

# FC Luzern: Die Versager mit versöhnlichem Abschluss

Sportpsychologe Dr. Marcolli kennt die psychische Belastung im Abstiegskampf aus eigener Erfahrung

Zum Abschluss der Hinrunde zog der FC Luzern noch eine Gala ab. 5:1 gegen den FC Basel, das erste Klassenspiel in dieser verkorksten Saison. Der Anschluss an die vorderen Plätze ist jetzt geschafft. Aber ganz elementar: Die Psyche ist gestärkt. «Der Sieg war mental wertvoll», analysiert Sportpsychologe Dr. Christian Marcolli. «Sicher wegen der Verkürzung des Rückstandes in der Tabelle. Aber wichtiger: der Glaube an Coach Rolf Fringer und das eigene Potenzial sind gestärkt.»



Ein seltenes Bild in der Hinrunde: Luzern-Stürmer Frimpong (Mitte) und seine Kollegen am Jubeln. Bild: Keystone

## Im Kopf muss es stimmen

Die Psyche der Spieler – in Luzern ein heikles Thema. Zu oft waren die Stars verkrampt und gehemmt. Gegen Basel platzte endlich mal der Knoten. Überwintert wird trotzdem auf dem letzten Platz. Ganz schlecht für den Kopf, weiss Marcolli: «Der Blick auf die Tabelle hat einen massiv mental negativen Einfluss auf die Stimmung der Spieler, was zu Verkämpfungen führt.»

Der Sportpsychologe spricht aus Erfahrung. 2007 arbeitete er mit Coach Jeff Saibene beim FC Thun. Ihr Auftrag: die Rettung. Ihre Bilanz: Nach Platz 9 im Winter landeten die Berner noch auf Platz 7. «Wir haben viel Wert auf effiziente Kommunikation und vertrauens-

bildende Massnahmen gelegt», erklärt Marcolli.

## Zu oft versagt

Auch in Luzern wird jetzt wieder miteinander geredet und gekämpft – und Selbstkritik geübt: «Wir haben in der Hinrunde oft versagt», gesteht Kee-

per Zibung. Vor der Saison war der Abstiegskampf kein Thema. Darauf müsse man sich nun mental einstellen. Marcolli: «Der Druck ist omnipräsent, jedes Match ein Schicksals-spiel.» Rolf Fringer wäre sicher froh, wenn alle Schicksals-spiele in einer 5:1-Gala enden. (toe)