

Vertrauen kann man trainieren

Buch Warum man Verantwortung abgeben sollte. Die blinde Athletin Verena Bentele beschreibt es

VON TILL HOFMANN

München Links mit rechts verwechseln – das ist jedem schon mal passiert. Das Gelächter der Anderen ist einem sicher. So eine Schusseligkeit! Lachen kann Verena Bentele am 10. Januar 2009 nicht darüber. Es ist der wohl dramatischste Tag im Leben der blinden Spitzenathletin, die vor wenigen Wochen das Amt der Behindertenbeauftragten der Bundesregierung übernommen hat.

Sie will sich vor gut fünf Jahren auf den unmittelbar bevorstehenden Wettkampf in Nesselwang vorbereiten. Mit ihrem Begleitläufer läuft sie sich ein und hört nach einer leichten Kurve, wie sie angewiesen wird, nach links in die Spur zu gehen. Eine verhängnisvolle Verwechslung, denn da kommt keine Spur. Sie schießt die Abfahrt hinunter, über die Strecke hinaus und stürzt in ein Bachbett. Die Diagnose: Quetschung und Kapselriss am linken Daumen, ein angebrochener rechter Ringfinger, ein Riss am hinteren Kreuzband des rechten Knies, ein Hämatom an der Leber und eine kaputte Niere – verursacht durch eine beschädigte Arterie, die das Organ nicht mehr mit Blut versorgt hat.



Verena Bentele

Für viele wäre das das Ende der sportlichen Karriere gewesen. Nicht für Verena Bentele, die in sechs Tagen ihren 32. Geburtstag feiert. Klar, hadert sie nach dem schweren Unfall mit ihrem Schicksal, ist niedergeschlagen und deprimiert. Aber sie kommt aus diesem Tal heraus, lässt andere Menschen an sich heran, die sie wieder aufbauen. Dadurch wachsen Motivation und Selbstbewusstsein. 2010 holt sie bei den Paralympics im kanadischen Vancouver fünf Goldmedaillen.

Bei Bentele ist es der Sport, der immer ein wichtiger Begleiter in ihrem Leben sein wird. Ihre Erfahrungen und Erlebnisse hat sie jetzt in einem Buch festgehalten, das am Montag erscheinen wird. „Aber nur eine Autobiografie zu schreiben, das wollte ich nicht.“ So sei es „eine Art Coachingbuch mit biografischen

Geschichten“ geworden, erzählt die blonde Frau in einem Café in München. Die wichtigste Erfahrung, die Bentele gemacht hat und die Botschaft, die sie auf den 224 Seiten vermittelt: Nichts geht über Vertrauen. Vertrauen sei der Schlüssel für die eigene Weiterentwicklung, „nicht nur im Sport, sondern auch in der Arbeit und im Privatleben“.

Aber ist das nicht eine reichlich naive Haltung in einer Welt, in der die ausgefahrenen Ellenbogen der beliebteste Körperteil sind, den Mitmenschen einsetzen? Bleibt der Sportlerin wegen ihres Handicaps nichts anderes übrig als „blindes Vertrauen“? Bentele entgegnet: „Man muss bereit sein, sich aufeinander zu verlassen. Auch Vertrauen muss trainiert werden. Ich habe damit sehr positive Erfahrungen gemacht.“

So sei es ihr gelungen, Hindernisse zu überwinden. „Und das ist aus der Welt des Sports auf andere Bereiche übertragbar – auf die Politik, auf Unternehmenskulturen“, sagt sie. Dort dauere es oft länger, weil die Strukturen komplexer seien. „Aber es funktioniert.“ Benteles Rezept lautet: „Man muss Menschen für Ziele begeistern und ihnen Verantwortung übertragen.“ Das schließe Enttäuschungen und Rückschläge ein. Aber von ihrem Weg bringt es die blinde Frau nicht ab. „Bin ich zu positiv?“, fragt sie während des Gesprächs und lacht.

Was wäre die Alternative? Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser? Von einer „fruchtbaren Kontrolle“, wie es Bentele nennt, hält sie viel. Denn die verleihe Sicherheit und Orientierung. Wenn Kontrolle aber ein Ausdruck des Misstrauens sei, habe das etwas Beschränkendes. „Es bedeutet ungeheuren Energieaufwand, macht unselbstständig und unfrei.“ Bentele rät, sich auf die Reise nach dem Vertrauen zu machen. „In Wirtschaft und Politik steckt noch viel Potenzial, das es zu entdecken und erwecken gilt.“ Wie? „Man muss sich trauen, zu vertrauen“, sagt Verena Bentele.

i Buch Verena Bentele: Kontrolle ist gut, Vertrauen ist besser. Kailash-Verlag, 224 Seiten, 18,99 Euro, ISBN 978-3-424-63092-3. Auch als E-Book und Hörbuch erhältlich.