



Ressort: Sport-Nachrichten

Boris Becker über seine Karriere und mentale Stärke

Essen (NRW), 21.07.2025 [ENA]

In einem Interview auf der FISU World Games in der Grugahalle in Essen, sprach der ehemalige Tennisstar Boris Becker offen über seine Karriere, seine größten Niederlagen und die Bedeutung mentaler Stärke im Sport. Becker, der in seiner Karriere rund 1000 Profispiele bestritten und etwa 750

davon gewonnen hat, betonte, dass jede Niederlage schmerzhaft war und dass es keine spezifische Niederlage gibt, die ihn besonders belastet.

Becker hob hervor, dass mentale Stärke und psychologische Unterstützung entscheidend für den Erfolg im Spitzensport sind. Er erklärte, dass es Phasen in der Karriere eines Sportlers gibt, in denen man an seine Grenzen stößt und Unterstützung von einem Umfeld benötigt, das einen weiterbringt. Becker hatte das Glück, immer sehr gute Trainer und Psychologen an seiner Seite zu haben, die ihm geholfen haben, seine mentale Stärke zu entwickeln.

Er betonte, dass es früher ein Tabuthema war, Schwäche zuzugeben und psychologische Hilfe in Anspruch zu nehmen. Heute sei es jedoch eine Stärke, seine Schwächen zu erkennen und daran zu arbeiten. Becker selbst hat viel über Psychologie gelesen und verschiedene Techniken wie Atemübungen und Tai Chi praktiziert, um seine innere Ruhe zu finden und Nervosität zu überwinden.

Becker erklärte, dass Nervosität im Sport oft auf die Angst vor dem Gewinnen oder Verlieren zurückzuführen ist. Es sei wichtig, ruhig zu bleiben und an seinen Schwächen zu arbeiten, um besser zu werden. Er betonte, dass Fehler menschlich sind und dass man akzeptieren muss, dass der Gegner manchmal einfach besser ist.

Abschließend sagte Becker, dass es wichtig ist, die Karriere im Verhältnis zu sehen und die Erfolge zu schätzen. Er ermutigte junge Sportler, an ihrer mentalen Stärke zu arbeiten und Unterstützung zu suchen, wenn sie sie brauchen.

Unsere Reporter vor Ort konnten die spannenden Wettkämpfe der deutschen Fechtmannschaften dokumentieren. Leider musste die deutsche Herrenmannschaft im Degenfechten bereits in der ersten Runde gegen das starke Team aus Südafrika eine Niederlage hinnehmen und ausscheiden.

Die Florett-Damenmannschaft hingegen startete vielversprechend und erzielte einen souveränen Sieg gegen Spanien. Doch in der zweiten Runde trafen sie auf das französische Team und mussten sich nach einem harten Kampf geschlagen geben.

Redaktioneller Programmdienst: European News Agency

Annette-Kolb-Str. 16
D-85055 Ingolstadt
Telefon: +49 (0) 841-951. 99.660
Telefax: +49 (0) 841-951. 99.661
Email: contact@european-news-agency.com
Internet: european-news-agency.com

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.



International Press Service.....

Beide Mannschaften sollten sich die Worte von Boris Becker zu Herzen nehmen und aus den Niederlagen noch das Positive gewinnen. Die deutsche Herrenmannschaft im Degenfechten und die Florett-Damenmannschaft haben bei den jüngsten Wettkämpfen wertvolle Erfahrungen gesammelt. Trotz der frühen Niederlage gegen Südafrika und dem Ausscheiden der Florett-Damen gegen Frankreich, bleibt der Blick nach vorne gerichtet. Diese Herausforderungen bieten die Möglichkeit, sich weiterzuentwickeln und gestärkt zurückzukehren.

Bericht online lesen:

https://filmteamgoldecken.en-a.de/sport_nachrichten/boris_becker_ueber_seine_karriere_und_mentale_staecke-91828/

Redaktion und Verantwortlichkeit:

V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Reinhard Majchrzak

Redaktioneller Programmdienst: European News Agency

Annette-Kolb-Str. 16
D-85055 Ingolstadt
Telefon: +49 (0) 841-951. 99.660
Telefax: +49 (0) 841-951. 99.661
Email: contact@european-news-agency.com
Internet: european-news-agency.com

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.