

MIT JONATHAN SIERCK

HANSI FLICK

IM MOMENT

Über Erfolg, die Schönheit des Spiels
und was im Leben wirklich zählt

riva

© des Titels »Im Moment« von Hansi Flick und Jonathan Sierck (ISBN Print: 978-3-7423-2126-8)
2022 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.riva-verlag.de>

VORWORT

Als Hansi Cheftrainer wurde, hatten wir vom ersten Tag an ein besonderes Verhältnis. Wir hatten davor dieses eigenartige Spiel in Frankfurt gespielt, das wir 5:1 verloren, und ich habe auf der Rückreise schon gespürt: Es braucht eine Veränderung. Die Nacht auf den Sonntag konnte ich kaum schlafen. Ich hatte Sorge, dass wir kurzzeitig ins fußballerische Nirwana abrutschen, und habe mir die große Frage gestellt: Wie geht es weiter?

Am nächsten Tag saß ich länger mit Uli Hoeneß und Hasan Salihamidžić zusammen und wir haben diese Frage gemeinsam diskutiert. Uns war wichtig, dass kein Vakuum entsteht. So etwas ist nur für die Medien von Nutzen, die dann wild spekulieren.

Unser Schluss aus der Diskussion war: »Hansi soll es machen.«

Ich wusste nur nicht, ob er es überhaupt machen *wollte*. Ein Co-Trainer, der Nein sagt, weil er eine besonders starke Verbundenheit und Loyalität zum Chef hat, wäre mir nichts Neues gewesen. Nach einem klärenden Gespräch mit seinem Vorgänger haben wir Hansi kontaktiert und um ein Treffen an der Säbener Straße gebeten. Das war spätabends. An das Gespräch mit Hansi und sein Auftreten kann ich mich noch gut erinnern. Ich habe ihm die

Lage geschildert und ihn ganz direkt gefragt: »Bist du bereit, die Nachfolge anzutreten?« Und was mir sofort gefallen hat, war, dass Hansi mich mit starkem Blick angesehen und mir direkt gesagt hat: »Ja.«

Ich habe ihm dann offen gesagt, dass wir erst mal nur bis auf Weiteres planen, und ihn gefragt, ob er ein Problem damit hat. Das hat er verneint und ich hatte auf Anhieb ein gutes Gefühl.

Gleichzeitig gebe ich zu, dass ich bei seinem ersten Bundesligaspiel gegen Borussia Dortmund auch mit einem Schuss Nervosität in die Allianz Arena gefahren bin. Und mit Neugierde. Nervosität, weil wir zu dem Zeitpunkt nicht gut in der Tabelle dastanden. Neugierig, weil ich sehr gespannt war, was er mit der Mannschaft gemacht hatte, wie er spielen ließ und wie die Mannschaft reagierte. Dann ist das Spiel auf eine Art und Weise gelaufen – das war wirklich unglaublich. Als es 4:0 für uns stand, habe ich das Spiel zwar noch weiter verfolgt, vor allem aber die Zuschauer beobachtet. Ich wusste an dem Tag: Wir haben die Fügung des Schicksals auf unserer Seite und wir haben die richtige Entscheidung gefällt.

Es war hier etwas geschehen, das ich aus der Zeit mit Pep Guardiola kannte. Pep hat mal einen Satz zu mir gesagt, den ich nie vergessen werde: »Fußball muss Spaß machen.« Er meinte: »Wenn die Spieler Spaß haben, habe ich auch Spaß, dann haben die Zuschauer Spaß und dieser Funke springt dann von oben nach unten und von unten wieder nach oben.«

Mit Hansi war der Spaß zurück und mir war klar: Wir kommen wieder nach oben.

Dass dann tatsächlich *so* eine Saison vor uns stand, damit konnte natürlich niemand rechnen.

Die ersten drei Spiele unter Hansi haben wir souverän gewonnen. Dann kamen zwei Spiele, die ihn irritiert haben. Jeweils eine 1:2-Niederlage gegen Leverkusen und gegen Gladbach – obwohl wir beide Male ein gutes Spiel abgeliefert haben. Ich bin zu meiner aktiven Zeit als Vorstandsvorsitzender immer nach dem Spiel in die Kabine gegangen und habe mich je nach Ergebnis und Stimmungslage unterschiedlich verhalten. Nach dem Spiel gegen Gladbach habe ich mir in der Kabine einen Kaffee geholt, habe mich hingesetzt, keinen Ton gesagt und nur zugesehen. Ich habe gespürt: Hansi ist unzufrieden und etwas unruhig.

