Eva Pfaff:

„Der Wille, sich einem Thema hinzugeben, entscheidet über den Erfolg“

von Julia Wittenhagen

Sie hat an allen berühmten Tennisturnieren teilgenommen und dort gegen die „Großen Drei“ des weißen Sports – Martina Navratilova, Chris Evert und Steffi Graf – gekämpft. Mit 14 Jahren galt sie im Quartett mit Bettina Bunge, Claudia Kohde-Kilsch und Sylvia Hanika als „Deutsches Fräuleinwunder“ im Tennis. Eva Pfaff, in den Achtzigern unter den Top Zwanzig der Weltrangliste, schätzt sich glücklich, im Leistungssport groß geworden zu sein und widmet ihm auch ihre zweite Karriere als Sportpsychologin.

Die gebürtige Königsteinerin kommt in Fleece, Sporthose und Turnschuhen zu unserem Treffen. Kein Wunder, um zehn Uhr hat sie längst ihre erste Trainingseinheit hinter sich. Schlank ist sie, ungeschminkt, lässig, freundlich. Während des Gesprächs im Café wandern ihre leuchtend blauen Augen immer mal wieder zum Fernsehbildschirm, wo über die Schwimmweltmeisterschaft in Melbourne berichtet wird. „Ich bin süchtig nach allen Sportreportagen“, bekennt die 46-jährige. Keine Frage, der Sport hat den ehemaligen Tennisprofi nie losgelassen – aktiv und als Beobachterin. Außerdem hat sie ihren zweiten Beruf daraus gemacht. Als Sportpsychologin und Laufbahnberaterin berät sie Spitzensportler und solche, die eine Perspektive für die „Zeit danach“ suchen. Für beide Bereiche bringt sie nicht nur jede Menge eigene Erfahrung mit, sondern auch die theoretische Expertise. Basis für ein weiteres Standbein: ihre journalistische Arbeit.

Eva Pfaff hat nach ihrem Ausstieg aus dem Profi-Tennis in Frankfurt Psychologie studiert. Ein Glücksfall, denn ein gewisses Vakuum brachte das Ende der einen Karriere ➜

Eva Pfaff

➜ schon mit sich. Zunächst einmal machte sie ihren Tennis-Trainerschein. „Dann fragte mich ein Journalist, ob ich mein Abi nicht für ein Studium nutzen wolle.“ Eine Physiotherapeutin hatte ihr mal gesagt, Psychologie sei bestimmt etwas für sie und so schrieb sie sich mit 33 Jahren in Frankfurt für dieses Fach ein. Vom ersten Tag an war sie Feuer und Flamme. „Insbesondere die Theorien über Motivation, Lernen und Zielerreichung interessierten mich.“ Sie schloss mit einer Diplom-Arbeit darüber ab, unter welchen Voraussetzungen der Ausstieg aus dem Spitzensport am besten gelingt.

„Um Spitzentennis zu spielen, ist ein Talent wichtig. Entscheidend ist aber die Disziplin und der Wille, sich einem Thema ganz und gar hinzugeben.“

····· Ein Neuanfang ist für das Ego nicht einfach

Hatte Eva Pfaff da, nach bestem Psycho-Klischee, selbst noch etwas aufzuarbeiten?

„Na ja, der Neuanfang ist für das Ego nicht so einfach. Als Tennisprofi hatte ich eine unglaublich intensive Zeit hinter mir. Ich bin um die Welt gereist, habe alles getan, um meine Spiele zu gewinnen und dafür auch viel öffentliche Anerkennung bekommen.“ Sie wurde um Autogramme gebeten, interviewt und zu Veranstaltungen eingeladen. Und dann sitze man plötzlich zu Hause und bringe nichts mehr in seinem Metier. „Für die Außenwelt ist man dann nutzlos. Man muss für sich selbst ein neues Ziel, einen neuen Lebensinhalt suchen.“

„Erfolg heißt, eigene Ziele umsetzen und eigene Grenzen kennen lernen, was impliziert, dass man nicht immer gewinnen kann.“

Auch sie habe zu der (laut eigener Diplom-Arbeit) kritischen Gruppe derer gehört, die neben dem Sport keine Ausbildung hatten. „Das ist in den Sportarten, in denen gutes Geld verdient wird und das Leben sehr unregelmäßig verläuft, aber auch die absolute Ausnahme.“ In Disziplinen wie Leichtathletik, Skifahren, Hockey oder Rudern gebe es schon mehr Athleten, die zweigleisig führen und parallel studieren.

