28

DEUTSCHE HOCKEY ZEITUNG

Hockey DIGITAL

1.SEPTEMBER 2026 | 79. JAHR | E3764



DAMEN
Platz 6 und Aus für Trainerin Schopman

HERREN
Wahnsinn: wieder Weltmeister

IMPRESSUM

Die **DHZ - Deutsche Hockey Zeitung** ist eine freie Fachzeitschrift für Feld- und Hallenhockey; sie erscheint wöchentlich, 42 Ausgaben im Jahr, bei Röhm GmbH & Co. KG .

Deutsche Hockey Zeitung
Böblinger Straße 76
71065 Sindelfingen
Telefon 07031 862-810
www.hockey-zeitung.de
epaper.hockey-zeitung.de

Redaktion:
Uli Meyer (V.i.S.d.P.)
redaktion@hockey-zeitung.de

Redaktionsschluss:
Montag, 14 Uhr

Verlagsleitung:
Steffen Müller

Vertriebsleitung:
Dietmar Froeberg-Suberg
Tel. 07031 862-851
froeberg-suberg@roehmmedien.de

Anzeigenverkauf:
Katrin Lemke
Tel. 07031 862-834
katrin.lemke@roehmmedien.de
Gültig ist zurzeit die Anzeigenliste 56 vom 1. 1. 2026.

Grafik:
Julia Hoff

Mitarbeiter dieser Ausgabe:
Andrej Oelze, Rolf Becker, Robert Menschick

Abonnementspreis:
Prämienabo halbjährlich:
1 x im Monat die gedruckte Ausgabe und 21 Ausgaben im Digitalformat: 89,30 €.
Digitalabo halbjährlich:
21 Ausgaben im Digitalformat: 58,70 EUR
Schüler-/Studentenabo mit Nachweis halbjährlich: 1 x im Monat die gedruckte Ausgabe und 21 Ausgaben im Digitalformat: 58,05 €.
Das Abonnement verlängert sich automatisch. Abonnement-Kündigungen sind mit einer Frist von vier Wochen zum Ende des berechneten Zeitraums möglich.. Bei höherer Gewalt besteht kein Anspruch auf Lieferung oder Rückzahlung des Bezugsgeldes. Die Redaktion behält sich das Recht vor, Leserzuschriften zu kürzen. Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen nicht unbedingt die Meinung der Redaktion dar.
ISSN 1437-4404.

Bankverbindung:
IBAN DE46 6039 0000 0290 2900 07
BIC: GENODES1BBV
Vereinigte Volksbank eG

Gerichtsstand:
Böblingen

Titelbild:
Michel Struthoff bejubelt das Tor, das Deutschlands Herren im WM-Endspiel 2026 gegen Spanien zum Weltmeister machen sollte. 1:0 gewann der Titelverteidiger in Wavre das Finale der 16. WM-Auflage. Deutschland ist jetzt zusammen mit Pakistan Rekordweltmeister bei den Herren.
Foto: S. Rixecker

LIEBE LESERINNEN UND LESER,

Doppel-Weltmeisterschaften von Damen und Herren zur gleichen Zeit am gleichen Ort sind im Hockey bislang eher die Seltenheit. 2026 war so eine Ausnahme, und so boten die WM-Auftritte in Wawre einen direkten, unmittelbaren Vergleich (ähnlich wie bei Olympia), wie die beiden deutschen Nationalmannschaften den Hürdenlauf solch eines zweiwöchigen Turniers bestehen.

Was macht eine erfolgreiche Turniermannschaft aus?

Die Schere ging bei dieser Doppel-WM weit auseinander. Auf dem Weg zum (erneuten) Titelgewinn zeigten die Honamas nicht zum ersten Mal all das, was zu einer erfolgreichen Turniermannschaft gehört: Tiefe Überzeugung in die eigene Qualität, stabile Leistungen mit geringer Fehlerquote, Fähigkeit zur Bestleistung gerade in Druckspielen, Widerstandsfähigkeit bei Rückschlägen, ehrliche Fehleranalyse mit schneller Anpassungsfähigkeit und Entwicklung während des Turniers. Viele dieser Faktoren konnten die Danas bei dieser WM nicht ausreichend genug auf den Platz bringen.

