

Modelling Oliver Kahn



NLP-Masterarbeit von Antonio Schreiber, Juli 2009



Der Gorilla



Der Beisser



Der Nasen-Bohrer



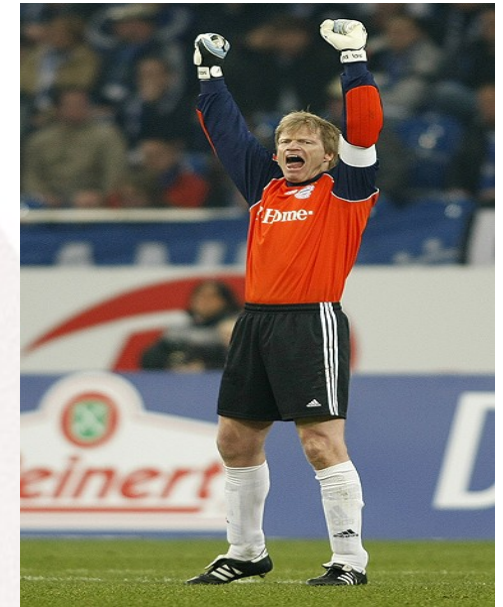
Der Blut-Kahn



Der Vul-Kahn



Der Panther



Der Titan

gr. titaino = sich recken



**Der
Kahn-
Sinn**

**Der
Würger**



**Der
Kung-
Fu-
Kahn**



1. Zur Person von Oliver Kahn: Familie

- *geb. 15.06. 1969 in Karlsruhe als 2. Sohn von*
- *Vater: Ralf, geb. 09.12.1943 im lettischen Libau; 1963-1965 KSC Fußballprofi; 1965-1969 Regionalliga Südwest, ab 1969 Trainer im Amateurbereich; Herausgeber des Karlsruher Sport- und Freizeitmagazins; begleitete vom ersten Tag an die Fußballkarriere seines Sohnes Oliver*
- *Mutter: Monika, geb. 1948; arbeitet auf der Pflegestation eines großen Karlsruher Senioren-Wohnstifts*
- *Bruder: Axel, geb. 10.12.1965 in Karlsruhe; 2. Liga-Fußballprofi beim KSC 1986/87 ; aktuell Redakteur im Karlsruher Stadtmagazin (erscheint im Verlag seines Vaters); schreibt eine regelmäßige Fußball-Kolumne im Karlsruher Magazin Sportmix*

1. Zur Person von Oliver Kahn: Familie

- *Ehefrau: am 10.07.99 heiratet Oliver Kahn seine Jugendliebe Simone Belz (geb. 1975), die er mit 15 Jahren kennenlernte; verlässt sie 02/2003 noch während der Schwangerschaft des 2. Kindes wegen des 21 jährigen Bar-Mädchens Verena Kerth; Scheidungsabsicht von Simone in 07/2004. Im Juli 2008 kehrt Oliver zu Simone zurück.*
- *Kinder: Katharina-Maria, geb. 12/1999; David, geb. 07.03.2003*

1. Zur Person von Oliver Kahn: Karriere

- *Erster Kontakt mit Fußball als er mit 1 Jahr laufen konnte*
- *Mit 6 Jahren Laufbahnbeginn als Feldspieler beim KSC*
- *Spielt als Torhüter bei der KSC-Jugend und danach in der KSC Amateurm Mannschaft*
- *1988 Abitur am Helmholtzgymnasium in Karlsruhe; Studienbeginn Betriebswirtschaftslehre an der Fernuniversität Hagen (wird nicht beendet)*
- *Saison 1987/88 erstmals bei den Profis auf der Ersatzbank*
- *27.11.1987 Bundesligadebüt; ab 11/1990 Stammtorhüter in der KSC Bundesligamannschaft; macht sich wegen seiner Reaktionsfähigkeit einen Namen*

1. Zur Person von Oliver Kahn: Karriere

- *Herbst 1993 erste Berufung in Deutsche Nationalmannschaft, 3. Torwart bei der WM 1994, ohne zum Einsatz zu kommen*
- *1994 Wechsel für 2,3 Mio Euro Ablöse zum FC Bayern München*
- *Erfolgsbilanz beim FC Bayern: 8 x Deutscher Meister, 6 x DFB-Pokalsieger, 6 x DFB-Ligapokal-Sieger, UEFA-Cup-Sieger 1996, Champions-League-Sieger 2001, Weltpokalsieger 2001*
- *23.06.1995 Debüt im DFB-Team; 1996 als Reservetorwart Europameister; WM 1998 zweiter Torwart, danach bis April 2006 Stammtorwart; ab Januar 2002 bis August 2004 Kapitän der Deutschen Nationalmannschaft; Vizeweltmeister 2002; WM-Dritter 2006 als 1. Ersatztorwart*

1. Zur Person von Oliver Kahn: Auszeichnungen

- *Bester Spieler der WM 2002 (als erster Torhüter überhaupt)*
- *Bester Torhüter der Welt: 1999, 2001, 2002*
- *Bester Torhüter Europas: 1999, 2000, 2001, 2002*
- *Zweiter bei der Wahl des Weltfußballers 2002*
- *Deutschlands Fußballer des Jahres 2000, 2001*
- *Bester Bundesliga-Torhüter: 1994, 1997, 1998, 1999, 2001*
- *Man of the Match im Champions-League-Finale 2001*
- *UEFA-Fairnesspreis 2001*
- *2004 Aufnahme in die FIFA 100 (Liste der besten 125 noch lebenden Fußballer)*

