

Keine Angst vor ehrlichen Worten

Huskies-Torhüter Kuhn hat Trauer-Therapie geholfen

VON MICHAELA STREUFF

Kassel – Eigentlich ist Instagram eine Plattform in den Sozialen Netzwerken, die von Bildern lebt. Selten sind dort längere Beiträge zu finden. Umso mehr ist in dieser Woche ein Posting mit einem längeren Text ins Auge gefallen. Verfasst hat es Jerry Kuhn, der neue Torhüter des Eishockey-Zweitligisten Kassel Huskies. Auffällig ist der Beitrag auch, weil er ein schwieriges Thema anschnitten: die mentale Gesundheit bei Profisportlern.

„Offiziell soll es kein Tabuthema mehr sein, darüber zu sprechen. Aus der Praxis aber weiß ich, dass die Angst bei Betroffenen groß ist, dass man ihnen das schlecht auslegen könnte“, erklärt der Kölner Sportpsychologe Gernot Emberger. Er hat vier Jahre lang mit den Bundesliga-Handballern der MT Melsungen gearbeitet.

Kuhn (32) wendet sich in seinem Beitrag an die Wolfsburger. Beim DEL-Team hatte er die vergangenen anderthalb Jahre verbracht, bevor er kurz vor Ende der Transferfrist in der vergangenen Woche nach Kassel kam. „Die Eishockey-Welt ist klein. Ich wollte begründen, warum ich mich für diesen Schritt entschieden habe, dass ich nicht einfach weggelaufen bin“, erklärt Kuhn.

Im Sommer stellten der überraschende Tod seines jüngeren Bruders und des Fa-



Hat auf seinen Beitrag viele positive Reaktionen bekommen: Huskies-Torhüter Jerry Kuhn.

FOTO: DIETER SCHACHTSCHNEIDER

milienhundes seine Welt auf den Kopf. Dazu lief es sportlich nicht rund. „Ich habe schließlich mit einer Trauer-Therapie begonnen“, schreibt er. Sie habe geholfen, aber er habe noch mehr gebraucht. Einen Tapetenwechsel. Da kam das Interesse aus Kassel gerade recht.

„Zum ersten Mal seit acht Monaten habe ich wieder Spaß an dem Spiel, das ich liebe. Schon das erste Training war richtig gut. Mir ist

eine Last von den Schultern gefallen, ebenso dadurch, mich erklärt zu haben“, sagt er. „Kassel tut mir richtig gut.“ Der Deutsch-Amerikaner hat das Tal der Trauer hinter sich gelassen, ist wieder fit.

Sein Fall zeigt, dass mentale Gesundheit viele Facetten umfasst. „Ich war zu keinem Zeitpunkt depressiv. Ich habe eine tolle Familie, die mich immer auffängt“, erklärt Kuhn. Fachmann Emberger

erläutert: „Trauer ist nicht auf derselben Stufe anzusiedeln wie Depression. Das steht auf einer anderen Ebene.“

Das zeigte beispielsweise im Sommer Jahres der Fall Ben Meisner. Der Torhüter, der beim Zweitligisten Bad Tölz eine sportliche Heimat gefunden hat, sprach in Interviews in schonungsloser Offenheit darüber, wie es war, an Depressionen erkrankt zu sein. Erst ein Psychologe ha-

be ihm das Leben gerettet. Heute kann er wieder sportliche Bestleistungen abrufen. Denn mental gesund zu sein, sei für einen Leistungssportler wichtig, erklärt Emberger. „Er braucht ein kräftiges Paket. Körperlich wie geistig.“

Kuhn hat viel Zuspruch erhalten. Aus Mannheim und Ingolstadt meldeten sie sich zu Wort, ebenso Kumpel Cody Lampl und Nationalspieler Björn Krupp. Alle zollen Respekt. „Ich bin überrascht von all den Reaktionen“, sagt Kuhn. „Mentale Gesundheit ist immer noch ein Stigma, über das Spitzensportler ungern sprechen, aus Angst den Job zu verlieren.“

Sport sei ein Brennglas für das, was in der Gesellschaft stattfindet, ergänzt Emberger. Mentale Erkrankungen, egal welcher Form, vergeht er mit einem „Muskel-faserriss in der Seele.“

Auch ein normaler Muskel-faserriss verheilt selten ohne medizinische Hilfe. Kuhns Appell: „Ich verstehe jetzt, wie wichtig mentale Gesundheit ist. Und dass wir mehr darüber reden sollten. Wenn du selbst damit kämpfst, habe keine Angst und suche dir Hilfe.“



Gernot Emberger
Sportpsychologe

EISHOCKEY

DEL: Mannheim - Bremerhaven 6:5, Ingolstadt - Schwenningen 4:1, Krefeld - München 3:2 n.V., Köln - Nürnberg 6:3, Straubing - Berlin 7:3, Wolfsburg - Augsburg 2:1, Iserlohn - Düsseldorf 4:2.