Platz sechs ist deshalb ein Resultat, das die Leistung der deutschen Damen bei dieser WM in etwa richtig einordnet. Das Ziel, ins Halbfinale vorzustoßen und den Abstand zur Nummer eins (trotz der Endspielniederlage immer noch die Niederlande) zu verringern, ist deutlich verfehlt worden. Es ist aber weniger die Platzierung an sich, sondern die Entwicklung des Teams insgesamt, der die sportliche Leitung des DHB zu einem ungewöhnlich harten Einschnitt in Form der sofortigen Trennung von Bundestrainerin Janneke Schopman bewogen hat.

War von einer relativ unerfahrenen Mannschaft mit 13 WM-Neulingen überhaupt mehr zu erwarten? „Unerfahrenheit schützt vor Leistung nicht!", sagt DHB-Sportvorstand Martin Schultze im DHZ-Interview. Sein Verweis auf die Handvoll Neulinge im Herrenteam, die seiner Meinung nach alle auf sehr hohem Niveau performt hätten, mag zutreffend sein. Doch man sollte bei solch einem Vergleich jeweils auch das gesamte Umfeld im Blick haben. Nehmen wir als Beispiel Hugo von Montgelas: Mit welcher Selbstverständlichkeit er bei seinem ersten Meisterschaftsturnier im Herrenbereich ein gutes Spiel nach dem anderen abgespult hat, selbst in den wirklich großen Spielen kein bisschen wackelte, lässt ahnen, dass er in einem Team und in Strukturen mitwirkte, die ihm total den Halt für solche Auftritte geben. Bei den Damen dagegen scheint ein Neuling ein Schiff zu betreten, das nur selten ruhigen Seegang hat und wo manchmal schon ein kräftiger Windstoß genügt, den ganzen Betrieb ins Wanken zu bringen und alle erfasst werden, egal ob 5 oder 150 Länderspiele zu Buche stehen.



Einen „André Henning 2.0" für die Damenseite zu finden, der dieses Schiff robust macht, wird für den DHB eine große Herausforderung.

Herzliche Grüße,
Ihr Uli Meyer

SEPTEMBER/OKTOBER 2026

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
36	31	**D**	2	3	4	**5**	**6**
37	7	**D**	9	10	11	**12**	**13**
38	14	**P**	16	17	18	**19**	**20**
39	21	**D**	23	24	25	**26**	**27**
40	28	**D**	30	1	2	**3**	**4**

Unsere Ausgaben der Deutschen Hockey Zeitung
D = Digitalausgabe
P = Printausgabe (online dienstags abrufbar)

Anne Schröder: „Ein routinierter Tagesablauf würde uns eher langweilen“



Die lange Jahre als National- und Bundesligaspielerin aktive Anne Schröder musste im Herbst 2024 den Übergang vom Hochleistungssport ins (geregelte) Berufsleben managen. Foto: privat

Rund 15 Jahre gehörte Anne Schröder zu den besten deutschen Hockeyspielerinnen, trug zwischen 2014 und 2024 genau 243 Mal das Trikot der deutschen Damen-Nationalmannschaft und holte bei drei Olympia-Teilnahmen Bronze in Rio 2016. 2025 hängte die gebürtige Düsseldorferin auch in der Bundesliga den Schläger an den Nagel. Seitdem arbeitet Anne Schröder als Psychologin und Psychotherapeutin. Und war gerade als Expertin von Magenta TV bei der Hockey-WM im Einsatz. Im Interview mit DHZ-Mitarbeiter Andrej Oelze macht Anne Schröder deutlich, dass Leistungssportlerinnen nach ihrer sportlichen Karriere weniger ein Problem damit haben, Leistung zu bringen, als damit, dass das Berufsleben ihnen eher zu wenig Leistung, Struktur, Zielorientierung und Gestaltungsmöglichkeiten bietet. Mit diesem Interview setzt die DHZ ihre Serie zur mentalen Gesundheit im Hockey fort (siehe Ausgabe 26).

