

Das klare Ziel vor Augen – und der Weg dorthin

In puncto Karriereleiter-Know-how gibt es beim Mentoring selbst für Olympiasiegerinnen und Medaillen-Gewinnerinnen viel zu lernen. Der DOSB stellte in seinem Programm „Mit dem gemischten Doppel an die Spitze!“ neun ehemaligen Spitzensportlerinnen ein Jahr lang eine erfahrene Mentorin oder einen erfahrenen Mentor an die Seite, um sie für ehrenamtliche oder hauptberufliche Führungsaufgaben im organisierten Sport zu gewinnen. In unserer Interview-Serie lassen wir die neun Mentoring-Teams zu Wort kommen. Diesmal: Christiane Knittel, zweimalige deutsche Meisterin im Ringen, und Ulrike Spitz, Pressesprecherin Deutscher Olympischer Sportbund

Wie war Ihr erstes Aufeinandertreffen?

CHRISTIANE KNITTEL: Gut! Wir waren gleich auf einer Wellenlänge und per Du – das hat dank einiger Gemeinsamkeiten sofort gepasst.

Was hat für die gemeinsame Wellenlänge gesorgt?

ULRIKE SPITZ: Ich war früher auch Leistungssportlerin und komme wie Christiane aus Südbaden – da war das Eis gebrochen. Schon beim ersten Treffen war klar: Das funktioniert mit uns. Wir kamen schnell ins Gespräch und haben genau so schnell festgestellt, dass wir uns etwas zu sagen haben.

Nämlich was?

SPITZ: Bei uns standen Christianes Ehrenamt, ihre berufliche Entwicklung sowie die Vereinbarkeit dieser beiden doch sehr aufwändigen Engagements mit ihrem Privatleben im Vordergrund. Darüber haben wir viel gesprochen und nach den besten Wegen gesucht.

Bekanntlich ist der Weg manchmal das Ziel – und eigentlich erkennt man den Weg beim Mentoring erst im Tun. Was bringt diese Freiheit?

SPITZ: Sie ist wichtig, weil jedes Mentoring sehr individuell ist und von der Persönlichkeit der beiden Beteiligten abhängt. Die Ziele müssen festgelegt sein, und das sind sie bei uns auch. Aber der Weg dorthin muss sich je nach Bedarf entwickeln können. Bei uns hat er sich auch in die Richtung Geben und Nehmen entwickelt – auch ich profitiere von unseren Gesprächen, weil sie mir einen anderen Blick auf den Sport und das Leben aus Sicht einer anderen Generation geben.

KNITTEL: Jede Mentee hat andere Grundvoraussetzungen und Ziele. Das Programm gibt mir die Freiheit, selber zu definieren, was ich erreichen möchte.

Sie haben ein Jahr lang Zeit dafür – wie füllt man diesen Rahmen?

SPITZ: Außer dem zeitlichen Rahmen sollte man das Ziel nie aus den Augen verlieren. Dabei sind persönliche Treffen aus meiner Sicht das Wichtigste. Wir haben uns regelmäßig getroffen und dabei hat sich die gemeinsame Arbeit einfach entwickelt. Dafür muss man sich aber ein bisschen Zeit nehmen. Auch wenn wir gleich wussten, dass das mit uns beiden passt, brauchte es eine gewisse Zeit, bis wir über den allgemeinen Austausch hinaus ganz konkret an einzelnen Punkten gearbeitet haben – bei Christiane war das die Umsetzung ihres Ehrenamtes im Präsidium des Deutschen Ringbundes und die Auseinandersetzung mit ihrer Entwicklung im Beruf.

Wie konkret konnte Ulrike Spitz Ihnen helfen?

KNITTEL: Ich habe in erster Linie wegen meines Ehrenamtes als Frauenreferentin im Ringerbund am Programm teilgenommen. Mich hat interessiert, wie ich mich dort einbringen kann. Von Ulrike habe ich ganz konkrete Tipps bekommen, wie ich in der Öffentlichkeit besser auftreten kann oder welche Marketingstrategie zur Außendarstellung des Frauenringens passt.

Als Wirtschafts- und Medieninformatikerin leiten Sie IT-Großprojekte in einem Medienkonzern – gab's dazu auch Tipps?

KNITTEL: Natürlich haben wir auch über meine berufliche Situation diskutiert – zum Beispiel über Gehaltsverhandlungen oder meinen Abteilungswechsel. Momentan hat Ulrike mich zu einem Vortrag über die Synergieeffekte zwischen Leistungssport und Management ermutigt.

Welche Synergieeffekte sehen Sie als ehemalige Spitzensportlerin?

KNITTEL: Grundsätzlich sind Leistungssportler strukturiert, haben ein klares Ziel vor Augen und verlieren das nicht aus dem Fokus. Bei Rückschlägen lassen sie sich nicht unterkriegen, nach einer Niederlage überlegen sie, was sie beim nächsten Mal besser machen können. Außerdem sind sie belastbarer, da sie die Doppelbelastung Sport und Schule schon als Kind gewohnt sind – nicht unerheblich, wenn man mehrere Projekte zeitgleich bearbeitet. Als Leistungssportler hat man einfach andere Qualitäten im Vergleich mit Nicht-Sportlern.

Inwieweit haben diese Qualitäten in Ihren Gesprächen eine Rolle gespielt?

SPITZ: Christiane hat den im Leistungssport gelernten Anspruch an sich selbst mit in den Alltag und ins Berufsleben genommen. Deshalb diskutieren wir auch, wie sie ihre Ansprüche erfüllen kann, sich aber dennoch nicht zu viel zumutet: Einen anspruchsvollen Job, dazu ihr hochrangiges Ehrenamt im Sport, in dem sie sich über das Übliche hinaus sehr stark für die Förderung des Frauenringens einsetzt. Ich habe sofort gesehen, dass Christiane sehr zielstrebig vorgeht und weiß, was sie will.

Hat Sie das als Mentorin nicht „arbeitslos“ gemacht?

SPITZ: Nein, zunächst ging es um Zuhören, Diskutieren der möglichen Probleme und Bestärken, wenn mir ihre Entscheidungen schlüssig erschienen. Ich habe sie bei Veranstaltungen in ihrem Ehrenamt begleitet und konnte sie in ihrem Element erleben. Das war der Schlüssel – dadurch konnte ich viel besser einschätzen, wo ich noch unterstützen kann.

Hatten Sie auch einen Schlüssel-Moment, Frau Knittel?

KNITTEL: Meine Mentorin hat sich beruflich sehr weiterentwickelt – das inspiriert mich. Man sollte nicht nur eine Fahrtrichtung einschlagen, sondern offen für Bewegung im Leben bleiben.

Das Interview führte Michaela Rose www.MEDIA2MOVE.de