Auf dem Rückflug bin ich dann zu ihm gegangen und habe gesagt: »Bleib ruhig.«

Er meinte, wenn man so überflüssig verliere, sei das schwierig. Er hat mit sich gehadert. Daraufhin habe ich ihn gefragt, ob ich ihm eine Geschichte über ein Spiel unter Pep erzählen dürfe.

»Ein paar Monate nach seinem Dienstantritt hatten wir ein Auswärtsspiel in Leverkusen. Unsere Ergebnisse waren bis dahin insgesamt gut, aber es dauerte eine Weile, bis die Spieler intus hatten, was Pep genau von ihnen wollte. Wir hatten Erfolg, aber es war noch nicht die Spielweise, die Pep sich gewünscht hat. Und dann hatten wir dieses Spiel in Leverkusen und haben gespielt wie von einem anderen Stern. Das Spiel endete 1:1, wir hätten aber ohne Übertreibung 7:1 oder 8:1 gewinnen müssen.

Uli Hoeneß und ich sind nach dem Spiel in die Kabine und haben sofort gemerkt: Die Mannschaft ist unsicher

und stocksauer auf sich selbst, dass sie das Spiel nicht gewonnen hatte, obwohl sie es – bei so einer Leistung – hätte gewinnen müssen.

Wenige Minuten später kam Pep in die Kabine. Er hat ebenfalls sofort gespürt, es herrscht Unruhe und Unzufriedenheit. Dann hat er gesagt: ›Hinsetzen.‹ Und als alle saßen, meinte er: ›Ruhe.‹

Als es wirklich ruhig war, sagte er: ›Ich möchte euch beglückwünschen. Ich bin jetzt seit vier Monaten hier und es war das seitdem mit Abstand beste Spiel. Ich weiß, dass ihr unzufrieden mit dem Ergebnis seid, aber so ist Fußball manchmal. Nur eins kann ich euch sagen: Das Entscheidende ist nicht das Ergebnis. Das Ergebnis kommt über die Spielqualität von allein zustande. Und unsere Spielqualität war heute top class. Ich sage euch: Wir gewinnen die nächsten zehn Spiele.‹

Und wir haben danach die nächsten 19 Spiele in der Bundesliga gewonnen.«

Diese Geschichte habe ich Hansi erzählt und ihm gesagt: »Hansi, wir haben heute gut gespielt. Wir haben auch gegen Leverkusen gut gespielt. Du wirst sehen, die nächsten Spiele gewinnen wir alle.«

Er hat mich erst etwas ungläubig angeschaut. Ich vermute, er war auch ein wenig dankbar, dass ich ihn so überhaupt nicht hinterfragt habe, sondern fest von einem gemeinsamen Weg und dem Erfolg überzeugt war.

So ist dann auch eine enge, besondere Beziehung entstanden. Er hatte Vertrauen zu mir und ich hatte Vertrauen zu ihm. Wir konnten offen über alles sprechen und wussten: Es bleibt immer beim anderen.

KAPITEL 1

WAS MICH DER FUSSBALL GELEHRT HAT

Seit ich denken kann, ist Fußball präsent in meinem Leben. Meinem Vater war es als Kind noch verboten, selbst zu spielen, aber im Erwachsenenalter ist er seiner großen Leidenschaft als Spieler und Fan so oft wie möglich nachgegangen. Da meine Oma leider nicht mehr unter uns ist, kann ich verraten: Meinem Vater gelang es auch als Kind immer mal wieder, auszubüxen und trotzdem ein wenig zu kicken.

Er hat bei uns in der Dorfmannschaft von Mückenloch gespielt, und ich erinnere mich noch gut daran, wie sehr ich es geliebt habe, vor den Spielen seine Schuhe zu putzen und ihm dann zuzuschauen. Er spielte auf allen Positionen, vom Stürmer über den Torwart bis hin zum Libero; mein Vater blühte auf dem Platz durch den Fußball so richtig auf. Er wirkte frei und unbeschwert, und es faszinierte mich schon als kleinen Jungen, was dieser Sport aus Menschen machen kann.