Bereut hat sie ihren Weg nie. „Meine Karriere als Tennisspielerin verlief eher ungeplant.“ Kein Elternteil pushte und vermarktete sie, wie Eva Pfaff es seit der Ära Steffi Graf zunehmend beobachtet. „Ich wuchs neben einem Tennisplatz auf - und woanders wurde ich ab dem Alter von vier Jahren auch kaum noch gesehen.“ Mit elf gewann sie als unbeschriebenes Blatt ihre ersten Bezirksmeisterschaften und wurde ➜

➜ durch die Teilnahme an den hessischen Meisterschaften bekannter. Mit 14 Jahren schickte sie der Deutsche Tennisbund schon als jüngste Spielerin nach New York zu den US Open, wo sie allerdings kein einziges Spiel gewann. „Aber das Gefühl, immer besser zu werden und Grenzen zu überwinden, hatte mich längst erfasst. Das hat Suchtpotential.“ Dafür lernte sie bereits im jugendlichen Alter solche Weltklasse-Spieler wie den großen John McEnroe kennen.

„Erfolg ist etwas für einen selbst. Wie es von außen wahrgenommen wird, ist wieder eine andere Geschichte.“

····· Von den Eltern vor zu viel Glanz und Glamour geschützt ·····

Was heute nicht mehr denkbar ist: Bis zum Alter von 14 Jahren spielte sie nur im Sommer Tennis und pausierte im Winterhalbjahr. Dann nahm das Tennis mehr und mehr Raum ein. Bis zum Abitur an der St. Angela-Schule in Königstein fehlte sie in jedem Halbjahr vier bis sechs Wochen und musste das Versäumte regelmäßig nachholen. „Für mich ein guter Ausgleich. Hatte ich vom einen die Nase voll, stürzte ich mich wieder in das andere.“

Im Alter von etwa 16 dachte sie erstmals daran, Profi-Tennisspielerin zu werden. Aber die Eltern, Bauunternehmer mit drei weiteren Kindern, bestanden darauf, dass sie erst das Abitur mache, es gäbe schließlich „noch etwas anderes als Sport“. Überhaupt schützten sie ihr Kind vor zu viel Glanz und Glamour. „Journalisten wurden bei uns nicht ins Haus gelassen. Wir lernten dadurch aber auch, dass man für die Medien umso uninteressanter ist, je weniger Privates sie über einen wissen. “

„Die erste Tour dauerte elf Wochen und ein normaler Mensch hätte vor lauter Verlieren, Krankheiten und Heimweh schnell die Schnauze voll gehabt. Aber ich ließ mich nicht vom Thema Tennis und Turnierspielen abhalten und blieb am Ball.“

Als das Abi 1980 geschafft war, hatte sie keine Vorstellung, was sie werden sollte und beschloss, ihr Talent zu nutzen und Tennis zu spielen. So begann sie, weltweit die Turniere zu bereisen, die einem Punkte auf der Weltrangliste bringen. Nach einer Saison war der Sprung in die internationale Topliste geschafft. 1983 war sie weltweit die Nummer 17 im Einzel, 1984 die Nummer 11 im Doppel. In Deutschland errang sie 15 Meistertitel. „Das zieht einen rein“, weiß sie. „Das ist eine eigene Welt, in der sich die meisten Gedanken um sportlichen Erfolg drehen. Man trainiert, ernährt sich gut, schläft viel und trifft natürlich viele Gleichgesinnte.“

Der Zusammenhalt der „Deutschen Fräuleins“ sei gut gewesen, auch international wurden schnell Kontakte geknüpft, haben aber oft da aufgehört, „wo es ums Geld ging“. Zu den Begegnungen aus der Anfangszeit gehört auch die mit der 12-jährigen Steffi Graf. „Eine halbe Portion, die sich das Herz aus dem Leib weinte, wenn sie verlor. Wir waren um die 20, trösteten sie und sagten, sie hätte noch so viele Jahre Zeit, ihre Karriere aufzubauen.“ Allerdings ohne zu wissen, „wie schnell sie an uns vorbeiziehen würde als größte Tennisspielerin aller Zeiten“.

····· Verlust sozialer Kontakte als Preis für das Profileben ·····

Im Gegensatz zu Steffi Graf ist Eva Pfaff zumeist als Unternehmerin in eigener Sache gereist, ohne den im Tennis heute so üblichen großen Begleit-Tross mit Trainer, Masseuren, Eltern – „viel zu aufwändig“, fand sie das. „Ich hatte meine Zahlen immer auf dem Tisch und rechnete genau, ab wann sich zum Beispiel ein Aufenthalt in den USA vom Preisgeld her lohnte.“