Anne Schröder, erinnern Sie sich noch an den Moment, als Sie Ihre Karriere in den Danas und später auch in der Bundesliga beendeten? Wie haben Sie da den Übergang ins Berufsleben erlebt, und konnten Sie sich darauf vorbereiten?

ANNE SCHRÖDER: Mir war aufgrund meines Berufs schon klar, dass das ein Riesenbruch wird. Vor allem, in der Nationalmannschaft aufzuhören. Gar nicht nur bezogen auf den Berufseinstieg, sondern auch persönlich: Hockey war meine absolute Hauptidentität: „Anne ist Hockeyspielerin und Nationalspielerin", das hatte ich gelebt. Ich habe versucht, mich drauf vorzubereiten, wusste aber auch, dass ich mich gar nicht so gut vorbereiten kann. Denn das ist ein bisschen so, wie wenn man sich auf einen Verlust vorbereitet: Was dann wirklich passiert, ist dann doch noch mal eine andere Ebene.

Vor welchen Herausforderungen standen Sie da besonders?

Der Übergang war ja fließend: Ich habe im August 2024 mit der Nationalmannschaft aufgehört und bin im September fest bei AllyTime eingestiegen. Die Umstellung war da nicht hauptsächlich die Arbeit, sondern das komplett neue Leben, neue Tages- und Wochenstrukturen. Es waren neue Anforderungen an mich als Mensch: Vorher ging es ganz viel um körperliche Anforderungen, jetzt geht es darum, meinen Kopf stärker zu nutzen. Das hat wirklich lange gedauert und ich habe auch noch das Gefühl, in dieses neue Leben hineinzuwachsen.

Sie sprachen den Strukturwechsel an. Im Leistungssport gibt es einen klaren Fokus auf Wettbewerbe und die Vorbereitung darauf. Im Beruf bestimmen Routine und Arbeitsalltag. Welche Unterschiede erleben Sie da?

Das ist ein ganz großer Punkt. Als Sportler hast du eigentlich immer einen Plan, was ansteht. Und du hast eine Idee, wieso du das machst: Du gehst morgens zum Krafttraining zur Verletzungsprävention. Abends zum Hockeytraining, weil du dich mit deiner Mannschaft weiterentwickeln willst. Dazu kommt, dass du meist auch am Wochenende beschäftigt bist, weil du dort Spiele hast oder eventuell ganz viel reist mit der Nationalmannschaft. Solche vermeintlichen Kleinigkeiten sind plötzlich komplett anders im Berufsleben: Du hast diese Routine, eher gleiche Abläufe, und teilweise machst du Dinge, ohne dass diese direkt einen Impact haben.

Half Ihr Psychologie-Studium Ihnen dabei, diesen Wandel etwas besser zu meistern?

Das Psychologie-Studium orientiert sich sehr, sehr stark an Statistik, Diagnostik, Mathe. Über Lebensführung lernt man da nicht so viel. Allerdings hat meine Entscheidung, mich zur Psychotherapeutin weiterzubilden, ganz viel mit mir auf einer persönlichen Ebene gemacht. Weil du in dieser Ausbildung auch persönlich sehr viel an dir arbeitest. Diese Stellschrauben gaben mir Orientierung und Sicherheit und haben mir auch geholfen, mit dem Hockey abzuschließen und neu in den Beruf einzusteigen.

Sie stehen weiterhin im Kontakt mit vielen auch ehemaligen Nationalspielerinnen. Tauschen Sie sich über die Herausforderungen nach dem Karriereende aus?

> **„Ich hatte damals ja viele Wutausbrüche auf dem Platz und wurde dafür kritisiert. Zwar habe ich schon schnell gecheckt, dass das irgendwie nicht geht, ich wusste aber auch nicht, was ich dagegen tun soll."**

Dieser Austausch mit Menschen, die genau dasselbe auch schon erlebt haben, hat total geholfen. Ich bin nach der internationalen Karriere immer noch im engen Kontakt mit genau den Frauen, mit denen ich eben auch in den vergangenen zehn Jahren zusammengespielt habe und die zu einem ähnlichen Zeitpunkt aufgehört haben. Wir haben unterschiedliche Themen, an denen wir zu nagen haben und gleichzeitig ganz viel Ähnliches. Uns verbindet, dass wir merken, dass das Mindset, wie man als Leistungssportler denkt, ein anderes ist als das, was sonst ganz viel im Berufsleben zu finden ist.

