

# Mit einem Fußballweltmeister im Gespräch



Jürgen Kohler hat als Fußballer fast alles erreicht und eine beeindruckende Karriere als Fußballprofi mit vielen nationalen und internationalen Titeln hinter sich:

- Weltmeister 1990
- Europameister 1996
- Champions-League-Sieger 1997 mit Borussia Dortmund
- Weltpokalsieger 1997 mit Borussia Dortmund
- UEFA-Cup-Sieger 1993 mit Juventus Turin
- Deutscher Meister 1990 mit Bayern München
- Deutscher Meister 1996 und 2002 mit Borussia Dortmund
- Italienischer Meister 1995 mit Juventus Turin
- DFB Supercup-Sieger 1990 mit Bayern München, 1995 und 1996 mit Borussia Dortmund
  
- 105 Länderspiele für Deutschland
- 398 Bundesligaspiele
- 102 Spiele in der italienischen Seria A
  
- Fußballer des Jahres 1997 in Deutschland

Jürgen Zwickel traf sich mit Jürgen Kohler zu einem interessanten Gespräch, um sich hierbei über Motivation, Erfolg, Umgang mit schwierigen Situationen und persönliches Wachstum auszutauschen.

**Jürgen, wie viel Talent hast Du für Deine außergewöhnliche Karriere gebraucht und wie viel musstest Du Dir dabei erarbeiten?**

„Für mich ist Fußball zu 10 Prozent Talent und zu 90 Prozent Arbeit. Alle sehr guten Extremsportler und herausragende Profisportler tun immer mehr, als es vielleicht auf den ersten Blick den Anschein hat. Permanentes und individuelles Training ist dabei ganz besonders wichtig. Jedes mal von neuem die Bereitschaft mitzubringen, Bewegungsabläufe immer und immer wieder zu trainieren, damit daraus dann Automatismen werden, die dann in vielen entscheidenden Situationen den Unterschied ausmachen. Dabei ist dann natürlich auch immer wieder diese innere Bereitschaft wichtig, selbst immer besser werden zu wollen, dazu lernen zu wollen und die Dinge dann auch wiederum nachhaltig zu trainieren und umzusetzen.“

**Was trieb Dich in Deiner Karriere an bzw. wie hast Du Dich immer wieder neu motiviert um diese Höchstleistungen bringen zu können?**

„Für mich stand immer die Freude am Spiel an erster Stelle. Auch die Freude, sich mit anderen messen zu können und dabei immer wieder aufs Neue zeigen zu können, dass ich dabei besser bin als meine Gegenspieler. Das waren für mich die zwei wichtigsten Punkte, um immer wieder diesen nachhaltigen Antrieb zu bekommen. Dabei ist jedoch eine hohe Eigenmotivation extrem wichtig. Das ist aber bei allen Dingen so, wenn man erfolgreich sein will. Sich nicht nur durch andere Menschen anschieben zu lassen, sondern eine Motivation zu haben, die aus einem selbst kommt und die immer wieder für den eigenen Antrieb sorgt. Denn dann gibt es auch diese Bereitschaft, mehr zu tun als viele andere und dadurch dann automatisch nach und nach besser zu werden, indem was man tut.

Bei mir z. B. war es so, dass ich mit 15 Jahren selbst zu einem Probetraining zu Waldhof Mannheim ging. Der Trainer wollte mich zuerst in die B2 der B3 versetzen, doch ich wollte einfach einmal einige Wochen in der B1 mittrainieren. Nach drei Wochen kam dann der Trainer zu mir und fragte mich, ob ich mir vorstellen könnte, den Verein zu wechseln und zu Waldhof zu gehen. Das habe ich dann auch getan. Ich habe bereits in der B-Jugend diesen Biss gezeigt und wollte mich unbedingt durchsetzen. Bald darauf kam dann der Trainer der A-Jugend auf mich zu und fragte mich, ob ich es mir zutrauen würde, schon als B-Jugendlicher in der A-Jugend zu spielen. Natürlich traute ich es mir zu und so spielte ich Samstags in der B-Jugend und Sonntags in der A-Jugend. Mit 17 Jahren holte mich dann der damalige Trainer der Bundesligamannschaft von Waldhof Mannheim, Klaus Schlappner, zu den Profis. Auch da habe ich vom ersten Moment an versucht, mich rein zu beißen und wollte zeigen, dass ich diese Chance unbedingt nutzen wollte, was dann ja auch gelang und ich mit knapp 18 Jahren dann mein Bundesligadebüt im Spiel gegen Bayer Leverkusen gab.

