

Suche:  »

derStandard.at | Sport | [Turin 2006: Olympische Spiele](#) | Piste | [Damen-Abfahrt](#)

18. Februar 2006  
12:42

**Spiesberger, der Dorfmeister half**  
Der Mentaltrainer Günter Spiesberger hat Michaela Dorfmeister dabei assistiert, sich die Goldmedaille auch vorstellen zu können



Vaduz/Wien - Eigentlich hätte es ja nicht an die große Glocke gehängt werden sollen. Aber wenn eine Olympiagold holt - noch dazu das in der Abfahrt, auf das Österreich seit 26 Jahren warten musste -, dann bleibt nichts, was sie betrifft, sehr lange ein Geheimnis. Und so weiß man also, dass Michaela Dorfmeister im vergangenen Jahr einen Mentalcoach engagiert hatte, der sie lehrte, die Mechanismen sportlich korrekten Denkens zu beherrzigen.

Er heißt Günter Spiesberger, ist 1956 im oberösterreichischen Altmünster geboren und lebt nun in der Nähe der liechtensteinischen Hauptstadt Vaduz. Vor 20 Jahren selbst ein alpiner Kaderläufer und Tennistalent, studierte Spiesberger in den USA "psychologische Entscheidungstheorien", aus denen er Trainingsanweisungen für Wirtschaftsbosse destillierte.

Mehr zum Thema

**Management**  
Management  
Development mit MDI

**Zeit**  
Zeit zum Lesen. Der Standard gratis.

**Arbeit**  
Weniger Aufwand mit MSDN

**Technik**  
Software einfach selbst entwickeln

[bezahlte Einschaltungen](#)

Die seien durchaus auch für den Spitzensport einsetzbar. Freilich verschärft durch den Faktor

▶ [Spiesberger, der Dorfmeister half](#)

▶ ["Habe meine Denkweise geändert"](#)

▶ [Die stolze Frau und ihre große Tat](#)

▣ [Ansichtssache: Der Weg zu Gold](#)

▶ [Kopf: Bergfexin aus flachem Land](#)

▶ [Stimmen: "Ich bin überwältigt"](#)

▶ [Kämpferin mit weichem Herz](#)

▶ [Ergebnis: Damen-Abfahrt](#)

▶ [Janica Kostelic konnte nicht starten](#)

▶ [Statistik: Fünftes Gold in Damen-Abfahrt](#)

Link

▶ [Michaela Dorfmeister](#)

Zeitdruck: "Fatale Management-Fehlentscheidungen führen oft genug zum Niedergang eines Unternehmens. Doch da hat man immerhin ein paar Monate Zeit, um gegenzulenken. Bei einem Abfahrtslauf sind es nur Bruchteile von Sekunden." Da gelte es, die Entscheidungsprozesse durch Visualisierung so zu automatisieren, dass sie zum gewünschten Punkt abrufbar seien.



Genau das habe bei Michaela Dorfmeister geradezu vorbildlich funktioniert. Sie selber sieht es so: "Ich bin des kleinen Mandls in meinem Kopf, das mich immer an gewissen Sachen hindern will, Herr geworden. Ich denke positiver, ich sehe alles lockerer - meine gesamte Denkweise hat sich geändert."

Den ersten Kontakt hatten die beiden Trainingspartner 2005 beim Weltcupfinale in Lenzerheide. Im Sommer habe man sich drei Tage lang "beschnuppert", dem Coach vermittelte Dorfmeister dabei den Eindruck, "dass sie immer noch brenne", allerdings gedämpft durch die WM 2005 in Bormio, bei der Dorfmeister bei allen drei Starts ausgeschieden war.

Doch genau dafür, oder besser: dagegen, gibt es ja den Mentalcoach: "Der Sieg beginnt im Kopf. Selbstzweifel und Angst dürfen nicht verdrängt werden, müssen in gegenwartsbezogene Strategien integriert werden."

werbung

[derStandard.at/AutoMobil](http://derStandard.at/AutoMobil)

**Angebote**

---

**VW Passat  
Variant CL  
Europe ...**  
1996; 5900 €




---

**Jaguar S-Type  
4,0 V8 Aut.**  
2002; 23500 €




---

**Mazda Mazda2  
CD68 Plusline II**  
2005; 13600 €




---

**BMW 318i**  
1992; 4490 €




---

**Renault Clio  
Authentique 1,5  
dCi**  
2004; 11590 €




---

**Alfa Romeo Alfa  
147 1,9 JTD  
Distinctive**  
2004; 19800 €




---

**Audi A4 1,9 TDI**  
1995; 6200 €



► [Weitere Angebote](#)

Wieweit sich das auf den bevorstehenden Super-G auswirkt, mag Günter Spiesberger nicht sagen. Immerhin sei seine Arbeit bloß ein "Mosaiksteinchen", alles müsse passen. Aber mit diesem Steinchen könne Immenses bewegt werden: "Technik und Physis sind ja ziemlich ausgereizt. Die Unterschiede erarbeitet man sich im mentalen Bereich." (Wolfgang Weißgram - DER STANDARD PRINTAUSGABE 18./19.2. 2006)

**Google-Anzeigen**

<b>Mit dem Coach als Partner</b> Blockaden auflösen und - Kreativität freisetzen.	<b>Zürich: Psychotherapie</b> Analyse, Beratung: ganzheitlich individuell, ressourcenorientiert
--	---

 [posten](#)       [mailen](#)       [drucken](#)

---

© derStandard.at  
2006