1. Zur Person von Oliver Kahn: Auszeichnungen

- *Bambi 2001, 2006*
- *Bayerischer Sportpreis 2002*
- *Goldener Ehrenring der Landeshauptstadt München 2003*
- *Silbernes Lorbeerblatt mit der Deutschen Nationalmannschaft 2002, 2006*
- *Goldene Kamera 2006*
- *Goldener Prometheus des Fachmagazins „V.i.S.d.P.“ 2007*
- *Goldenes Band des Verbandes Deutscher Sportjournalisten 2007*

1. Zur Person von Oliver Kahn: Karriere-Ende + Neu-Anfang

- *08.07.2006 im Anschluss um das Spiel um Platz 3 bei der WM Rücktritt aus der Nationalmannschaft nach 86 Länderspielen davon 49 als Spielführer*
- *17.05.2008 Beendigung der aktiven Karriere im letzten Spiel der Bundesliga der Saison 2007/08; 02.09.2008 Abschiedsspiel zwischen FC Bayern und der Deutschen Nationalmannschaft, zuvor wird Kahn zum Ehrenspielführer des FC Bayern ernannt*
- *Seit 09/2008 Tätigkeit als Fußballexperte beim ZDF an der Seite von Johannes B. Kerner*
- *Seit 03/2009 Botschafter der Sepp-Herberger-Stiftung*

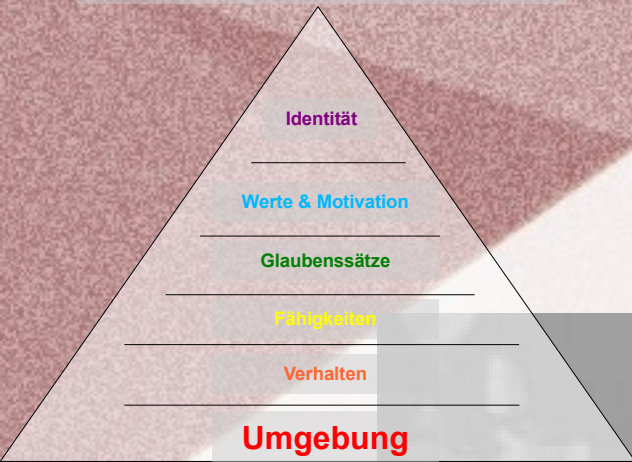
1. Zur Person von Oliver Kahn: Karriere-Ende + Neu-Anfang

- *Frühjahr 2009 lehnt Kahn ein Angebot als Schalke-Manager tätig zu werden ab*
- *Seit Januar 2009 „Ich schaffs-Tour“ in bayrischen Schulen für Jugendliche von 11 bis 16 Jahren*
- *Seit Januar 2009 Internetpräsenz in China mit dem Slogan „I never give up“*
- *Seit April 2009 Jurymitglied in einer eigenen Unterhaltungsshow des chinesischen Staats-Fernsehens „China sucht den Super-Torwart“ (geplante Erstausstrahlung 18.06.09 kurzfristig abgesetzt)*

2. Vertikale Strategie: Logische Ebenen

Zugehörigkeit, Sinn, Spiritualität

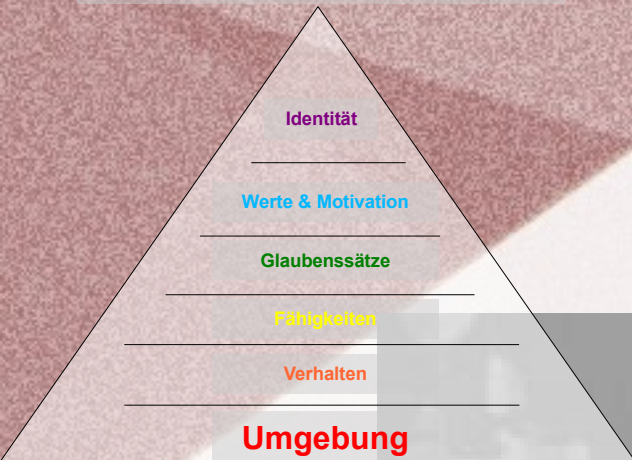




2.1 Umgebung: Unter welchen Bedingungen lebt(e) + arbeitet(e) Oliver Kahn als Torwart?

1. Torwart in 867 Pflichtspielen davon 557 Bundesligaspielen für den FC Bayern

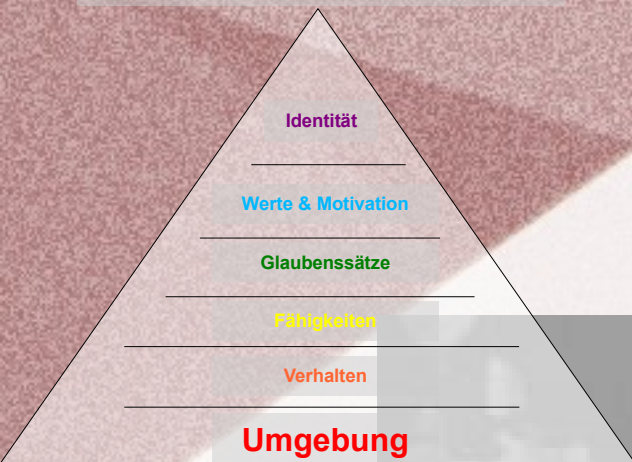
- *erster Rekord: 1999 überbietet Kahn den 10 Jahre alten Bundesligarekord 641 Min ohne Gegentor von Oliver Reck mit der Marke von 722 Min (von Kahn verbessert auf 803 Min in 2001/2002; abgelöst von Timo Hildebrand mit 884 Min über die Spielzeiten 2002/03 – 2003/04; Europarekord: 1.390 Min, Dany Verlinden, Belgien, 1990; Weltrekord: 1.816 Min, Mazaropi, Brasilien, 1977/78)*
- *letzter Rekord: nur 21 Gegentore in der Saison 2007/08*



2.1 Umgebung: Unter welchen Bedingungen lebt(e) + arbeitet(e) Oliver Kahn als Torwart?

Atypisches Spiel – typischer Kahn:

Sechzigtausend Zuschauer rasen. Ohrenbetäubender Lärm dröhnt von den Rängen auf mich herunter. Sie schütten Hohn und Spott über mich. Ich spüre das „Schütten“ fast körperlich. Wir haben noch kein Tor geschossen. Aber ich habe vier (!) Tore kassiert. Und es ist noch die endlose Ewigkeit von ein paar Minuten zu spielen. Der Gegner führt uns vor. Er zerlegt uns in unsere Einzelteile. Und trampelt noch darauf herum. Die Menge tobt. Jetzt duscht es Hohngesänge, alle extra für mich, alle extra böse, extra persönlich und extra verletzend. Irgendwas kommt geflogen, von den Zuschauertribünen, und trifft mich am Rücken. Der Gegner, längst zum Feind geworden, kommt noch einmal vor mein Tor und trifft zum fünften Mal. Das Stadion explodiert. Eine fatale, niederschmetternde Niederlage. Fünfunnull! Eine Demütigung, Demontage. Ich drehe mich um und hole den Ball aus dem Netz. Ich sehe die vor Schadenfreude rotprallen Gesichter der grölenden Menge, jedes Gesicht einzeln. Es hat mich voll erwischt. Aber niemals zeige ich in solchen Momenten, wie es wirklich in mir aussieht. Nicht während des Spiels, nicht solange es läuft. Normalerweise, jedenfalls.



2.1 Umgebung: Unter welchen Bedingungen lebt(e) + arbeitet(e) Oliver Kahn als Torwart?

2. Torwarttraining

So etwa sah mein Trainingsprogramm bereits in meiner Anfangszeit aus, als ich noch nicht (einmal) die Nummer eins war beim Karlsruher SC:

Montag: 10.00 Training mit den Profis 15.00 Training mit den Profis 18.00 Krafraum

Dienstag: 10.00 Training mit den Profis 18.00 Krafraum

Mittwoch: 10.00 Training mit den Profis 15.00 Training mit den Profis 18.30 Training mit den Amateuren

Donnerstag: 10.00 Training mit den Profis 18.00 Krafraum

Freitag: 15.00 Abschlusstraining mit den Profis 18.30 Abschlusstraining mit den Amateuren 20.00 Trainingslager mit den Profis vor dem Spiel

Samstag: 15.30 Spiel mit den Profis (auf der Bank)

Sonntag: 15.00 Spiel mit den Amateuren

... und am Montag alles wieder von vorne.

Mit dem Erfolg stiegen die Anforderungen, dazu kamen jetzt auch Reisen zu den Auswärtsspielorten. Dann der Wechsel zum FC Bayern. Dafür legte ich noch etwas Training drauf, es sollte ja aufwärtsgehen. Dann internationale Spiele mit dem Verein, schließlich noch die Länderspiele, das Ganze verschärfte sich noch einmal, ich leg noch einmal eine Schippe drauf.



2.1 Umgebung: Unter welchen Bedingungen lebt(e) + arbeitet(e) Oliver Kahn als Torwart?

3. Lebensführung

Um meine Konzentrationsfähigkeit zu erhalten, brauche ich körperliche Fitness, versuche ich mich gesund zu ernähren, trinke möglichst wenig Alkohol, habe ein rigores Ruhe- und Schlafverhalten.

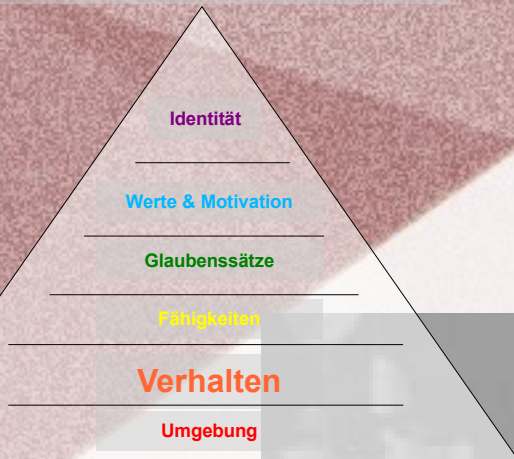
4. Im ständigen Fokus der Medien

Ich bin ja gewiss nicht aus Zucker. Aber keiner soll glauben, dass es einen völlig unberührt lässt, wenn man über Jahre hinweg zum Affen, Gorilla, zum bananenfressenden Monster, ja, zum Verrückten gemacht wird, der nicht auf ein Spielfeld gehört.

5. Im ständigen Umgang mit den Medien

Wenn der „öffentliche Mensch“ sich „draußen“ bewegt, sollte er sich immer schon mal Gedanken gemacht haben, was er tun könnte, falls jemand, was von ihm wissen will. Das heißt allerdings nicht, dass er sich in und von der Öffentlichkeit alles gefallen lassen müsste. Signalisiert er klar, dass er in Ruhe gelassen werden möchte, hat er auch ein Recht darauf, in Ruhe gelassen zu werden.

2.2 Verhalten: Was tat Oliver Kahn als Torwart?



1. Vor dem Spiel: Die Kunst der Routine

- *Betreten der Kabine*
- *Anziehen der Warmmachkleidung*
- *Gymnastik in der Kabine (immer dasselbe Programm, exakt 15 Minuten)*
- *Sportschuhe anziehen*
- *Betreten des Platzes (immer exakt 40 Minuten vor Spielbeginn)*
- *Warmmachen (immer dasselbe Programm, exakt 25 Minuten)*
- *Zurück in die Kabine (exakt 15 Minuten vor Spielbeginn)*
- *Anziehen der Spielkleidung*
- *Verlassen der Kabine zum Spielbeginn*

Diese Routine half mir dabei, meine Nervosität in den Griff zu bekommen, und sie war für mich der Schlüssel dazu, das, was ich konnte auch umzusetzen. Die Routine hat die Wahrscheinlichkeit erhöht, dass ich das, was haltbar war, auch wirklich halten würde.