Als wichtigste Tugend empfand ich und empfinde ich auch heute noch ist dieser große Wille, etwas erreichen zu wollen, sich durchsetzen zu wollen, egal was man auch tut. Und das dann nicht nur punktuell zu zeigen, sondern vor allen Dingen langfristig. Um etwas wirklich Großes zu erreichen ist eine große Willensausdauer unbedingt notwendig.“

## Wie wichtig waren und sind für Dich Ziele bei dem was Du tust?

„Sehr wichtig. Mit 15 Jahren wollte ich unbedingt Bundesligaprofi werden. Das habe ich ja dann knapp zwei Jahre später auch geschafft. Dann ging es weiter. Ich wollte unbedingt als nächstes Teilziel U 21 Nationalspieler werden. Mit 18 Jahren wurde ich dann in die U 21 Nationalmannschaft berufen. Als mit der U 21 in Dänemark ein Länderspiel anstand, verletzten sich von der A-Nationalmannschaft, die auch in Dänemark ein Spiel hatte, drei Spieler. Franz Beckenbauer, damaliger Teamchef, fragte bei unserem Trainer Berti Vogts nach, wen er denn von der U 21 zur A-Nationalmannschaft hochziehen könnte und da empfahl Berti Vogts mich. Diese Chance wollte ich dann wieder unbedingt nutzen, was mir ja auch gelang. Von da an nahm dann alles seinen Lauf. Nach meinen ersten Länderspielen bekam ich einen Anruf von Christoph Daum, der mich zum 1. FC Köln holte. Von dort ging es weiter zu Bayern München und von dort weiter nach Italien zu Juventus Turin. Die entscheidendste Zeit meiner Karriere war die in Turin. Denn dort konnte ich mich auch sehr stark als Persönlichkeit und Mensch entwickeln. Doch bei allen meinen Stationen war mir immer wichtig, meinen eigenen Weg zu gehen, an meine Stärken zu glauben und mich auf das Wesentliche zu konzentrieren. Und das Wesentliche als Abwehrspieler war, die gegnerischen Angreifer möglichst gut auszuschalten und den Laden hinten zusammen zu halten. Und ganz entscheidend: Fußball zu leben! Ich habe mich immer mit dem, was ich getan habe, zu 100 Prozent identifiziert, mich richtig eingebracht. Auch mit dem Verein, für den ich gespielt habe, habe ich mich immer voll identifiziert. Das sollte jedoch nicht nur im Sport so sein, sondern auch im beruflichen Alltag, Sich mit seiner Aufgabe, mit seinem Arbeitgeben, zu 100 Prozent identifizieren.“

## Wie bist Du immer mit den hohen Erwartungen an Dich umgegangen?

„Die Erwartungen habe ich gar nicht so gespürt. Ich konnte mich schon immer sehr gut auf die wichtigen und wesentlichen Dinge, die anstehen, konzentrieren. Mit der Zeit lernte ich dann auch durch die Erfahrung, das Wichtige vom Unwichtigen zu trennen. Und ich hatte immer eine innere Überzeugung, gepaart mit einem guten Selbstbewusstsein, dass ein anderer Spieler schon sehr viel können muss, wenn er an mir vorbei kommen will. Mich hat nie interessiert, was andere können, sondern ich habe mich immer auf mich, auf meine Stärken, konzentriert. Denn nur ich bin für das verantwortlich, was ich mache. Und dann wusste ich immer, was ich zu tun hatte. Ich habe mich in meiner aktiven Zeit auch immer sehr intensiv mit meinen Gegenspielern bzw. mit der gegnerischen Mannschaft beschäftigt. Ich schaute mir immer an, wo meine Gegenspieler so ihre Stärken und Ihre Schwächen hatten und überlegte mir dann, wie ich besten gegen sie spiele. Denn das ist auch ein ganz wichtiger Erfolgsfaktor: Sich mit seiner Aufgabe intensivst zu beschäftigen, sich gut auf zukünftige Situationen vorzubereiten und immer den Fokus auf das Wesentliche gerichtet zu lassen. Das ist im Sport genauso wie in allen anderen Bereichen des Lebens.“

## Was war für Dich als Sportler wichtig? Was ist Dir heute besonders wichtig?

„Als Sportler und Fußballprofi stand für mich immer der Leistungsgedanke an erster Stelle. Immer wieder aufs Neue die Motivation und den Antrieb zu finden, Topleistungen zu bringen. Natürlich gehört als Fußballer auch immer das Team dazu. Deshalb war auch der Teamgedanke für mich ganz entscheidend. Denn nur mit einem gut funktionierendem Team hast du letztlich Erfolg. Ich fühlte mich immer als Teil der Gruppe. Dabei kam es mir immer darauf an, mich auf meinem Job zu konzentrieren, um dabei für mich und auch für die Mannschaft das Beste herauszuholen. Und wenn das jeder macht, dann gibt es auch eine funktionierende und erfolgreiche Mannschaft.

