

KAFFEEPAUSE

Was uns interessiert
in Sport und Business.

Fragen von



André

und



Torsten

Antworten von
Christian Schenk

Olympiasieger im Zehnkampf 1988 in Seoul.
Mehrfaeche EM- und WM-Medaillen in den
frühen 1990er Jahren. Nach der
Sportkarriere: Studium, TV-Kommentator
beim ZDF, Unternehmer im Sport- und
Gesundheitsmarketing CSS; u.a. Sporthilfe
Elite-Forum, Meeting-Direktor ISTAF,
„Champions4me“ by Eurocard, Berufs-
orientierungscamps Erkenne Deine Stärken.
Vorsitzender allinklusiv Rostock e.V – der
Allianz für soziale Verantwortung.





Torsten

Zehnkampf & Business

Der Zehnkampf verlangt Vielseitigkeit und Anpassungsfähigkeit. Welche Parallelen siehst du dazu im heutigen Wirtschaftsleben?



Ich sehe da schon einige Gemeinsamkeiten: Leistungsorientierung, Veränderungsbereitschaft, Anpassungsfähigkeit, Planung und Strategie. Außerdem geht es immer darum, die richtigen Ressourcen zu finden und einzuschätzen, den Mut aufzubringen, zum notwendigen Risiko- oder Changemanagement. Erfolgreiche Menschen gehen mit der Zeit, finden neue Wege und Optionen. Und selbstverständlich spielen in beiden Bereichen auch Teamfähigkeit und Kooperation bedeutende Rollen.



Torsten

Olympiasieg & Höchstleistung

Du wurdest 1988 Olympiasieger – was hat dich damals stark gemacht, und wie lässt sich diese Erfahrung heute noch auf Teams in Unternehmen übertragen?

Die notwendige Disziplin, Struktur zu behalten, auch in Stresssituationen, hat mich sicher ausgezeichnet. Selbst unter großem Druck konnte ich antrainierte Bewegungsmuster abrufen. In der Wirtschaft geht es heute vor allem darum, auf sich verändernde Märkte, Anforderungen und Bedürfnisse kreativ zu reagieren. Struktur, Disziplin, Konsequenz, aber auch Teamgeist sind hier ebenso Erfolgsfaktoren. Es gibt „no I im Team“. Unsere Ziele können wir nur gemeinsam erreichen. Eigenschaften wie Flexibilität, Resilienz und mentale Stärke werden in Unternehmen immer wichtiger. Letztlich muss ein moderner Leader seine Mitarbeiter begeistern und mitnehmen, auf dem Weg zu den gemeinsamen Zielen.



Umgang mit Druck & Rückschlägen
Sportliche Karrieren kennen nicht nur Höhen.
Was war ein einschneidendes negatives Erlebnis?
Wie bist du mit Druck und Erwartungshaltungen
nach Rückschlägen umgegangen?



André

Durch einen medizinischen Fehler habe ich die olympischen Spiele 1992 verpasst. Eigentlich wollte ich da unbedingt eine Medaille holen. Nach einem Bandscheibenvorfall hatte ich Lähmungserscheinungen, musste deshalb 1994 meine Karriere frühzeitig beenden. Das war schon ein großer Rückschlag, ein Tiefpunkt, mit Frustration und Hoffnungslosigkeit.

Aber letztlich ist ja gerade der Umgang mit Rückschlägen und Niederlagen Teil des Sports. Kritisch zu reflektieren, dann resilient und mental gestärkt daraus hervorgehen. Da ist ein professionelles Umfeld sehr hilfreich.

Neuanfänge gestalten

Vom Leistungssportler zum Unternehmer. Sicher kein ganz einfacher Schritt. Gibt es etwas, das du Anderen mit auf dem Weg geben möchtest?



André

Ich finde, die Superkompensation aus dem Sport lässt sich auch in die Wirtschaft übertragen. Fleiß wird belohnt, tägliche Anstrengung lässt dich deine Ziele erreichen.

Ich zitiere mal Wilhelm von Humboldt: „Bilde dich selbst und wirke auf andere ein.“ Das könnte eine gute Maxime sein.





Torsten

Inklusion & gesellschaftliche Verantwortung
Du engagierst Dich stark im Bereich Inklusion und
soziale Projekte. Was bedeutet Erfolg für dich in
diesem Bereich?



Ich schaue mit Dankbarkeit und
Demut auf meine Karriere. Auch
deshalb möchte ich etwas
zurückgeben.



Torsten

Ausblick & Werte

Zehnkämpfer werden nur als Einzelsportler wahrgenommen. Welchen Einfluss hat das Team im Hintergrund (Trainer, Physio, usw.) für den Erfolg?

Zehnkämpfer sind grundsätzlich erst einmal Individualisten. Aber nur mit einem hochwertigen, kompetenten, motivierten Team im Rücken kann der Athlet erfolgreich sein. Es bedarf neben der Unterstützung durch Freunde und Familie Experten für unterschiedliche Bereiche. Dazu gehören eher banal erscheinende, aber nicht zu unterschätzende Felder wie Planung und Logistik, aber vor allem Knowledge, Motivation, Prävention, Gesundheitsmanagement, Strategie/Analyse und Mental Health.



Darüber hinaus

Gibt es ein Thema, ein Projekt oder eine Erfahrung, die Dir persönlich wichtig ist und die Du hier noch teilen möchtest?

André



Ich plane ein neues Start-Up, den Aufbau einer „Allianz für soziale Verantwortung“.





Herzlichen Dank, lieber Christian, dass du dir die Zeit für unsere Kaffeepause genommen hast! Deine Antworten sind wertvolle Inspiration – nicht nur für den Sport. Wir wünschen dir beruflich wie privat weiterhin alles Gute und viel Erfolg auf deinem Weg!

Torsten Schäfer

 +49 162 6030358

 torsten@spielintelligent.de

Windacher Str. 6 | 86922 Eresing

André Fuhr

 +49 170 4737328

 andre@spielintelligent.de

Reineburgstr. 21 | 32312 Lübbecke

 www.spielintelligent.de

Fotos: Titelbild (Tasse) Stefan Warter
Eigen/KI, pixabay.com