Identität

Werte & Motivation

Glaubenssätze

Fähigkeiten

Verhalten

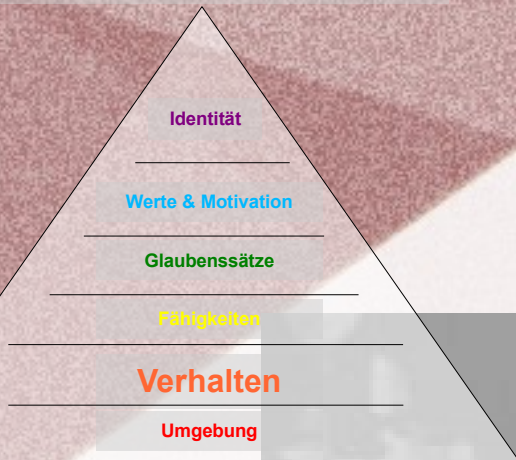
Umgebung

2.2 Verhalten: Was tat Oliver Kahn als Torwart?

2. Im Spiel: Die Kunst der Konzentration

Als Torhüter entwickelte ich eine Methode, mit der ich nach und nach mein Konzentrationsvermögen steigern konnte. Ich begann während des Spiels meine Augen ununterbrochen auf den Ball zu richten – ohne den Blick auch nur eine Sekunde von ihm abzuwenden. In jedem Augenblick des Spiels, selbst bei einem Eckball für meine Mannschaft, also der Spielsituation, in der der Ball am weitesten von meinem Tor entfernt ist, ließ ich meine Augen keine Sekunde irgendwo anders hin abdriften ... Es fiel mir zunehmend leichter, zu jeder Sekunde im Spielgeschehen „am Ball“ zu sein. Während einer Champions-League-Begegnung oder eines WM-Spiels konnte es so schon vorkommen, dass ich kaum etwas von der Atmosphäre im Stadion mitbekam.

2.2 Verhalten: Was tat Oliver Kahn als Torwart?



3. Beim Elfmeterschießen: Die Kunst im JETZT zu sein

Ich ziehe mich zurück in meinen Tunnel der reinen Konzentration. Mein Tunnel ist ein ruhiger, leerer Raum. Es gibt nur ein "drinnen". Drinnen bin nur ich – und der Schütze mit dem Ball. Meine Gedanken beschäftigen sich ausschließlich mit dem Ablauf des Elfmeterschießens. Zuerst ein Abchecken der technischen und taktischen Gegebenheiten. Wer schießt? Was weiß ich von ihm? Was ist seine Schusstechnik? Was sind seine Vorlieben? Was seine Schwächen? Wie ist er heute drauf? Wie hat er heute gespielt? Wie bewegt er sich heute? Zeigt er etwas von dem, was er gerade denkt? Wohin hat der Schütze vor ihm gezielt? Dann mache ich zu und schotte mich ab, aber gleichzeitig mache ich auf und registriere alles, was ich für den einen Punkt brauche, für das JETZT, für meine Reaktion, für das Aktivieren der reinen Leistung. Es ist ein ganz und gar intuitiver und gleichzeitig automatischer Prozess. Würde die Welt in diesem Moment untergehen, ich würde es nicht mitbekommen. Aber würde dem Spieler eine Wimper ausfallen, würde ich es merken.

Identität

Werte & Motivation

Glaubenssätze

Fähigkeiten

Verhalten

Umgebung

2.2 Verhalten: Was tat Oliver Kahn als Torwart?

4. Immer: Die Kunst der Körpersprache

Meine Körpersprache im Wettkampf war grundsätzlich geprägt von positiver Aggressivität. Ich setzte meine Körpersprache sehr oft dazu ein, meiner Mannschaft, die „totale Präsenz“ zu vermitteln, und dem Gegner möglichst großen Respekt einzuflößen, gerne auch Angst. Mir war aber auch klar, dass eine Mannschaft in gewissen Phasen eines Wettkampfes im Torhüter einen ruhenden Pol benötigte.

Identität

Werte & Motivation

Glaubenssätze

Fähigkeiten

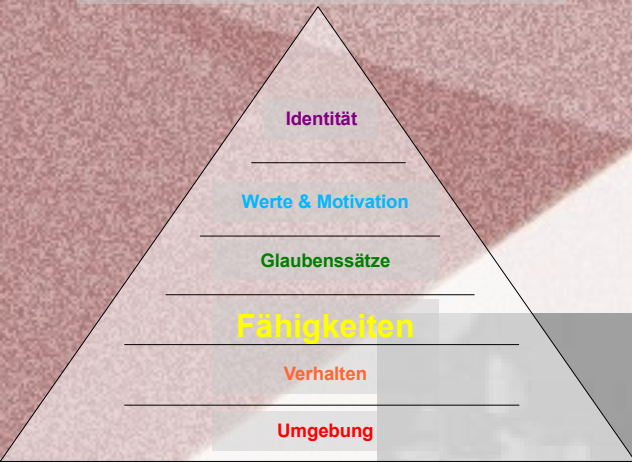
Verhalten

Umgebung

2.3 Fähigkeiten: Welches Knowhow hat Oliver Kahn?

Obwohl ich sicher gewisse Anlagen mitgebracht habe, habe ich den Erfolg vor allem „lernen“ müssen. Das heißt, wichtiger als Talent war es, Schwächen zu haben. Und wichtiger, als Fehler zu vermeiden, war es, welche zu machen. Um zu lernen, um besser zu werden, um Stärken zu entwickeln und die Schwächen abzubauen. Und um daran zu wachsen.

