Spitzensport – und dann?

Was kommt nach den Goldmedaillen und dem Applaus? Ein prestigeträchtiger Trainerposten, ein hochdotierter Job in der Privatwirtschaft – oder die Arbeitslosigkeit? Die Karriere nach der Karriere wird für viele Spitzensportler zum Stolperstein.

© Pro Management Quadrat / www.pro-m.at

Der steile Weg ins Berufsleben nach dem Spitzensport: Die Linger-Brüder haben bereits während ihrer aktiven Karriere gemeinsam mit Management-Coach Christian Reitterer ihr Führungskräfteseminar im Eiskanal erarbeitet.

VON NINA WEIDINGER

colorofsports.at

WIEN. „Ein Olympiasieg ist noch lange keine Jobgarantie“, formulierte die KADA-Geschäftsführerin und ehemalige alpine Skirennläuferin **Roswitha Stadlober** anlässlich der Gründung des Vereins „Karriere danach“, kurz KADA, im Jahr 2011 provokant. Denn auch wenn man meinen sollte, dass erfolgreichen Spitzensportlern mit Goldpokalen im Regal nach Beendigung ihrer aktiven Karriere alle Türen in der Wirtschaft offen stehen, sieht die Realität in den meisten Fällen anders aus. Der Job mit Top-Salär in der Privatwirtschaft, das lukrative Angebot als Experte für die Medienlandschaft oder der prestigeträchtige Cheftrainerposten sind nur für einige wenige Ausnahmesportler eine realistische Option. Für viele andere droht nach dem großen Applaus die Arbeitslosigkeit.

Achillesferse Erfahrung

Den reibungslosen und nahtlosen Wechsel vom Sport in die Arbeitswelt schaffen laut Stadlober nur wenige ehemalige Spitzensportler, die Achillesferse vieler sei die mangelnde Ausbildung, die neben dem Hochleistungssport nur schwer möglich ist, und vor allem die vonseiten der Wirtschaft geforderte Berufserfahrung. Dazu kommt das relativ hohe Einstiegsalter ins Berufsleben. In den wenigsten Sportarten werde laut Expertin genug verdient, um ausgesorgt zu haben, viele Sportler sind zudem schlecht abgesichert. Das riesige Potenzial und Know-how aus ihren sportlichen Karrieren auch für die Karrieren dannach gekonnt einzusetzen, gelingt nur einem Bruchteil. Jenen dafür mitunter durchaus erfolgreich, wie einige Beispiel zeigen.

Aufs Steckenpferd Sport setzen

Dem eigenen Sport treu zu bleiben und die jahrelangen Erfahrungen aus dem Spitzensport in die Wirtschaft einzubringen, ist der naheliegendste zweite Karriereweg. So widmen sich viele ehemalige Spitzensportler entweder dem Nachwuchs oder übernehmen eine Trainerfunktion auf oberster Liga, wie etwa der ehemalige österreichische Rennrodler **Tobias Schiegl,** der nach seinem Karriereende 2010 den Posten als Trainer beim österreichischen Nationalteam übernahm. Einige wenige Stars des Sports wie etwa der ehemalige alpine Skirennläufer **Haus Knauß** (seit 2005 ORF-Co-Kommentator & Analytiker) oder Ex-Ski-Queen **Alexandra Meisnitzer** (seit 2008 ORF-Co-Kommentatorin) nutzen ihre Medienerfahrung und ihr Talent vor der Kamera.

Duale Karriere

Doppelweltmeister **Markus Prock** hat mit seiner eigenen Sportconsulting-Agentur Prock&Partner, die er seit 1997 in Innsbruck betreibt, den Sprung in die Privatwirtschaft geschafft. Er betreut unter anderem **Armin Zöggeler**, **Mario Stecher** und **Gregor Schlierenzauer**, dessen Onkel er ist, in den Bereich PR, Sponsoring und Marketing. Aber auch Österreichs erfolgreichster Rennrodler hat bereits *während* seiner Karriere im Spitzensport seine unternehmerische Tätigkeit begonnen und seine zweite Karriere als Sportmanager aufgebaut. Heute ist der beliebte Sportler als Sportdirektor des ÖRV gefragter Experte bei Interviews und Analysen. Laut Stadlober ist gerade dieser Ansatz zur „dualen Karriereförderung“ ebenso entscheidend wie ein Exit Management – beides wichtige KADA-Bausteine.