Sie sagen, das Mindset im Leistungssport sei ein anderes. Wie meinen Sie das?

Das sind Dinge, die für uns selbstverständlich waren: wie wir uns innerhalb des Teams verhalten, dass man pflichtbewusst ist, diszipliniert und pünktlich. Dass man nicht andauernd krank ist. Für den anderen mitdenkt. Das sind Selbstverständlichkeiten, bei denen man dann merkt, dass das in der Berufswelt gar nicht immer so ist.

Haben andere ehemalige Spielerinnen daraus andere Konsequenzen zogen als Sie?

Viele haben tatsächlich die Idee: Ich will mich selbstständig machen. Ich möchte mein eigenes Ding machen. Ich möchte mit dem, was ich da gelernt habe, wie man arbeitet, weitermachen und nicht meine Ansprüche runterschrauben. Bestes Beispiel ist Kira Horn, eine meiner engsten Freundinnen. Die hat ein Jahr nach den Olympischen Spielen 2024 ein Start-up gegründet, in der sie zum Beispiel Energy-Gels entwickelt. Sie hat gesagt: „Ich passe in diese alten Unternehmensstrukturen nicht rein, ich will mein Eigenes machen." Das ist etwas, das sehr viele berichten und was wir auf jeden Fall auch als große Gemeinsamkeit haben. Auch den Wunsch, die eigene Identität in etwas reinzubringen.



Anne Schröder (in weiß, hier im Juni 2024 in London in einem Pro-League-Spiel gegen die USA) bestritt 216 Feld- und 27 Hallen-Länderspiele für die deutsche Damen-Nationalmannschaft. Sie nahm an drei Olympischen Spielen (2016, 2021, 2024) teil und gewann Bronze 2016. Auch Hallen-Weltmeisterin 2018 war sie.
Foto: Worldsportpics

Auf der einen Seite soll das Berufsleben von Know-how und Strukturen des Leistungssports profitieren. Auf der anderen kommen Athletinnen aus einem „High Performance"-Umfeld, das in Zwei- oder Vierjahreszyklen denkt, in Unternehmen mit anderen Planungszeiträumen. Ist der Wunsch nach Selbstständigkeit ein Weg, diesen Widerspruch aufzulösen?
Das ist ein wichtiger Punkt, und ich glaube schon, dass das ein bisschen so ist. Nike Rühr bietet mit ihrem Mann zusammen Hockeycamps an, ist dazu noch Speakerin und Beraterin. Charlotte Stapenhorst, eigentlich Architektin, bildet sich jetzt auch zur Trainerin weiter. Cécile Pieper startet mit einem Podcast über mentale Gesundheit. Auch bei mir könnte man nun sagen: Die kann sich doch jetzt einfach niederlassen und Psychotherapeutin sein. Doch stattdessen tanze ich auf 180 Hochzeiten, zum Beispiel als TV-Expertin oder Keynote Speakerin.

Wie reagiert Ihr berufliches Umfeld darauf, wenn Sie sich in so vielen Bereichen engagieren?
Andere, die nicht aus dem Leistungssport kommen, sagen gerne: „Wie machst du das denn alles?" Früher habe ich oft nicht verstanden, was sie damit meinen, für mich war dieses Pensum absolut normal. Ich glaube, diesen einen, kleinen sicheren Hafen zu haben und sich daraus weiterhin selbst zu entfalten, ist für uns wahrscheinlich normaler als ein ganz normaler, routinierter Arbeitsablauf, der uns dann eher langweilen würde.

