Trainer der Eisbären Regensburg Igor Pavlov ergänzte, der Spaß sei wichtig, auch wenn er das seinen Spielern in der Kabine nie so explizit sage. Alle Spieler und Trainer betonten, wie entscheidend der Teamgeist und das Mannschaftsgefühl seien, um erfolgreich zu sein.

Brückenschlag zwischen Erfolg in Sport und Beruf

Im Sport, bei der Bildung und beim Erfolg im Beruf gebe es viele Parallelen, sagte Gottfried Steger von den Eckert Schulen: Er verglich gerade Weiterbildungen mit einem Marathonlauf, bei dem man einen langen Atem braucht. „Umso wichtiger ist es, sich Ziele zu setzen“, so Steger.

Das Umfeld sei neben Eignung und Begabung entscheidend, um über sich hinauswachsen zu können. Die Eckert Schulen würden dabei einerseits auf Teamgeist und das Lernen in kleinen Gruppen setzen. Andererseits sei es auch entscheidend, individuelle Stärken zu fördern und auf die einzelnen Persönlichkeiten einzugehen.

Fokussierung beim Lernen ist aus Stegers Sicht etwas, dass in Zeiten von Smartphone und Co. für viele besonders schwierig sei. Tennisprofi Julia Görges verriet, wie sie mit dieser Herausforderung umgeht: indem sie ihr Telefon in den Flugmodus versetzt. „Ich schalte die Außenwelt komplett ab und konzentriere mich nur noch auf mich“, sagte sie.

Pressekontakt:

Dr. Robert Eckert Schulen AG
Dr.-Robert-Eckert-Str. 3, 93128 Regenstauf
Telefon: +49 (9402) 502-480, Telefax: +49 (9402) 502-6480
E-Mail: andrea.radlbeck@eckert-schulen.de
Web: www.eckert-schulen.de

Die Eckert Schulen sind eines der führenden privaten Unternehmen für berufliche Bildung, Weiterbildung und Rehabilitation in Deutschland. In der über 70-jährigen Firmengeschichte haben rund 100.000 Menschen einen erfolgreichen Abschluss und damit bessere berufliche Perspektiven erreicht. Die Eckert Schulen tragen dazu bei, dass möglichst viele eine qualifizierte Aus- und Weiterbildung erhalten. Das Bildungskonzept „Eckert 360 Grad“ stimmt die unterschiedlichen Lebenskonzepte mit den angestrebten Berufswünschen lückenlos und maßgeschneidert aufeinander ab. Die flexible Kursgestaltung, eine praxisnahe Ausbildung und ein herausragendes technisches Know-how sorgen für eine Erfolgsquote von bis zu 100% und öffnen Türen zu attraktiven Arbeitgebern.