Exit-Management für Sportler

„Die größte Herausforderung ist, im Jobcoaching realistische Berufseinstiegszenarien zu kommunizieren. Ein wesentlicher Faktor für das Gelingen eines erfolgreichen Umstieg ist das Exit-Management: Wie verlasse ich den Verband, Verein? Wie läuft der Abschied mit den TrainerInnen?“, erklärt Stadlober, „Je besser dieser Ausstieg erfolgt, desto mehr Selbstwert bleibt vorhanden. War der Ausstieg problematisch, dauert der Übergang wesentlich länger. Ein Karriereende ist bei den meisten SportlerInnen ein gröberer Einschnitt in deren Leben, der momentan eine Leere bewirken kann. Veränderung hat auch mit Ängsten zu tun. Die KADA Coaches versuchen, in diesen Situationen den Druck herauszunehmen und den Prozess der Veränderung langsam zu starten. Meist gelingt es den SportlerInnen sehr schnell wieder auf die Beine zu kommen, Ziele zu formulieren und sich neu ausrichten.“

Karriere Danach als Starthilfe

Der gemeinnützige Verein KADA, finanziert vom Sportministerium und dem AMS, versucht als ganzheitliches Konzept, den Absturz ins berufliche Nichts nach einer Karriere im Spitzensport zu verhindern und unterstützt HochleistungssportlerInnen zu diesem Zweck bei der optimalen Vereinbarkeit von Sport und Ausbildung. Das in Europa einzigartige Angebot (!) der dualen Karriereförderung soll schon während der Sportkarriere die Weichen für die Zukunft stellen und Sport mit Perspektive bieten. Es umfasst die drei Leistungsbereiche Prävention, Laufbahnberatung und berufliche Integration. Mit der „Berufsreifeprüfung im Leistungssport“ hat KADA als Präventionsmaßnahme beispielsweise eine maßgeschneiderte, individuelle Ausbildung für HochleistungssportlerInnen geschaffen, die aktuell 38 NachwuchssportlerInnen neben ihrer aktiven Sportlaufbahn in Anspruch nehmen, das Studienprogramm „Studium Leistung Sport“ ermöglicht die schwierige Kombination von Studium und-Hochleistungssport. Bildungskooperationen mit österreichischen Universitäten, Fernuniversitäten und Fachhochschulen schaffen derzeit für 124 SportlerInnen die nötigen Rahmenbedingungen neben Trainingsplänen und Wettkämpfen. „Es ist uns wichtig, die ganzheitliche Betrachtungsweise in der Karrierebegleitung zu sehen, die Menschen in den Mittelpunkt zu stellen. Wir helfen nicht, wir begleiten die SportlerInnen

© markusbrier.at / kristinwalzer.at

Mentaltrainerin Kristin Walzer und der ehemalige Golfprofi Markus Brier filtern in ihrem Seminar die Essenz von Golfen im Flow heraus.

auf ihren Wegen, wo sie sich gerade befinden, und versuchen, individuelle Lösungen in der Vereinbarkeit und darüber hinaus zu finden", beschreibt die KADA-GF. „Ich kann Sportlern nur empfehlen, die Ausbildung auf alle Fälle während der Sportkarriere mitzunehmen – KADA hat hier bereits viele Angebote – und, wenn es die Zeit zulässt, das eine oder andere Berufspraktikum für einen aktuellen Lebenslauf zu machen!"

Die 42-jährige österreichische Snowboarderin **Claudia Riegler** hat das KADA-Angebot angenommen und bereits während ihrer aktiven Karriere einen zweiten Bildungsweg eingeschlagen. Und dennoch im Jänner die Goldene bei der WM am Kreischberg geholt.

©GEPA pictures

> Wir helfen nicht, wir begleiten die SportlerInnen auf ihren Wegen und versuchen, individuelle Lösungen in der Vereinbarkeit zu finden.
>
> **Roswitha Stadlober**
> **VEREIN KADA**

