



# Mit Gottes Hilfe zu Bestleistungen

**SPORT-MENTORING** Für Sportler-Coach Andrea Jenzer passen Christsein und Spitzensport genauso gut zusammen wie Psychologie und Glaube. Ein Porträt von Thomas Feuz.



Besser im Sport – fester im Glauben. So heisst das Motto von „SRS – Für Menschen im Sport“. Andrea Jenzer widmet sich seit ihrem Ausstieg aus dem Spitzensport diesem Ziel. Als Sport-Mentorin und Leiterin des gemeinnützigen Vereins investiert sie in Menschen statt in eigene sportliche Leistungen. Obwohl sie die Leitungsaufgabe nicht gesucht hat, fühlt sie sich am richtigen Platz. Das Credo der 30-Jährigen: „Ich bin bereit, meinen Teil zu geben. Den Rest macht Gott.“

## Sportlich ins volle Leben hinein

Andreas Vater Jean-Bernard „Schabi“ Berger studierte in Basel Theologie. Parallel dazu baute er die christliche Sportlerorganisation SRS auf. Damals standen die drei Buchstaben für „Sportler ruft Sportler“. Als Teenager nahm Andrea an den jährlich vier grossen Gottesdiensten teil und moderierte kleinere Anlässe. Bewegung, Psychologie und der Glaube faszinierten sie. Sie half mit, den Arbeitszweig „Frauen in Bewegung“ zu gründen. Während ihrer Zeit als Leichtathletin entschloss sich die junge Frau für Matur und Studium. Eine Verletzung setzte den sportlichen Ambitionen ein Ende. „Dann baue ich mir halt etwas anderes auf“, sagte sie sich damals.

## „Warum ticken wir, wie wir ticken?“

Andrea Jenzer hat ihren Entscheid für ein Studium der Psychologie mit Nebenfach Sportwissenschaften nicht bereut. „Ich habe ein grosses Herz für Menschen und für Gott“, sagt sie. Wenn sie spricht, lachen ihre Augen mit, bewegen sich ihre Hände im Rhythmus der Worte. Man nimmt es ihr sofort ab, dass sie nach fünf Jahren Studium mit Abschluss als Master „das Rucksäckli mit praktischer Erfahrung“ füllen wollte. Selber etwas aufbauen, unabhängig von der Familie: Das war Andrea Jenzers grosses Ziel. Bis vor einem Jahr arbeitete sie in der Personalentwicklung einer schweizweit tätigen Versicherungsgesellschaft. Die Erfahrungen aus dem Bereich Personal-Diagnostik ergänzten das theoretische Wissen. „Ich habe gelernt, anders hinzuschauen, anders hinzuhören“, schaut sie zurück.

In der Laufbahnberatung und in Assessment-Centern kam sie in Kontakt mit vielen interessanten Fragestellungen. „Warum funktioniert ein Mensch so, der andere ganz anders?“ So interessant die Frage war, so tiefgreifend auch Andrea Jenzers Erkenntnis: Ich kann Menschen zwar weiterentwickeln, aber das Geistliche hat keinen Platz. Obwohl sie „in einem super Unternehmen“ arbeitete, befriedigte die Arbeit inhaltlich nicht mehr.

## Die ideale Kombination gefunden

Und so kam sie als Fachangestellte zu SRS. Sie gab Vorträge zu sportpsychologischen Themen wie Leistungsbereitschaft, mentale Stärke oder ganzheitliche seelische Ernährung. Als sie die Anfrage erhielt, ob sie die Geschäftsleitung übernehmen möchte, zögerte sie zuerst. „Diese Vielseitigkeit traute ich mir nicht zu. Andererseits faszinierte sie mich aber auch“, schaut sie zurück. Und heute? „Ich erlebte zwar keine eigentliche Berufung, aber seither viele Bestätigungen.“ Einer der grössten Vorteile am neuen Wirkungsort: Andrea Jenzer kann Glaube und Psychologie zusammenbringen – eines ihrer Herzensanliegen. „Die Psychologie beschreibt und gibt natürliche Strategien, das Heilende hat sie nicht“, sagt sie. Aber: Der Glaube an Jesus Christus gebe Halt und eine andere Optik, ist sie überzeugt. Und der Schöpfer wisse genau, was uns gut tut. Diese Kombination will sie im Alltag zum Wohl ihrer Mitmenschen einsetzen.

„Zum Erfolg in Gottes Team gehören 100 Prozent persönlicher Einsatz und 100 Prozent Wirken Gottes.“ Auf dieser Basis motiviert sie Sportlerinnen und Sportler zu Höchstleistungen. Nebenbei arbeitet sie Teilzeit als Arbeits- und Organisationspsychologin und coacht ein Leichtathletik-Team. Im Herbst startet sie die dreijährige Ausbildung zur Sportpsychologin.

Obwohl die glücklich verheiratete Andrea Jenzer nun doch bei SRS mitarbeitet, kann sie genau hier etwas „Eigenes“ machen: Glaube, Psychologie und Sport verbinden. Sie erkennt darin Gottes Weg und will weiter ihr Bestes geben. Und den Rest getrost Gott überlassen. ●

www.srsonline.ch