Es geht darum, die Fähigkeiten, die man braucht, um das große Ziel zu erreichen, nach und nach aufzubauen. Man muss sie nicht von Anfang an haben, es reicht die Bereitschaft dazu, sie zu lernen und sie kontinuierlich auszubauen.



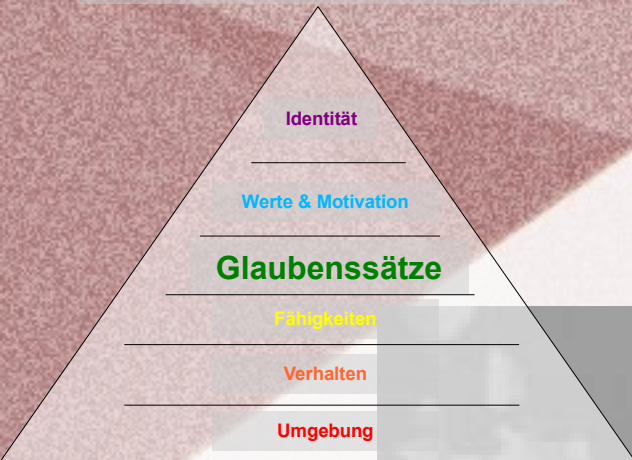
2.3 Fähigkeiten: Welches Knowhow hat Oliver Kahn?

Meine gelernten Fähigkeiten sind: die fokussierte Konzentration, die perfekte Vorbereitung, die Bereitschaft zum Experimentieren, das richtige Denken, das bewusste Einsetzen von Körpersprache. Eigenschaften wie Disziplin, Nonkonformismus, Charakterstärke, ein gesunder Egoismus.

Meine wichtigsten Eigenschaften sind:

- 1. Die Überzeugung;*
- 2. Die Kampfbereitschaft;*
- 3. Die Hartnäckigkeit;*
- 4. Das Loslassen;*
- 5. Das Experimentieren;*
- 6. Das Eigene-Wege-Gehen;*
- 7. Die Leidenschaft;*
- 8. Das Gefühl der Überlegenheit;*
- 9. Das Trotzdem-sich-für-nichts-zu-gut-Sein;*
- 10. Das Trainieren des Unerwarteten;*
- 11. Das Erschließen kreativer Handlungsoptionen*

2.4 Glaubenssätze: Was sind Oliver Kahns innersten Überzeugungen?



Ich gebe niemals auf.

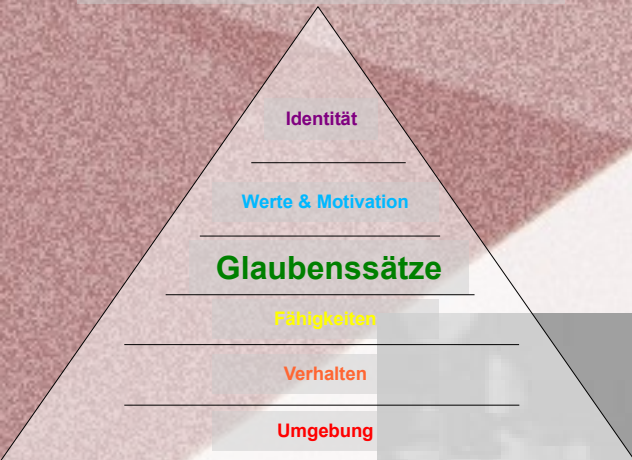
Wenn du nicht früh beißen musst, kommst du nicht weiter.

Es ist wichtig zu wissen, dass es nicht den Besten braucht, um zu gewinnen, sondern den Hartnäckigsten.

Es sind gerade die Mängel, die uns stark machen. Vorausgesetzt, wir wissen, wo unsere Schwächen liegen – und arbeiten umso intensiver daran, besser zu werden.

Es ist die Liebe zu einer Sache, es ist die Intensität, mit der wir uns der Sache widmen, und es ist der Grad, wie sehr wir uns mit dem identifizieren, was wir tun, der uns erfolgreich werden lässt.

2.4 Glaubenssätze: Was sind Oliver Kahns innersten Überzeugungen?



Wer zu sich findet und auf das hört, was ihm sein Ich sagt, wird Erfolg haben.

Erfolg benötigt eine besondere Qualität: „Authentizität“. Authentizität bedeutet, keine Fälschung sein. Sein „Selbst“ gefunden haben. Wissen, wer man ist, Was man will. Wohin. Auf welchem Weg und auf welche Weise.

Authentisch handeln heißt, so zu handeln, dass das Handeln im Einklang mit den eigenen Überzeugungen steht. Gleichzeitig ist es wichtig, die eigenen Überzeugungen immer wieder mal auf den Prüfstand zu stellen. Das ist Lernen, das ist persönliche Weiterentwicklung.

Identität

Werte & Motivation

Glaubenssätze

Fähigkeiten

Verhalten

Umgebung

2.5 Werte & Motivation: Was ist für Oliver Kahn wichtig, was motiviert ihn?

Die Werte des Bushido (= Ehrenkodex der Samurai, A.S.) sind die Ehre, der Mut, die Aufrichtigkeit und die Gerechtigkeit, die Höflichkeit, die Wahrheit und die Wahrhaftigkeit, die Loyalität und die Menschlichkeit. Ich selbst kann mich tatsächlich sehr weitgehend mit den Werten des Bushido identifizieren.

Identität

Werte & Motivation

Glaubenssätze

Fähigkeiten

Verhalten

Umgebung

2.6 Wie sieht Oliver Kahn sich selbst?

*Ich bin das „private Ich“
Ich bin das „Wettkampf-Ich“
Und ich bin das „Schauspiel- Ich“*

Ich bin kein Typ, der sich ausgiebig selber feiert. Eher ein stiller Genießer, der sich zurückzieht.

