

Ressort: Sport

## Skisprung-Olympiasieger Hannawald: "Ich war ein totales körperliches Wrack"

Berlin, 08.09.2013, 09:45 Uhr

**GDN** - Sven Hannawald, Gewinner der Vierschanzen-Tournee und Olympiasieger im Skispringen, hat erstmals ausführlich darüber gesprochen, wie tief er nach seinem Zusammenbruch vor neun Jahren gefallen ist und wie ihn seine Psychotherapeutin nach fünfjähriger Therapie wieder in ein normales Leben geführt hat: "Ich war ein totales körperliches Wrack", sagte Hannawald in einem Gespräch mit dem Nachrichten-Magazin "Der Spiegel". "Ich spürte eine totale Unruhe in mir und hatte keinen Schimmer, warum."

Seinen Alltag habe er "kaum noch bewältigen können", so Hannawald: "Stand ein Lehrgang an, wollte ich mich vergraben und hoffte, wieder normal zu sein, wenn ich mich nach 30 Tagen ausbuddle." Hannawald beschreibt, wie er vor Beginn seiner Behandlung nachts schweißgebadet aufwachte und Weinanfälle bekam. Suizidgefährdet sei er nicht gewesen: "Solche Selbstmordgedanken hätte ich womöglich bekommen, wenn ich nicht mit dem Sport aufgehört hätte. Ich hatte zwar keinen Bock mehr, aber nicht auf das Leben, sondern nur auf den ganzen Mist, in dem ich drinsteckte." Auch nach dem neunwöchigen Aufenthalt in einer psychosomatischen Klinik im Allgäu und der Rückkehr in seine Wohnung sei er von Schlaflosigkeit geplagt gewesen: "Eine furchtbare Unruhe packte mich wieder. Ich ging nachts in der Wohnung auf und ab, auch draußen spazieren. Ich ahnte, dass ich dort nicht lange wohnen würde." Hannawald, dessen Autobiografie "Mein Höhenflug, mein Absturz, meine Landung im Leben" in der kommenden Woche im Münchner ZS Verlag Zabert Sandmann erscheint, macht den Druck des Leistungssports für seinen Burnout mitverantwortlich. Er war schon mit sechs Monaten in der DDR in eine Kinderkrippe gekommen. "Da habe ich einen Knacks erlitten. Dadurch hatte ich später Probleme, Menschen nah an mich heranzulassen, weil ich keinen Verlust erleiden wollte." Hannawald sieht sich in seinem öffentlichen Bekenntnis zum Burnout als Vorbild für andere Sportler, die unter ähnlichem Druck leiden. "Ich habe gezeigt, dass erfolgreiche Athleten nicht unbedingt Superhelden sind, die nichts und niemand aufhält", sagt Hannawald. "Ich hatte alles für den Sport gegeben – bis mein Körper streikte."

### Bericht online:

<https://www.germindailynews.com/bericht-21302/skisprung-olympiasieger-hannawald-ich-war-ein-totales-koerperliches-wrack.html>

### Redaktion und Verantwortlichkeit:

V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV:

### Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.

### Editorial program service of General News Agency:

UPA United Press Agency LTD

483 Green Lanes

UK, London N13NV 4BS

contact (at) unitedpressagency.com

Official Federal Reg. No. 7442619