Heute ist mir besonders wichtig als Vorbild, besonders für meine Kinder, agieren zu können. Dabei sind mir Werte, das tägliche Leben vor Werten, ganz wichtig. Ich glaube nämlich auch, dass das Leben von Werten nach und nach in unserem täglichen Leben verloren geht. Werte sind jedoch für das eigene Handeln und für die eigene Ausrichtung im Leben ganz wichtig und entscheidend. Meine Werte, die für mich ganz besonders wichtig sind und die ich aktiv lebe sind Ehrlichkeit, Gradlinigkeit, Toleranz und Zuverlässigkeit. Und ganz wichtig ist mir meine Familie und mein Familienleben. Das steht ganz klar an erster Stelle.

Darüber hinaus habe ich einen hohen Respekt vor Menschen, die etwas leisten und für andere Menschen auch da sind. Vor Mutter Teresa z. B., die Unglaubliches für andere Menschen geleistet hat. Respekt habe ich auch vor den Mitgliedern von Greenpeace, die sich für ganz wichtige Belange auf unserer Welt selbstlos einsetzen. Für mich ist es auch wichtig, für andere Menschen, die mir wichtig sind, einfach da zu sein.“

## Welche Tipps gibst Du jungen Menschen um zukünftig etwas zu erreichen?

„Ganz wichtig ist an sich selbst zu glauben. Heraus zu finden, was man gut kann und dann an diesen Stärken weiter zu arbeiten und an die eigenen Stärken auch ganz fest zu glauben. Dieses „ich bin gut indem was ich mache“ ist ganz entscheidend um einen erfolgreichen Weg gehen zu können. Wichtig ist für mich auch, sich immer wieder der eigenen schon erreichten Erfolge bewusst zu werden und sie als zukünftigen Ansporn herzunehmen. So wird man immer Stück für Stück besser und erfolgreicher.“

**In Deinem letzten Pflichtspiel als Profi, dem Endspiel um den UEFA-Cup 2002 in Rotterdam wurdest Du nach einem Foulspiel mit der roten Karte vom Platz gestellt.**

### Wie bist Du damit umgegangen?

„Die rote Karte war für mich nicht einmal das Problem. Denn solche Dinge passieren im Fußball, das gehört dazu, auch im letzten Spiel. Das ist Sport und das gilt es dann auch zu akzeptieren bzw. man muss lernen, auch mit solchen Situationen umzugehen.

Nachdenklicher hat mich gemacht, dass ich in diesem Endspiel, trotz meiner großen Erfahrung, keine bzw. zu wenig Sicherheit in meinem Spiel hatte. Ich konnte einige Wochen wegen einer Verletzung nicht so trainieren wie gewünscht, und da fehlte mir etwas. Es zeigt jedoch auch, dass kontinuierliches Training, egal auf welchem Gebiet, ein ganz entscheidender Faktor für Leistung und für Sicherheit im Tun

ist. Großartig war für mich jedoch der Tag nach dem Endspiel beim Empfang in Dortmund. Die Fans jubelten uns zu und bedankten sich überschwänglich bei mir für die vielen Jahre – das war schon ein ganz beeindruckendes Erlebnis.“

### Wenn Du auf Deine Profikarriere zurück blickst, was bleibt?

„Es sind für mich nicht zuerst die vielen Titel oder auch das Geld, das ich mit dem Fußball verdient habe. Für mich ist ganz wichtig, dass ich sehr viel Wertschätzung als Spieler und auch als Mensch erfahren habe bzw. noch erfahre. Das ist für mich das Wichtigste und das bleibt für mich auch am Nachhaltigsten hängen.“

### Was bedeutet für dich Glück?

„Glück bedeutet für mich eine Familie zu haben, gesund zu sein und zufrieden durchs Leben gehen zu können.“

Jürgen, herzlichen Dank für dieses bereichernde und offene Gespräch und Dir weiterhin alles Gute auf Deinem weiteren Lebensweg!

Wenn die Voraussetzungen stimmen, entstehen Motivation, persönliche Spitzenergebnisse und persönliche Entfaltung!



*Persönliche und unternehmerische Potenziale entfalten  
Starkes MotivationsManagement mit der Erfolgsmethode „MOTIVATION“*

*Jürgen Zwickel ist Speaker, Trainer und Coach und verfügt über eine fast 20-jährige Berufserfahrung im erfolgreichen und motivierenden Umgang mit Menschen und der erfolgreichen Entfaltung von Potenzialen bei Menschen.*

*Er ist Entwickler der Erfolgsmethode „MOTIVATION“ für persönliche und unternehmerische Entfaltung der Potenziale sowie Experte für ein starkes MotivationsManagement in Vertrieb und Führung zur Verbesserung von Arbeitsfreude, persönlichen Ergebnissen und Umsätzen.*

*Dieses Erfolgssystem ist methodisch, übergreifend und nachhaltig aufgebaut!*

Bogenstr. 23  
Tel.: 09177 / 484976  
E-mail: [info@juergen-zwickel.de](mailto:info@juergen-zwickel.de)

91180 Heideck  
Fax: 09177 / 484977  
[www.juergen-zwickel.de](http://www.juergen-zwickel.de)