*Ich wollte der beste Torhüter der Welt werden. Der beste Torhüter der Welt!
Der beste werden und lange der beste bleiben.*

Ich, Oliver Kahn, der letzte Samurai - ein Krieger, der den Kampf nicht sucht, aber keiner Schlacht aus dem Weg geht. Siegen und Sieger bleiben.

Identität

Werte & Motivation

Glaubenssätze

Fähigkeiten

Verhalten

Umgebung

2.6 Wie sieht Oliver Kahn sich selbst?

Mich inspiriert der schwarze Panther sehr stark. Wenn ich mit meiner Tochter Katharina in den Tierpark gehe, versäume ich nicht, diesem Raubtier mindestens eine halbe Stunde lang zuzuschauen. Der Panther ist unglaublich geschmeidig, und wenn sich eine Gelegenheit bietet, schlägt er blitzschnell zu. Für einen Torhüter ist dieses Bild sehr anregend.

Identität

Werte & Motivation

Glaubenssätze

Fähigkeiten

Verhalten

Umgebung

2.7 Spiritualität: Was gibt Oliver Kahn Sinn?

Mich mit voller Überzeugung und mit vollem Einsatz auf das zu stürzen, was es gerade zu tun gibt. Und das, was es zu tun gibt, so anzupacken, als sei es das Wichtigste und Beste, was es überhaupt zu tun geben kann – selbst wenn es sich eigentlich nur um eine wirklich kleine Aufgabe handelt.

Diese Perfektion ist eine „Perfektion des Machens“, nicht eine Perfektion des Resultats. Bei meiner Perfektion des Machens geht es auch um das einfach Machen, das Anfangen, anstatt sich mit einem „Es muss perfekt sein“ zu blockieren.

Zugehörigkeit, Sinn,
Spiritualität

Identität

Werte & Motivation

Glaubenssätze

Fähigkeiten

Verhalten

Umgebung

2.7 Spiritualität: Was gibt Oliver Kahn Sinn?

*Ich habe meine Ehefrau, meine Lebenspartnerin, meine Kinder.
Ich habe einen kleinen Kreis von Freunden, wobei ich das „klein“ als einen Wert
sehe, nicht als einen Mangel. Ich habe meine Familie, also meine Eltern.
Ich habe mein Management-Team, zuständig fürs Geschäft, aber auch für
menschliche Fragen.*

*In die Mitte gehört das Leben selbst.
Wir „kreisen“ mit unserem Ich, mit unserer Familie,
mit unseren Freunden und Bekannten und unseren Kollegen, mit allem, was wir
sind und was wir tun, im System des eigentlichen Lebens herum.*

3. Horizontale Strategie



Das Kahn-Mental-Labor

Starkes Denken: Ich zeichne mir einen Würfel. Auf jede der 3 sichtbaren Seiten schreibe ich mir eine wirklich konkrete Stärke. (**K**inästhetisch extern: **K^e**) Diese 3 Stärken behalte ich jetzt im Auge, so wie ich die 3 Seiten des Würfels sehen kann. Ich behalte sie im Kopf, sie sind mir präsent, sie sind in meinem ständigen Fokus. (**V**isuell erinnert: **V_{er}**)

Körpersprache: Eine aufrechte, selbstbewusste Haltung (**K**inästhetisch extern: **K^e**) hilft uns, positive Gefühle von Stärke, Zuversicht, Selbstbewusstsein zu entwickeln. (**K**inästhetisch intern positiv: **Kⁱ⁺**) Signalisiere dies zu jedem Zeitpunkt. Finde einen inneren Dialog (**A**uditiv digital: **A_d**), der dich unmissverständlich dazu auffordert, persönliche Selbstsicherheit auszudrücken.

Das Kahn-Mental-Labor

Ziele setzen: Im Zusammenhang mit dem Erreichen von Zielen habe ich automatisch die Melodie von „The Good Life“ im Ohr. (**A**uditiv erinnert: **Aer**)
Ich versuche mir vorzustellen (**V**isuell Konstruiert: **Vk**), wie es sein würde, wenn ich das, was ich als Nächstes erreichen wollte bereits erreicht hätte. Es ist meine Ambition, ein möglichst realistisches Bild davon zu malen, mit so vielen Details, in so kräftigen Farben, mit so konkreten Geräuschen (**A**uditiv konstruiert: **Ak**) und sogar Gerüchen (**Oⁱ**) wie möglich. Und ich versetze mich immer wieder hinein in das, was ich sein will, bis ich es schließlich vollständig verkörpere. Bis ich es bin, was ich sein will. (**K**inästhetisch intern: **Kⁱ**)

Das Kahn-Mental-Labor

Na-wenn-schon: Es ist das Denkmodell, sich vorzustellen, (**V**isuell Konstruiert: **V_k**) etwas zu tun, was in einem völlig anderen Feld liegt, als das, was man eigentlich tut – und kann. Es dient dazu, sich ein Bewusstsein dafür zu erhalten, wie es sich anfühlt (**K**inästhetisch intern: **Kⁱ**), das ganz andere zu tun, die Herausforderung zu suchen und sich selbst zu antworten: „Bin ich froh, dass ich das nicht zu machen brauche, und was habe ich für ein Glück, das tun zu dürfen, was ich so super kann.“ (**A**uditiv digital: **A_d**)

Innerer Dialog: Jeden aufkommenden negativen Gedanken sofort mit einer inneren Antwort parieren. (**A**uditiv digital: **A_d**) Beispiel: Gedanke: „Verdammt, warum muss das jetzt ausgerechnet mir passieren? Innere Antwort: „Das soll alles ein? Da kann ich doch nur lachen! Komm, gib mir mehr davon, ich kann noch viel mehr wegstecken! Ich bin heute hierhergekommen, um zu siegen!“

Das Kahn-Mental-Labor

Bildlich motivieren: Ich habe 9 Bilder (*Visuell erinnert: Ver*), durch die ich mich motiviere. Ich motiviere mich durch das Bild, dass

1. alles, was ich tue, wie Pfeile in dieselbe Richtung zeigt – Pfeile, die alle aufeinander aufbauen; alles, was ich tue, verstärkt sich auf diese Weise automatisch.
2. mich alles, was ich tue, reicher macht – ideell wie monetär.
3. ich „ich bin“ und alles tun kann, was ich will und wie ich es will.
4. ich frei bin.
5. ich stark bin.
6. ich geliebt werde.
7. ich immer wachse.
8. ich Freunde habe, die zu mir halten.
9. ich nichts falsch machen kann.