	DEL	Punkte	Spiele
1. Mannheim	48	181:109	109
2. München	48	167:106	103
3. Düsseldorf	48	145:125	82
4. Köln	48	135:127	82
5. Ingolstadt	48	146:141	80
6. Augsburg	48	138:126	79
7. Straubing	48	145:136	75
8. Bremerhaven	48	156:152	72
9. Berlin	48	131:156	62
10. Nürnberg	48	148:155	60
11. Krefeld	48	132:159	56
12. Iserlohn	48	150:173	52
13. Wolfsburg	48	118:173	51
14. Schwenningen	48	102:156	45

Adler Mannheim knacken alten Punktrekord

Kassel/Mannheim – Bestmarken fallen im Eishockey nicht alle Tage. Eine aus der Zeit, als die Kassel Huskies noch eine feste Größe in der Deutschen Eishockey-Liga waren, ist am Dienstagabend überholt worden. Und zwar von den Adlern Mannheim. Die Kurpfälzer um Ex-Husky Phil Hungerecker gewannen gegen die Pinguins Bremerhaven 6:5 (2:2, 2:2, 2:1) und führen die Tabelle vier Spieltage vor dem Ende der Hauptrunde mit 109 Zählern an.

109 Punkte hatten in der Saison 2002/2003 auch die Eisbären Berlin auf dem Konto – allerdings erst nach 52 Spieltagen. Zwölf Punkte können die Adler noch holen bei noch ausstehenden vier Partien. Ein alleiniger DEL-Rekord ist also in Reichweite. Der Klub hat aber auch etwas fürs eigene Gesichtsbuch getan. Bisher lag die Bestmarke nach Ende der Hauptrunde bei 107 – erreicht 2006/2007 sowie 2014/2015. mis

IN KÜRZE

Letzter Saisonstart für Finale in Berlin

Bowling – Auf in den abschließenden Akt: Bundesligist Finale Kassel bestreitet am Samstag in Berlin den letzten Saisonstart. Nach einer durchwachsenen Serie bleibt dem sechsfachen Deutschen Klubmeister aller Voraussicht nach nur ein Platz im gesicherten Mittelfeld. Der Rückstand auf Platz drei, den Erzrivale Chemie Premnitz belegt, beträgt bereits elf Punkte. sn

Baunataler Zweite holt Bezirkspokal

Sportkegeln – Klubkollegen besiegt: Das Finale im Bezirkspokal hat der KSV Baunatal II im vereinsinternen Duell mit seiner dritten Mannschaft 3106:2890 Holz gewonnen. Die besten Leistungen zeigten Frank Leischner mit 847 Holz (KSV II) und bei KSV III Andrea Speck mit 796 Holz. red

Nordshausen will Vorsprung ausbauen

Radball – Der SV Nordshausen II mit Christian Gallinger und Mike Mergel will beim Heimspieltag am Samstag (ab 14 Uhr, Sporthalle Auf der Dönche) die Tabellenführung in der Verbandsliga ausbauen. Ärgster Verfolger sind die Vereinskameraden von Nordshausen III (Luca Grellert/Steven Marant). Die Gegner der Gastgeber sind Tuspo Mengeringhausen, RSV Krofdorf sowie die beiden Teams vom RSV Hedderheim. red

Nur Spielertrainer Fooken fällt aus

VOLLEYBALL Regionalligist Kassel-Wehlheiden empfängt Langen

VON SARAH ACKERMANN

Kassel – Volles Programm für die heimischen Volleyball-Teams. Die Regionalliga-Herren der VSG Kassel-Wehlheiden haben nur einen Ausfall zu beklagen: Spielertrainer Dierk Fooken.