Als Sie nach Olympia 2024 zu AllyTime gingen, hatten Sie sich ja auch im Hauptberuf gegen einen eher konventionellen Weg in Krankenhaus, Psychiatrie oder Tagesklinik entschieden
Ich dachte da, dass es vielleicht auch andere, mittlerweile modernere Möglichkeiten gibt, als Psychologin zu arbeiten. Nachdem ich mich ein bisschen umgeschaut habe, habe ich AllyTime gefunden. Das war kurz vor den Olympischen Spielen in Paris. Zunächst habe ich dort als externe Psychologin freiberuflich über die App Coachings angeboten. Und quasi mit meinem Ausstieg aus der Nationalmannschaft kam das Angebot, mich fest anzustellen.

Sie haben die App AllyTime erwähnt, was genau ist das, und was machen Sie dort?
In erster Linie coachen wir in der App Menschen zu für sie relevanten mentalen Themen wie zum Beispiel Ängste, Selbstwert, Antriebslosigkeit oder auch Sport und Performance. Die Nutzer bekommen bei Registrierung ihre eigene Psychologin oder auch echten Coach zugeteilt. Daneben gibt es in der App Angebote wie Übungen oder Lehrvideos. Ich arbeite mittlerweile auch mit an der Produktentwicklung, und wir versuchen, diese App im Sport zu implementieren, da sie eben auch extrem praktisch für den Sportleralltag ist.

Die App ersetzt also weder Psychotherapie noch persönliche Behandlung vor Ort?
Nein, wir machen keine Psychotherapie, aber hinter der App sitzen extrem gut ausgebildete Menschen, keine KI. Das ist wichtig, weil die dann eben auch sagen können: Deine Belastungen sind zu schwer, wir müssen mal gucken, ob wir einen Psychiater

oder Psychotherapeuten in deiner Nähe finden. Über die App behandeln wir keine psychischen Erkrankungen.

An wen richtet sich die App AllyTime, wer ist Zielgruppe?
Wir sagen, ungefähr von 18 bis 55 Jahren, weil wir gemerkt haben, dass danach die Skepsis immer größer wird, auch was das ganze Digitale betrifft. Aber eigentlich kann es jeder nutzen, das ist das Schöne. Sehr gerne wird die App von Menschen zwischen 20 und 40 Jahren genutzt, die Interesse haben, an sich zu arbeiten und bei bestimmten Themen merken: Das kann ich mit Freunden nur noch begrenzt besprechen, aber ich bin auch nicht so belastet, dass ich direkt zum Psychotherapeuten gehen müsste.

Sie erwähnten, dass AllyTime auch im Sport eingesetzt werden soll. Der Club an der Alster arbeitet bereits seit 2025 mit AllyTime, jüngst auch die DHB-U21-Nationalteams. Wie sehen diese Kooperationen aus?
Der Club an der Alster hatte die initiale Idee, neben all der bekannten Unterstützung, also auf Hockeyebene, auf athletischer Ebene und in der Physiotherapie, auch mentale Unterstützung anzubieten. Und da Vereine, besonders im Hockey, häufig nur über begrenzte Ressourcen verfügen und Sportpsychologen teuer sind, kam die Idee, es einmal mit AllyTime zu probieren. Nachdem das im Club funktioniert hat, entschieden wir, das auch mal mit dem DHB zu versuchen. Gerade auch, weil sich der DHB viel hinterfragt und guckt, was er insbesondere den jüngeren Spielern an die Hand geben kann, damit diese mental gestärkt werden, besonders beim Thema Wettkampfstabilität.

Sehen sie dieses Thema ähnlich stark in allen DHB-Jugendmannschaften?
Ich sehe das gerade bei den Damenmannschaften. In der Jugend bekommen es die männlichen Teams immer wieder hin, in den wichtigen Momenten abzuliefern. Bei den Damen, und das sage ich auch kritisch, funktioniert das weniger gut. Und genau deshalb hatte sich der DHB da auch hinterfragt: Können wir neben all den sportlichen Dingen noch etwas etablieren und implementieren? Da kam man schnell an den Punkt mentale Stärke und so die Verbindung zu mir zustande. Damit kam die Idee dieses Pilotprojekts bis Ende des Jahres. Ich habe die App persönlich vorgestellt, gesagt, wofür wir stehen, was wir so machen.