Das Kahn-Mental-Labor

Erste-Hilfe-Koffer gegen Demotivation: Bei Rück- oder Tief-schlägen:

1. Etwas, das ich schon immer unbedingt haben wollte. (**V**isuell erinnert: **V_{er}**)
2. Die Vorstellung, dass ich es schon habe. (**V**isuell Konstruiert: **V_k**)
3. Das Gefühl, wie es sich anfühlt, wenn ich es habe. (**K**inästhetisch intern: **Kⁱ**)
4. Das Gefühl “untouchable”, unberührbar zu sein. (**K**inästhetisch intern: **Kⁱ**)
5. Das Entemotionalisierungsspray; ich versprühe es gedanklich überall um mich herum, um wieder einen kühlen Kopf zu bekommen. (**V**isuell Konstruiert: **V_k**)
6. Das Entdämonisierungsmittel, das mir dabei hilft, Leute, die versuchen mich “anzupinkeln”, nicht länger wie den “Leibhaftigen” zu sehen – sondern als gaaaanz kleine Lichtchen. (**V**isuell Konstruiert: **V_k**)

Step-Motivation: Ich bin fit ... Step! ... Ich bin da ... Step! ... nicht halb da ... Step! ... sondern voll da! ... Step! ... voll konzentriert! ... Step!
(**A**uditiv digital: **A_d** ... **K**inästhetisch extern: **K^e**)

Eintauchen in den Flow:

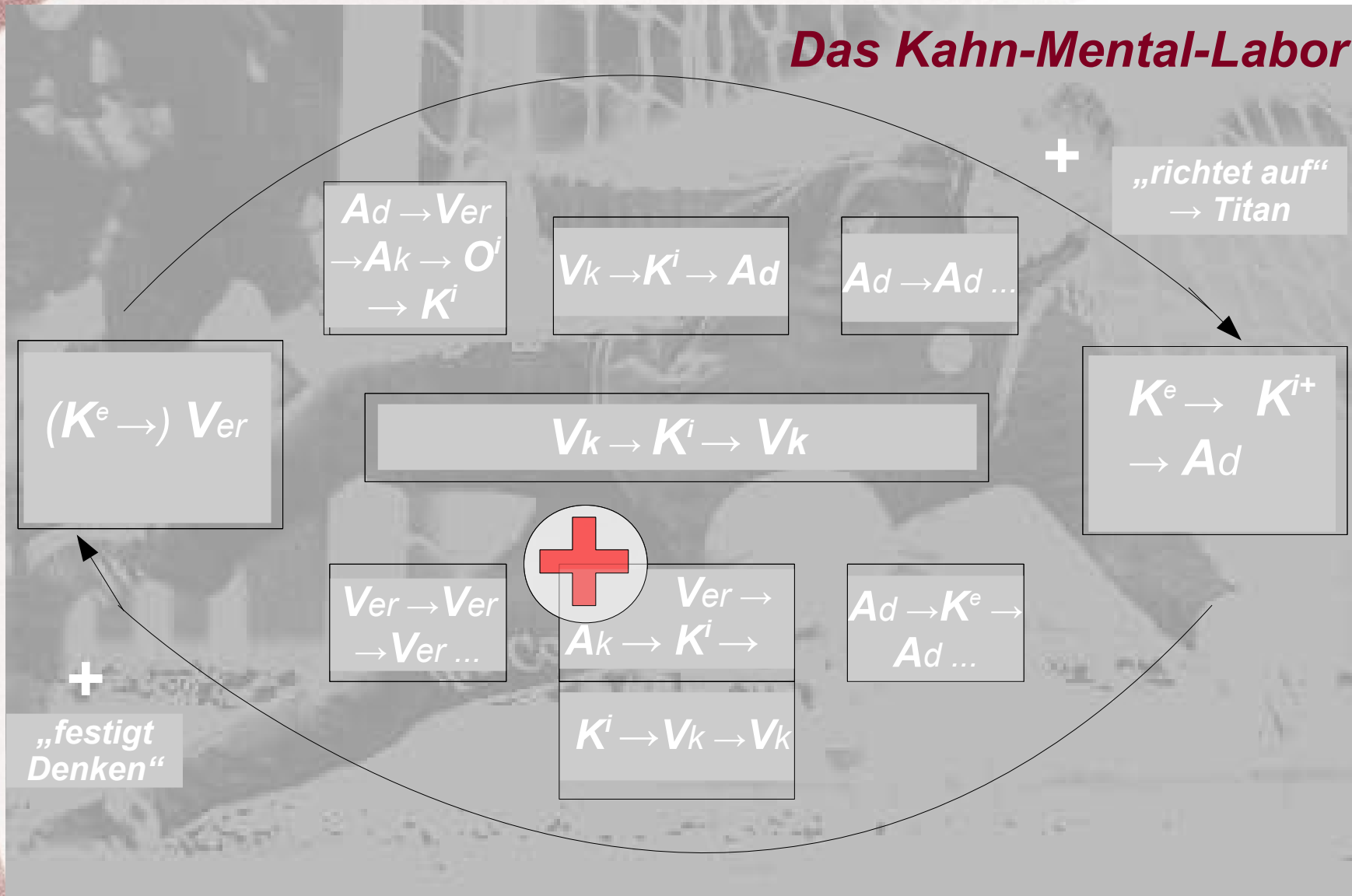
Das Kahn-Mental-Labor

2001 Finale der Champions League, 1:1 gegen Valencia nach Verlängerung in Mailand. Das Stadion rast, Kahn liegt im Gras, die Augen geschlossen, und meditiert, um sich auf das Elfmeterschießen vorzubereiten.