■ Regionalliga

VSG Kassel-Wehlheiden - SSC Langen (Samstag, 19 Uhr, Kassel/Aueparkhalle). Der Vorletzte trifft auf den Tabellenfünften. Das Hinspiel: ein Krimi über fünf Sätze mit besserem Ende für Langen. Die Voraussetzungen für die VSG stehen für diese Partie gut. Fooken kann auf alle Spieler

zurückgreifen. Eine Konstellation, die es diese Saison noch nicht oft gab. Einziger Wermutstropfen für die Kasseler: Fooken mit seinem Team spielerisch nicht zur Verfügung stehen: „Vermutlich falle ich für die restliche Saison als Libero aus und kann meine Mannschaft nur als Trainer unterstützen.“ Grund dafür ist eine Finger-Verletzung. Außenangreifer Patte Weigel übernimmt die frei gewordene Position des Defensivspielers.

■ Oberliga

FSV Bergshausen - TSV Auerbach (Samstag, 19 Uhr, Bergshausen/Sporthalle vor der

Söhre). „Das schreit nach Revanche“, sagt FSV-Kapitänin Christine Selle. In der Hinrunde erlitten sie und ihr Team die erste Niederlage der Saison. „Beim 1:3 haben wir kein gutes Spiel gezeigt, das wollen wir wiedergutmachen“, sagt sich die Außenangreiferin. „Vor allem der große Block der Auerbacherinnen machte uns damals zu schaffen.“ Trainer Thomas Willisch ist optimistisch: „Meine Damen sind fit und freuen sich auf die Revanche. Das Spiel steht und fällt mit unseren Aufschlägen.“

TV Jahn Kassel - VfL Marburg (Samstag, 15:30 Uhr, Kassel/

Aueparkhalle). „Wir müssen jetzt kämpfen, und wir müssen gewinnen“, sagt TV Jahns Zuspielderin Christiane Heer. Die Situation für sie und ihr Team wird immer ernster. Der Druck um den Erhalt der Klasse ist spürbar. „Wir haben unser letztes Spiel reflektiert und ziehen Konsequenzen: Es wird Änderungen geben“, sagt Heer.

Im Hinspiel unterlagen sie Marburg 0:3. Eine weitere Niederlage würde den Abstand zum Tabellenachten auf über zehn Punkte vergrößern. „Wir arbeiten an unserer Einstellung. Wir geben uns nicht geschlagen“, sagt Jahn-Coach Uwe Hoffmann.

Handballer aus Niederrhein

Die Handballjugend der TSG Niederrhein wurde 1964 Kreismeister mit (h. v. l.) Trainer Karl Becker, Volker Stukenbrock, Jürgen Schröder, Jochen Schneggenburger, Hans Kotzfeld, Karl Heinz Schäfer, Jürgen Hoffmann, Gerhard Ziegler, Heribert Reeb, (vorn) Georg Dittmar, Gerhard Sauer, Gerd Rutshinski, Klaus Dieter Reum, Helmut Müller. Wer ebenfalls historischen Bilder hat, kann sie an fri@hna.de oder HNA-Online, Historische Sportfotos, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel, schicken. http://regiowiki.hna.de/Portal:_Historische_Sportfotos



VOLLEYBALL

Landesliga: Zwei Einsätze in Gießen

■ **Damen: Gießener SV - FSV Bergshausen II (Samstag, 16 Uhr, Gießen/Herderhalle).**

„Nach der kargen Punkteausbeute zuletzt wollen wir in Gießen das Maximum raus holen“, sagt FSV-Sprecherin Mareike Kaufhold. Dass dieses Vorhaben kein Kinderspiel sein wird, ist den Bergshäuserinnen bewusst: Im Hinspiel fanden sie erst im zweiten Satz richtig ins Spiel und schlugen Gießen 3:1.

■ **Damen: Gießener SV - TG Wehlheiden (Samstag, 15 Uhr, Gießen/Herderhalle).** Ein unbekannter Neuzugang bei der TGW: Die Außenangreiferin der ehemaligen ersten TGW-Damenmannschaft, Pia Richter, unterstützt die Wehlheiderinnen ab sofort im Angriff. „Wir sind sehr froh, Pia bei uns zu haben“, sagt Zuspielderin Christel Schreiner.

■ **Herren: VfL Marburg - FSV Bergshausen (Samstag, 16 Uhr, Marburg/Kaufmännische Schulen).** Die FSV will mit dem Tabellennachbarn Marburg abrechnen. Die Gründe: zum einen die 0:3-Niederlage im Hinspiel und zum anderen die Chance auf den fünften Tabellenplatz. Auf Kapitän Christopher Schulz und Libero Dennis Wenzl müssen die Bergshäuser dabei verzichten. Allerdings wird der im Hinspiel verhinderte Diagonalangreifer Steffen Kaiser einsatzbereit sein. zsa