13 Jahre lang führte sie dieses unruhige Leben, sechs bis acht Monate im Jahr war sie unterwegs. Schattenseite neben einer langwierigen Knieverletzung 1983/84: „Man lebt das Leben eines Geschäftsreisenden und verliert feste soziale Kontakte.“ Auch Beziehungen und ein geregeltes Familienleben seien dabei fast unmöglich. „Das Häusliche geht mir ein bisschen ab“, bekennt sie noch heute. Die stabilsten Bezugspunkte ➜

„Bettina Bunge, Claudia Kohde-Kilsch, Sylvia Hanika und ich waren gemeinsam unter den besten 20 der Weltrangliste zu finden und stellten eine schlagkräftige Truppe dar – auch das „Deutsche Fräuleinwunder“ genannt. Und dann kam ein kleines, spindeldürres Mädchen und stellte die Hierarchien auf den Kopf: Steffi Graf.“

➜ in dieser Zeit waren Eltern und Geschwister in Königstein sowie Gastfamilien in den USA, die sie regelmäßig ansteuerte.

Highlights wie die Australian Open zum Jahresbeginn, „wenn es in dem Land so schön ist, dass andere dort Urlaub machen“, mit einem Doppelfinale Pfaff/Kohde-Kilsch gegen Navratilova/Shriver, bei dem die Luft brannte, entschädigten sie für die erlittenen Entbehrungen. Oder das Doppelfinale im Madison Square Garden in New York. „Da gingen 19.000 Zuschauer richtig mit, das war eine tolle Atmosphäre.“ In englischsprachigen Ländern sei das Sportverständnis besser. „Die Zuschauer freuen sich über die sportliche Leistung und akzeptieren die menschlichen Begrenzungen.“

····· Die bewährte Selbstdisziplin fürs Studium aktiviert ·····

Sie selbst beendete 1993 ihre Karriere aus einem relativ profanen Grund: Das Tennisspiel brachte nicht mehr genug Geld ein. „Die Reisekosten überstiegen die sicheren Preisgelder.“ Die Routine tat ihr übriges. „Irgendwann verliert man die Lust, auf Turnieren immer auf seinen Einsatz zu warten und jeden Tag aufs Neue zu trainieren.”

Also wagte sie den Neustart an der Frankfurter Uni und schlug ihre Zelte wieder in ihrer Heimat Königstein auf. „Leicht war das nicht. Vom Lernen theoretischer Inhalte war ich weit weg.“ Also habe sie ihre im Leistungssport bewährte Selbstdisziplin nun für das Studium aktiviert. Mit Erfolg.

Genau im Einsatz bekannter Stärken für den Neuanfang sieht Eva Pfaff heute den Schlüssel für die Berufs-karriere anderer Spitzensportler - aber auch den Grund für das häufige Scheitern Vieler, im „normalen“ Leben Fuß zu fassen, wenn die Zeit des Ruhms vorbei ist. „Sie haben einerseits hohe Ansprüche an sich selbst, müssen aber andererseits die Bereitschaft mitbringen, wieder von vorne anzufangen.“ Das Problem: Wer ganz oben war, gebe sich nur ungern diese „Blöße“. Schließlich war man schon dort, wo andere nie hinkommen. Wofür also noch mal ganz unten neu beginnen? „Wenn man Boris Becker an einen PC in ein stinknormales Büro setzen würde, würde der nur fragen, was das jetzt soll“, macht Eva Pfaff deutlich, warum ehemalige Sportstars nach dem Karriereende oft in eine Krise geraten.

„Professionelle psychologische Betreuung? Die gab es zu meiner Zeit nicht. Ich habe mich selbst herausgezogen, indem ich versuchte, wieder in meine Routine zu kommen.“

Ihr eigenes Verhältnis zum Leistungssport hat sich durch das Psychologiestudium nicht verändert. „Es macht mich viel sicherer in meinen Empfehlungen. Aber ich bin nach wie vor absolut für Leistungssport. Nur muss er in einem gesunden Rahmen stattfinden, Freude machen.“ Der Nachwuchs solle in etwas hineinwachsen, und nicht von seinen Eltern gedrückt und geschoben werden. Motivation von innen sei immer wirkungsvoller als von außen. „Eltern haben den größten Einfluss auf ihr Kind. Aber sie sind Laien. Daher sollten die professionellen Trainer sie nicht als Störfaktor betrachten, sondern zur Zusammenarbeit anleiten.“ Einer der Punkte, an dem ihre Arbeit ansetzt, ist die Bedeutung der Psychologie im Spitzensport: „Der Sport ist heute konditionell und technisch ausgereizt. Aber im mentalen Training, in einer Mischung aus Techniken und Persönlichkeitsentwicklung, da liegen die Reserven für Top-Leistungen.“

Radtour mit befreundeten Königsteinern auf den legendären Mont Ventou, einem Tour-de-France-Klassiker. (rechts: Eva Pfaffs Bruder Gert).