"Ich habe mir einen wunderschönen Ort vorgestellt, mit strahlend blauem Himmel, wo die Sonne durch die Bäume schien und ich im Gras lag. (Visuell Konstruiert: V_k) Das machte mich ruhig. (Kinästhetisch intern: K^i) Dann Szenenwechsel. Ich stellte mir vor, ich halte jeden Ball, fliege, fauste. (Visuell Konstruiert: V_k) Dann bin ich aufgewacht, total frisch, voll überzeugt von mir - und los ging's. Von den achtzigtausend Zuschauern im Stadion bekam ich nichts mehr mit. Ich nahm außer dem Ball und dem Schützen nichts mehr wahr. Ich überlies alles nur noch meiner Intuition."

Kahn hat an diesem Abend drei Elfmeter gehalten. Der FC Bayern holt nach 25 Jahren den Pokal der Landesmeister, den höchsten Titel im europäischen Vereinsfußball, wieder nach München.

3. Horizontale Strategie



4. Persönliches Fazit I: Warum Oliver Kahn?

Meine Auswahlgründe für ein Modelling von Oliver Kahn liegen in folgenden Gemeinsamkeiten mit Oliver Kahn:

- **Archetypus „Schwarzer Panther“:** Synonym für reaktionsschnelles, intuitives Handeln, Gefühl für diese innere Kraft ---> Selbstbewusstsein
- **faustischer Tاتمensch:** einfach machen, einfach anfangen
- **Kraftmensch:** in schwierigen Situationen: „Ich leg noch einmal eine Schippe drauf“
- **Willensstärke/Willensmensch:** „Ich gebe niemals auf“
- **Dominanz-, Machtstreben** als herausragende Komponente im Persönlichkeitsprofil („D“ im DISG-Modell, Typus 8 im Enneagramm)
- **Burn-out-Erfahrung,** die die Grenzen des eigenen Verhaltens- und Persönlichkeitsstils bewusst gemacht hat ---> Meditation

4. Persönliches Fazit II: Was habe ich von Oliver Kahn gelernt?

*Der Panther
Rainer Maria
Rilke, Paris, 1902*

*Sein Blick ist vom Vorübergehen der Stäbe
so müd geworden, dass er nichts mehr hält.
Ihm ist, als ob es tausend Stäbe gäbe
und hinter tausend Stäben keine Welt.*



Kahns bitterste Stunde: Nach einer Weltklasse-Turnierleistung patzt Kahn im WM-Finale 2002 gegen Brasilien. Deutschland verliert 2:0

*Der weiche Gang geschmeidig starker Schritte,
der sich im allerkleinsten Kreise dreht,
ist wie ein Tanz von Kraft um eine Mitte,
in der betäubt ein großer Wille steht.*



Kahns härtesten Stunden: Nach der für ihn höchsten Auszeichnung, 1999 zum 1. Mal Welttorhüter des Jahres, hat Kahn zunehmende Selbstzweifel, Depressionen und einen Burn-out.

*Nur manchmal schiebt der Vorhang der Pupille
sich lautlos auf -. Dann geht ein Bild hinein,
geht durch der Glieder angespannte Stille -
und hört im Herzen auf zu sein.*



Kahns stärkste Stunde: Bei der WM 2006 nur Ersatztorwart geht er vor dem Elfmeterschießen im Viertelfinale gegen Argentinien auf Lehmann zu und reicht ihm die Hand. Lehmann hält 2 Elfer, Deutschland kommt ins Halbfinale.

Neu definiert heißt Erfolg auch: leben, wachsen, sich entwickeln. O.liver K.ahn

5. Quellen:

1. Originales:

Oliver Kahn: ICH. Erfolg kommt von Innen. München 2008

Oliver Kahn: Nummer Eins. München 2004

<http://www.oliver-kahn.de/>

2. Biografisch-Familiäres:

http://de.wikipedia.org/wiki/Oliver_Kahn

http://de.wikipedia.org/wiki/Rolf_Kahn

http://www.welt.de/sport/article1984142/Mein_Oliver_kann_nicht_lange_zufrieden_sein.html

[http://de.wikipedia.org/wiki/Axel_Kahn_\(Fu%C3%9Fballspieler\)](http://de.wikipedia.org/wiki/Axel_Kahn_(Fu%C3%9Fballspieler))

<http://www.spiegel.de/sport/fussball/0,1518,553547,00.html>

<http://wissen.spiegel.de/wissen/dokument/dokument.html?id=12807968&top=SPIEGEL>

<http://www.spiegel.de/sport/fussball/0,1518,630461,00.html>

http://www.welt.de/vermischtes/article2211898/Oliver_Kahn_geht_zurueck_zur_Ehefrau.html

3. Philosophisches:

http://www.welt.de/print-welt/article313306/Im_Strafraum_des_Lebens.html

4. Vorbildliches:

<http://www.harvardbusinessmanager.de/heft/artikel/a-615130.html>

5. Bildliches:

<http://www.bild.de/BILD/sport/fussball/bundesliga/vereine/bayern/2009/06/15/oliver-kahn/bayerns-torwart-legende-wird-40.html>

6. Auditives:

<http://www.youtube.com/watch?v=AXeG-zksCsY>