Ich war wirklich immer dabei und fühlte mich sofort zu diesem besonderen Spiel hingezogen. Mit fünf Jahren

begann ich selbst gegen den Ball zu treten, und bei der Begeisterung, die damals entstand, ist es bis heute geblieben. Ich habe dem Fußball alles gegeben, was in mir steckt: Herz, Einsatz, Wille, Schweiß, Blut, Tränen, Lebenszeit und jede Menge Geduld. Im Gegenzug hat der Fußball mein Leben reicher gemacht und mich so einiges gelehrt, worauf ich wirklich nicht hätte verzichten wollen.

Die positive Feedbackspirale

Für mich geht es im Leben darum, die eigene Leidenschaft zu entdecken und die eigenen Fähigkeiten und Stärken entsprechend zu entwickeln. Wenn man mit der Sache auch noch seinen Unterhalt bestreiten und seine Familie durchbringen kann, hat man hinter einen ganz wesentlichen Baustein im Leben schon mal einen Haken gesetzt. Wie ambitioniert man dann ist, wie weit man kommen möchte und welchen Preis man zu zahlen bereit ist, das muss jeder und jede für sich selbst entscheiden.

Bei mir war früh klar: Ich wollte alles rausholen und war bereit, auf vieles zu verzichten. Wenn meine Schulkameraden abends auf Partys gegangen sind, blieb ich zu Hause, um mich auf den nächsten Tag vorzubereiten. Ich habe damals schon auf ausreichend Schlaf Wert gelegt und mir Trainingspläne für die Woche geschrieben, die ich mir vor dem Zubettgehen noch einmal angesehen habe. Später, als ich Profi bei den Bayern war, hat sich Lothar Matthäus oft darüber amüsiert, wie früh ich schlafen gegangen bin.

Als Kind und Jugendlicher nutzte ich jede freie Minute, um zu trainieren. Ich war voll fokussiert auf den Fußball. Mein Vater hat das begrüßt und unterstützt. Oft trainierte er mit meinem Bruder und mir gemeinsam. Wir fuhren dann zu etwas versteckteren Sportplätzen, um ungestört zu sein. Mit mehreren Fußbällen im Gepäck kamen wir dort an und trainierten die Grundlagen hoch und runter: Passspiel mit beiden Füßen, Torabschlüsse bis zum Umfallen und, nicht zu vergessen, Ausdauer und Fitness. Die Tore hatten kein Netz, und mein Vater ließ mich immer laufen, um den Ball zurückzuholen. Da wir so oft an meiner Technik arbeiteten, konnte ich als Jugendspieler schon auf einige Stärken zurückgreifen: Ich hatte eine sehr saubere Ballkontrolle und erlaubte mir nur wenige Ballverluste in den Zweikämpfen. Die Trainingseinheiten mit meinem Vater waren oft intensiv und lang.

Und ich war ehrgeizig. Das viele Training löste eine positive Feedbackspirale aus – wie man heute sagen würde. Die zentrale Lektion war: Harte Arbeit und Fleiß zahlen sich aus. Diese frühe Erkenntnis war Gold wert. Ich habe sie so tief verinnerlicht, dass sie Teil meines Naturrells wurde. Für mich war immer klar: Wenn ich etwas will, muss ich mich reinknien. So abgedroschen es klingen mag, eine Abkürzung nach oben gibt es nicht. Und wenn man später den Ertrag der eigenen ehrlichen Arbeit sieht, dann will man auch gar keine Abkürzung genommen haben. Die harte Arbeit wird zum Teil dieser positiven Feedbackspirale, denn man weiß: Ich bin jeden Meter selbst gegangen und habe mir die Resultate ganz allein erkämpft.

Aus eigener Verantwortung

Eine der wichtigsten Lektionen, die mich der Fußball gelehrt hat, ist das Thema der Eigenverantwortung. Es ist immer leicht, die Schuld bei den äußeren Umständen zu suchen, wenn etwas nicht läuft. Es lag dann mal wieder am Trainer oder vielleicht auch am Wetter, jedenfalls nie an einem selbst. Natürlich haben wir alle unterschiedliche Voraussetzungen und Hintergründe, mit denen wir uns auf die Reise begeben. Doch die Haltung, wie wir mit Herausforderungen umgehen und was wir daraus machen, ist immer unsere eigene. Wir sind selbst für unser Leben verantwortlich.

