



Das Verhältnis zwischen Alex Abrines und dem Sportgerät war zerrüttet. Der Mallorquiner kehrte der NBA den Rücken. FOTO: ABRINES

RALF PETZOLD

Der Ball ist dein Freund. Diese Redensart bekommen fast alle Sportler im Kindesalter zu hören. Eine gute Beziehung zu dem Sportgerät ist wichtig. Beobachtet man beispielsweise Lionel Messi im Umgang mit einem Fußball, kann man schon von Harmonie sprechen. Schwierig wird es, wenn es zu einer Disharmonie kommt, wie im Fall des mallorquinischen Basketballers Alex Abrines. Monatelang hatten die Medien spekuliert, warum der 25-Jährige im Februar seinen Vertrag beim NBA-Club Oklahoma City Thunder aufgelöst hatte. „Persönliche Gründe“, hieß es lediglich. In einem Video hat Abrines nun für Klarheit gesorgt. Er habe Angst vor dem Ball gehabt. „Lieber Ball, nach Jahren der unverbrüchlichen Freundschaft tust du mir das an. Meine Welt ist in tausend Stücke zerbrochen, weil du mir Angst eingejagt hast. Ich konnte dich nicht mehr sehen, habe angefangen, dich zu hassen, und wollte einfach nur noch weit weg von dir“, sagt Abrines in dem Video, das er in den sozialen Medien veröffentlicht hat. Allein auf Twitter wurde es 940.000 Mal angeschaut. In dem 1.55 Minuten langen, sehr professionell aufgenommenen Beitrag sind auch Bilder aus seiner Kindheit zu sehen, wo er schon Basketball gespielt hat. Profispieler wurde er 2011, als er für Unicaja Málaga in der ersten Liga antrat. Von 2012 bis 2016 war er beim FC Barcelona, wechselte dann Oklahoma in die nordamerikanische NBA, die populärste Basketball-Liga der Welt.

In seiner dritten Saison erhielt Abrines im Durchschnitt 19 Minuten Spielzeit pro Partie. Das waren vier Minuten mehr als in den Jahren zuvor. Mit Oklahoma gehörte der 25-Jährige zu einem Team, das zum erweiterten Kreis der Titelfavoriten zählt. Neben den Superstars Russell Westbrook und Paul George spielt seit dieser Saison auch der deutsche Aufbauspieler Dennis Schröder für das Team aus dem Mittleren Westen. War der Konkurrenzdruck im Team zu viel für den Mallorquiner oder hatte er ein Burnout? Die MZ fragt den Sportpsychologen Jürgen Walter aus Düsseldorf, der auch deutsche Profisportler betreut.

„Von einem Burnout würde ich nicht sprechen. Dafür muss ein Mensch völlig überlastet und innerlich leer sein, sodass er gar nichts mehr auf die Reihe bekommt“, sagt Jürgen Walter. „Auch das Wort Angst halte ich für übertrieben, da es keine richtigen Angstzustände, sondern mehr Bedenken oder Sorgen sind.“ Diese gibt es sportartenübergreifend. „Einige Dartspieler lassen den Pfeil nicht los, Fußballer wollen den Ball nicht haben, weil sie wissen, dass sie dann Fehler machen können“, so Walter. „Die Sportler scheitern an ihren Ansprüchen. Sie fühlen sich unter Druck gesetzt und denken darüber nach, welche Auswirkungen ein Versagen hätte. Das raubt jegliche Spielfreude.“ Im Fall von Abrines kommen noch die äußeren Umstände hinzu. „Oft trifft es junge Sportler, die entwurzelt von den Eltern in der Fremde leben, kaum Freunde und kein soziales Umfeld haben“, sagt Jürgen Walter.

Im Februar hatte Alex Abrines überraschend seinen Vertrag beim NBA-Club Oklahoma City Thunder aufgelöst. Nun spricht der Mallorquiner in einem Video offen über die Gründe

Alex Abrines berichtet in dem Video auch von den verschiedenen Prozessen der Verzweiflung, die er durchlaufen hat. „Ich habe mir eingeredet, dass das nicht wahr sein kann, dass das keinen Sinn ergibt“, sagt er. Verdrängung sie natürlich keine Lösung, so Jürgen Walter. „Je mehr ich versuche, es zu vergessen, umso stärker denke ich daran“, so der Sportpsychologe. Besser sei es daher, an die bisherigen Erfolge zu denken. „Abrines hat einen Großteil seines Lebens mit Basketball verbracht und kann davon leben. Das ist ein Luxus. Vor jedem Spiel sollte man denken: Es steht 0:0. Ich werde den nächsten Punkt machen“, so Walter.

Während die Sportwelt dem Basketballer für seine offenen Worte in den Kommentaren gratuliert, sieht Jürgen Walter die Veröffentlichung etwas skeptisch. „Einerseits hat er sich aus der Schusslinie genommen, da er seine Schwäche eingestanden hat. Auf der anderen Seite wird er von nun an aber auch von allen als nervenschwacher Sportler gesehen. Das kann bei der Vereinsuche hinderlich sein.“

Das Video endet mit einem positiven Ausblick: „Ich habe Hilfe bei meiner Familie gesucht und mich Spezialisten anvertraut. Ich wollte wieder das Glück spüren, wenn wir (der Ball und er, *Anm. d. Red.*) zusammen waren. Ich habe es geschafft und bin wieder bereit, Tausende Stunden mit dir zu verbringen“, so Abrines. Für ihn geht es zurück nach Spanien. Laut Medienberichten wechselt der Mallorquiner für die kommenden drei Jahre zu seinem früheren Club FC Barcelona zurück.

Casa Bruno
 SEIT 1998

VENTILATOREN
 FÜR DRINNEN UND DRAUSSEN

über 100 Modelle im Showroom Santa Ponsa · sofort ab Lager lieferbar
 kompetente Beratung · Montageservice auf Wunsch · Versand europaweit

TOP Qualität schon ab 99€!

Tel: 971 699 273 · CASABRUNO.COM