

WELT | SPORT

Ex-Schwimmstar Markus Rogan als Psychologe in Rio dabei

Die beiden erfolgreichsten Sportler der österreichischen Schwimm-Geschichte sind bei den Sommerspielen in Rio de Janeiro in neuen Rollen im Einsatz.

Von Apa / 02.08.2016 - 11:06 / [Kommentieren](#)



Während Mirna Jukic im Athleten-Dorf für die Betreuung der Aktiven zuständig ist, ist Markus Rogan vom Brasilianischen Olympischen Komitee als Sportpsychologe angestellt.

Der 34-Jährige soll Lokalmatadoren den Druck nehmen.

Rogan ist speziell für das 30-köpfige Schwimmteam zuständig, und das in seiner Rolle alleinverantwortlich. "Das ist zuerst einmal eine Riesen-Ehre, aber auch eine Riesen-Aufgabe", sagte der Wiener.

Noch bis Dienstag befinden sich die Athleten auf Trainingslager in Sao Paulo, womit auch Rogan die vergangenen Tage in der vor Rio größten brasilianischen Stadt verbracht hat.

Der Kontakt Rogans zum brasilianischen Schwimmverband und letztlich zum NOK des Landes kam in Los Angeles zustande. Der dortigen stark besetzten Schwimm-Trainingsgruppe gehörte der Ex-Weltmeister auch einst an.

"Viele der brasilianischen Sportler trainieren in Los Angeles", erklärte Rogan. "Ich bin für sie jetzt bereits zwei Jahre lang tätig. Ich war auch bei den Trials dabei und jetzt bin ich für die Spiele da."

Auf den Gastgebern lastet enormer Druck

Die Aufgaben des Ex-Welt- und -Europarekordlers sind klar umrissen. "Es geht um klassisches Mentaltraining, Konzentration, Fokus, das Umgehen mit der Angst, Visualisierung", konkretisierte Rogan den Tätigkeitsbereich. Dabei ist es für niemand aus Brasiliens Rio-Aufgebot Pflicht, sich an Österreichs "Sportler des Jahres" 2004 zu wenden. Einige haben ihre eigene psychologische Betreuung, andere legen auf diese Art der Wettkampfvorbereitung weniger Wert.

Unbestritten aber ist, dass bei den Spielen in der Heimat auf allen Aktiven des Gastgeberlandes ein sehr hoher Druck lastet. Auch deswegen ist Rogan auch für Athleten-Anfragen über das Schwimmlager hinaus zuständig, also aus dem Kreis von insgesamt rund 480 Athleten. "Ich bin da, wenn jemand etwas braucht. Zum Beispiel gibt es Termine der gemeinsamen Meditation. Der Druck auf die Sportler ist enorm hoch. Man merkt, dass alle sehr nervös sind."

Das 1:7 gegen Deutschland schmerzt immer noch

Spätestens seit der Heim-Fußball-WM mit dem 1:7 im Semifinale gegen Deutschland stehen Brasiliens Olympia-Aktive unter dem Druck, bei den Spielen Erfolg bringen zu müssen. "Sie fühlen sich verpflichtet, für Brasilien zu gewinnen. Aber das stimmt so nicht", ließ Rogan in

seine psychologische Arbeit blicken. "In Wahrheit geht es darum, welchen Druck mache ich mir selber. Man muss da auch zwischen externem und internem Druck unterscheiden."

Wie der empfunden wird, hänge laut Rogan auch von den kulturellen Aspekten eines Landes ab. Im Endeffekt müsse den Athleten aber vor Augen geführt werden, dass sie sich den Druck nur selber machen.

"Diese Wahrnehmung oder Selbstwahrnehmung ist der schwierige Teil. Ich kann versuchen, eine Wahrnehmung zu schaffen. In meiner Arbeit geht es um eine Art Meditation, Stressreduktion." Der Erfolg seiner Arbeit könne aber nicht in Medaillen gemessen werden.

Bei den Spielen wird sich Rogan untermals viel im Athleten-Dorf aufhalten, um für die Aktiven greifbar zu sein. "Ich werde hauptsächlich dort sein, wo ich gebraucht werde", sagte der zweifache "Silberne" von Athen 2004. "Aber laut meinem Vertrag ist ganz klar, dass die, die Medaillen gewinnen können, sich ihrer Nervosität bewusst werden sollen."

Rogan ist zum fünften Mal bei Olympia dabei, erstmals nicht als Athlet. "Das ist aufregend", meinte der ehemalige rot-weiß-rote Sportstar. "Was ich von damals nicht vermisse, ist die permanente Müdigkeit." Nun bringe ihm die Einstellung mancher Sportler auch selbst weiter, bringe ihm neue Erkenntnisse. "In Wahrheit bin ich Psychologe geworden, weil ich irrsinnig neugierig bin. Zu sehen, wie andere Sportler sich darauf vorbereiten. Das ist so spannend."

DOSSIER

Olympia 2016 in Rio

["Erwarte das Unerwartete" im Segelrevier in Rio](#)

[Olympia-Auktion: Wer will Bolts Sprintschuh?](#)

[Schweizer Wawrinka sorgte für nächste Tennis-Absage](#)

[Sports Illustrated rechnet mit zwei Medaillen für Österreich](#)

ALLES ZUM THEMA

DAS KÖNNTE SIE AUCH INTERESSIEREN

ANZEIGE

Es geht in Rio nicht nur ums Geld

9700€ im Monat verdienen Deutscher Millionär zeigt Ihnen, wie Sie monatlich 9.700...

Segel-Sportdirektor Fundak im Interview - "Sind im Spiel"

Drei weitere ÖOC-Damen dürfen nach Rio