Ich kann mich noch gut an mein Bundesligadebüt erinnern. Nach meinem Wechsel von Sandhausen zu Bayern München dauerte es mehrere Monate, bis es so weit war. Eigentlich hatte ich das Gefühl, dass mir nicht mehr viel fehlte, ich im Grunde nah an den anderen dran wäre, aber ich musste mich Woche um Woche gedulden und mit der Tribüne oder der Ersatzbank vorliebnehmen.

Irgendwann nahm ich meinen Mut zusammen und ging zu unserem Co-Trainer Egon Coordes. Ich fragte: »Was fehlt mir noch? Wie kann ich mich verbessern?« Ich wollte eine ehrliche Meinung hören, gleichzeitig signalisierte ich ihm, dass ich das Gefühl hatte, nicht schlechter zu sein als die anderen. Die Sichtweise konnte er teilen. Aber er sagte auch: »Hansi, du musst noch etwas robuster und körperbetonter spielen, um in die Startelf zu kommen.«

Zwei Wochen nach dem Gespräch gab ich mein Debüt. Alles, was Egon Coordes mir gesagt hatte, versuchte ich ab

der darauffolgenden Trainingseinheit umzusetzen – und es zahlte sich aus. Auch die erfahrenen Spieler bemerkten den Wandel, sie unterstützten mich und lobten meinen Extraeinsatz.

Die Ankündigung meines Einsatzes in der Startelf durch den Cheftrainer Udo Lattek war der Wahnsinn. In der Abschlusssitzung unternahm er einen kurzen Abstecher ins Tierreich und erklärte uns die Hierarchie im Wolfsrudel: »Wenn die alten Wölfe etwas schwächer werden, versuchen die jungen Wölfe, ihr Revier zu erobern. Und so ist es auch bei uns. Heute spielt Hansi.«

Ich lief sofort hoch auf mein Zimmer, rief meine Eltern und Silke an und erzählte, dass ich von Anfang an spielen würde. Das war schon wirklich ein irres Gefühl.

Ich glaube, wenn ich damals nicht mit Egon Coordes gesprochen hätte, wäre ich irgendwann auf der Bank verzweifelt. Es steckt eine Logik hinter dieser Erfahrung, auf die ich noch heute vertraue: Im ersten Schritt sprichst du etwas aus. Im zweiten Schritt bekommst du ein Feedback. Mit dem Feedback kannst du im dritten Schritt dann arbeiten.

Ganz wichtig dabei ist, dass Schritt eins von einem selbst ausgeht. Wenn ich etwas will, muss ich das in meiner Kommunikation und meinem Handeln auch deutlich machen. Egal ob man einen Konflikt lösen oder die eigenen Fähigkeiten entfalten möchte. Ich habe durch den Fußball gelernt, dass ich etwas anstoßen kann, sobald ich die Initiative ergreife. Und auch umgekehrt: Nur wenn ich die Initiative ergreife, ändert sich etwas.

NUR WENN ICH
DIE INITIATIVE
ERGREIFE,
ÄNDERT SICH
ETWAS.

Wenn ich darauf gewartet hätte, dass sich jemand meiner erbarmt und mich in der Startelf aufstellt, hätte ich womöglich nie in der Bundesliga gespielt. Ich hätte mich irgendwann einem Verein aus der zweiten Liga angeschlossen, der damals schon sein Interesse bekundet hat.

Ebenso entscheidend sind der zweite und der dritte Schritt: Das Feedback, das man nicht gedankenlos an sich abprallen lassen darf. Hätte ich mir damals gedacht: »Das sehe ich nicht so, ich trainiere weiter wie bisher!« – dann hätte ich nicht gespielt. Aber dadurch, dass Trainer und Co-Trainer gesehen haben, wie sehr ich mir das Feedback zu Herzen nahm, wurde die gewünschte Veränderung zu meiner neuen Realität. Ich konnte mich im Spiel beweisen und bestritt danach jedes weitere Spiel bis zu meiner Lungenverletzung.