WIFI Sporthilfe Akademie

Seit 2003 haben sich auch die Österreichische Sporthilfe und das WIFI zum Ziel gesetzt, gemeinsam SpitzensportlerInnen der Österreichischen Sporthilfe bereits während ihrer sportlichen Laufbahn bei ihrem späteren Berufseinstieg zu unterstützen. Die SportlerInnen können österreichweit aus über 32.000 Kursen, Seminaren und Lehrgängen der WIFIs wählen. „Seit vielen Jahren ist die Förderung der Sporthilfe ein Anliegen der Wirtschaft", so **Michael Landertshammer**, Institutsleiter WIFI Österreich. „Als Partner in der WIFI-Sporthilfe-Akademie wollen die WIFIs den Spitzensportlern fundierte Aus- und Weiterbildung ermöglichen. Spitzenathleten beweisen bereits während ihrer sportlichen Karriere Qualitäten wie Durchsetzungsvermögen, Belastbarkeit und Ehrgeiz, die auch für den Erfolg im Wirtschaftsleben wichtig sind." **Anton Schutti**, GF der Österreichischen Sporthilfe, sieht einen Dreifacheffekt der Akademie: „Durch das flexible Bildungsangebot, das auch zum Teil per eLearning absolviert werden kann, werden Sportler/innen in ihrem Trainingsumfang nicht eingeschränkt und stehen nach der sportlichen Karriere nicht mit leeren Händen da. Existenzängste erübrigen sich. Darüber hinaus sind die gezielten intellektuellen Reize für Spitzenathleten ein wichtiger Trainingsausgleich."

Lingers Erfolgspuzzle

Weiterbildung ist auch für Top-Namen des Sports wie die Linger-Brüder kein Fremdwort. Die beiden Weltmeister und Doppel-Olympiasieger im Kunstbahn-Rodeln **Andreas & Wolfgang Linger** haben ihre Zukunft nach dem Spitzensport im Eiskanal gleich auf mehreren Kufen aufgebaut, wie Wolfgang Linger erklärt: „Schon als aktive Leistungssportler sind bei uns mehrere Ideen von möglichen Projekten entstanden. Nachdem wir unsere sehr erfolgreiche Karriere im Frühjahr 2014 beendet haben und uns im Moment weiterbilden, wollen wir nun auch einige dieser Projekte in die Tat umsetzen. Das gemeinsame Projekt mit Christian Reitterer, in Seminarform unsere Erfahrungen weiterzugeben, reizt uns sehr," freut sich der Tiroler Rennrodler über das neuartige Führungskräfteseminar im Innsbrucker Eiskanal, das sie schon während ihrer Sportlaufbahn mit dem erfahrenen Management-Coach **Christian Reitterer** als „Übersetzer" erarbeitet haben. „Das Linger-Erfolgspuzzle beschäftigt sich mit ‚unserem' Weg zum Ziel. Und wir sind überzeugt, damit auch in der Wirtschaft interessante Denkanstöße liefern zu können."

Golfen & Arbeiten im Flow

Spitzensportler haben der Wirtschaft einiges zu bieten, immerhin wissen sie, wie sie, um zu siegen, den optimalen Leistungszustand erreichen. Sie können ihr volles Potenzial punktgenau abrufen, Nervosität und Leistungsdruck abschalten. Diese Erfahrungen aus 13 Jahren Spitzensport und „das faszinierende Gefühl von Flow" gibt auch der ehemalige Golfprofi **Markus Brier** an der Seite seiner Mentaltrainerin **Kristin Walzer** seit kurzem in exklusiven Seminaren weiter. „Unsere Seminare sind aus unserer Begeisterung entstanden und unserem Drang, unser Wissen mit interessierten Menschen zu teilen", so der European-Tour-Doppelsieger. „Unsere zwölfjährige Zusammenarbeit on Tour war und ist etwas ganz Besonderes", ergänzt Walzer, selbst ehemalige Leistungsschwimmerin und Golferin mit Hcp -4,5. „Wir haben gemeinsam neue Gebiete erforscht und in den Turnieren gleich getestet. Unser Wissen und die Feinheiten, die wir erkannt und herausgefiltert haben, bietet nicht nur eine Schatztruhe für SpitzensportlerInnen, sondern für alle Menschen, die Höchstleistungen und Erfolg im Flow erleben wollen."

Ein Weg, den Sportgrößen wie der ehemalige Rennradprofi **Gerhard Zadrobilek** oder der erfolgreiche Nordische Kombinierer **Felix Gottwald** äußerst erfolgreich vorzeigen, der aber nur für ganz bestimmte, charismatische Persönlichkeiten eine Möglichkeit zur Karriere danach darstellt. „Der Spitzensport war die Vorbereitung für das, was jetzt zu tun ist", postuliert der dreifache Olympiasieger Gottwald, für den der Spitzensport „eine Metapher für Meisterschaft im Leben" ist. Gottwald ist ein Paradebeispiel dafür, wie ehemalige Sportprofis ihre Erfolgsprinzipien authentisch und praxistauglich in den beruflichen und privaten Kontext ihres Publikums übersetzen und damit die Essenz ihrer Erfahrung – 18 Jahre Spitzensport – zu ihrer eigenen beruflichen Basis machen können.