

# Inhaltsverzeichnis

- 6 Einleitung
- 19 1. Der Fußballer als Mensch
  - 20 Über die Freude am Spiel
  - 24 Über Lebensführung und Ernährung
  - 34 Über den Einzelsportler mit Mannschaftsgeist
  - 36 Über Späher
  - 38 *Interview mit Torben Hoffmann*
- 43 2. Der Fußballer als Leistungssportler
  - 45 Über Ethik und Moral
  - 49 Über den Umgang mit Medien
  - 54 Über Outing oder kein Outing
  - 56 Über Public Relations bei den eigenen Fans
  - 58 Über das mentale Training
  - 59 Die Motivation
  - 61 Sich starkreden
  - 63 Mentales Training verhilft auch Ihnen zum Erfolg
  - 72 Mehr als nur für den Sport
  - 73 Der Tag, auf den es ankommt
  - 77 *Interview mit Bundestrainer Jogi Löw*
- 89 3. Der Fußballer als Profi
  - 91 Über den Vereinswechsel
  - 98 Über finanzielle Gebarungen
  - 104 *Interview mit Karlheinz Förster*

## **111 4. Der Fußballer nach seiner Karriere**

- 112 Hält Ruhm ewig?**
- 115 Die Suche nach Lebensaufgaben**
- 117 Manager oder doch lieber Experte im Fernsehen?**
- 121 *Interview mit Gilbert Gress***

## **127 5. Über die Beratung im Fußball**

- 128 Warum gibt es Beratung?**
- 134 Wie kommt ein Beratungsgespräch zustande?**
- 136 Was ist Beratung genau?**
- 143 Was soll Beratung bringen?**
- 146 Das Gespräch als wichtigster Schritt und als Bindeglied**

## **151 6. Ein Blick über den Fußball hinaus**

- 152 *Interview mit Ulrich Kuehnel***

## **162 Literaturverzeichnis**