Der richtige Blick

Die mentale Ebene im Fußball fasziniert mich bis heute. Wie oft ich schon erlebt habe, dass riesige Talente, die von der Physis, dem taktischen Verständnis und der technischen Finesse alles mitbrachten, an der mentalen Komponente und ihren Selbstzweifeln gescheitert sind!

Die intensive Grundlagenarbeit in den Extraschichten mit meinem Vater hat mir extrem geholfen, in meine eigenen Fähigkeiten zu vertrauen. Gutes Training stellt für mich die Basis dafür dar, dass man im Spiel seine beste Leistung abrufen kann. Das Spiel ist praktisch nur eine Bestätigung dafür, dass gut und richtig trainiert wurde. Wenn

ich etwas Tausende Male trainiert habe, baue ich dadurch ganz automatisch Können und Qualität auf. Und daraus resultiert dann echtes Selbstvertrauen.

Als Jugendspieler habe ich vor den Spielen – beim Warmmachen – immer eine gewisse Anspannung verspürt. Aber sobald es losging, war das vorbei und ich habe einfach den Moment genossen und mir selbst vertraut. Dann hat nur noch gezählt, die eigene Leistung auf den Platz zu bringen und zu liefern. Weder als Jugendlicher noch als Profispieler haben mich Zuschauerkulissen dabei groß beeinflusst. Du bist dann einfach im Tunnel, voll bei der Sache und blendest alles um dich herum aus.

Das Vertrauen in die eigene Stärke sollte meiner Ansicht nach im Fußball noch stärker gefördert werden. Wenn ich nach einem Spiel mit den Spielern die Szenen noch einmal durchgehe, erlebe ich es immer wieder, dass sie zuerst darauf achten, was sie falsch gemacht haben. Hier versuche ich, ganz bewusst an einem Perspektivwechsel zu arbeiten. Ich frage mich des Öfteren: Warum nicht als Erstes darauf achten, was schon gut läuft? Warum nicht die Stärken fördern und erst anschließend, wenn das Selbstvertrauen ausgeprägt ist, an den vermeintlichen Schwachpunkten? Wie soll ein gesundes Selbstvertrauen entstehen, wenn ich immer nur nach dem suche, was nicht so gut ist? Für den nachhaltigen Erfolg und die langfristige Spielerentfaltung ist die ständige Suche nach Fehlern kaum zielführend. Niemand performt mit angeknackstem Selbstvertrauen besser als mit einer breiten Brust.

Als ich in der A-Jugend für Sandhausen gespielt habe, waren unsere größten Konkurrenten immer Karlsruhe und

Mannheim. Es waren Derbys, es ging um viel und entsprechend hitzig ging es zur Sache. Solche Spiele liebe ich. Die gegnerischen Spieler kannte ich aus der badischen Auswahlmannschaft, in der die besten Spieler der Region – natürlich auch von Karlsruhe und Mannheim – zusammen trainierten. Gegen sie zu spielen bedeutete immer eine Extramotivation.

Auf dem Spielfeld harmonierte ich besonders gut mit meinem Mitspieler Rainer Zietsch, der dann auch eine Bundesligakarriere hingelegt hat. Er war ein ausgezeichneter Dribbler und ich war in der Jugend Mittelfeldspieler und konnte einige entscheidende Tore für uns erzielen. Als Duo haben wir bestens funktioniert, waren irgendwann auch super eingespielt – wir selbst sahen uns gern wie Paul Breitner und Kalle Rummernigge zu der Zeit.

Vielleicht wurde deshalb auch der FC Bayern München auf mich aufmerksam. Bei einem Spiel gegen Ludwigsburg kam Egon Coordes zum Scouter vorbei. Wir verloren 4:1. Obwohl sich der Sport vorrangig über Ergebnisse definiert, entwickelte ich schon damals meine Haltung: Solange ich alles gebe, kann ich mir selbst nichts vorwerfen. Zum Glück sah man das in München scheinbar ähnlich, was dazu führte, dass ich nur wenige Wochen später einen Vertrag bei meinem Lieblingsverein unterzeichnen durfte.

Eine bessere Position

Meine Liebe zum Fußball wurde durch das besondere Zusammengehörigkeitsgefühl in diesem Sport verstärkt. Der Fußball lehrt einen schon in jungen Jahren: Allein ist