Worin könnten die besonderen Herausforderungen der weiblichen Teams liegen?
Das frage ich mich auch. Darüber habe ich auch schon oft mit Nike Rühr gesprochen, weil sie ja auch Hockey-Camps gibt, gerade auch viel mit Mädchen. Und es gibt viele Studien dazu, auch zu Drop-out-Raten bei Mädchen im Leistungssport, insbesondere im Pubertätsalter. Auswertungen und Analysen zeigen, dass Jungs schon relativ früh weniger Probleme mit Wettkampf haben. Studien deuten darauf hin, dass es da Geschlechterunterschiede gibt, und gerade deshalb ist es aus meiner Sicht wichtig, unterschiedliche Wege zu gehen. Wir können beide Teams nicht gleich behandeln, sondern sollten schauen, gezielte Angebote zu machen und entsprechende Unterstützung zu bieten. Das soll nicht diskriminierend sein, sondern einfach wirklich professionell. Damit wir es auch im Hockey hinbekommen, die Mädchen auch in der Pubertät weiter im Leistungssport zu behalten, um eine gute Breite zu erreichen. Das ist etwas, womit sich der Sport generell, aber eben auch der DHB natürlich jetzt gerade beschäftigt.

Sie waren 15 Jahre Leistungssportlerin, sind ausgebildete Psychologin und Psychotherapeutin. Wo sehen Sie über die geschlechtsspezifischen Herausforderungen hinaus weiteren Handlungsbedarf beim Thema mentale Gesundheit im deutschen Hockey?
Im Spitzensport scheinen Geld und Ressourcen für das Thema mentale Gesundheit da zu sein, den Danas und den Honamas werden Mentalcoaches oder Sportpsychologen an die Seite gestellt, oft auch an den Olympiastützpunkten. Das ist gut, und ich merke, dass das auch hilft. Trotzdem glaube ich, dass man das Thema schon viel früher in die Strukturen implementieren muss. Das muss gar nicht immer etwas Riesiges sein, am Anfang eher spielerisch. Es kann auch Spaß machen, wenn man sich spielerisch mit dem Thema Emotion beschäftigt. Ich kann mir gut vorstellen, dass man mit 12 Jahren schon mal niedrigschwellig anfangen kann, über diese Themen zu sprechen: Was ist eigentlich, wenn du nervös bist? Wie fühlst du dich dann? Manche lernen das Thema Emotionsregulation zu Hause schon gut, manche aber auch nicht. Das hätte mir als junge Spielerin total geholfen, wenn ich da früher etwas an die Hand bekommen hätte. Ich hatte damals ja viele Wutausbrüche auf dem Platz und wurde dafür kritisiert. Zwar habe ich schon schnell gecheckt, dass das irgendwie nicht geht, ich wusste aber auch nicht, was ich dagegen tun soll. Wie cool wäre es, wenn es für solche Momente einfach eine Person geben würde, die sich eben auch früh niedrigschwellig mit genau diesem Thema mit den Kindern beschäftigt.

Welche Rolle sollte die Trainerausbildung dabei spielen?
Ich glaube, dass es genau darum jetzt auch beim DHB gehen muss: Wie kann man das Thema stärker in die Trainerausbildung integrieren? Natürlich frage ich mich auch kritisch, ähnlich wie beim Beruf Lehrer, wie viel Trainer realistisch leisten können. Es wird sonst eben auch ein bisschen zu viel, was sie alles abdecken sollen. Umso wichtiger ist es, im Jugendbereich auch die Eltern nicht zu vergessen, sie „mitzucoachen", ihnen etwas an die Hand zu geben. Sodass am Ende alle die gleiche Idee haben und am gleichen Strang ziehen.

Vielen Dank für das Gespräch!

Dieses Interview thematisiert psychische Gesundheit. Sollten Sie die angesprochenen Inhalte belasten oder erkennen Sie sich oder Angehörige in den geschilderten Erfahrungen wieder, zögern Sie nicht, professionelle Unterstützung in Anspruch zu nehmen.
In akuten Krisen oder bei unmittelbarer Selbstgefährdung wenden Sie sich bitte umgehend an den Notruf 112 oder an die psychiatrische Notaufnahme des nächstgelegenen Krankenhauses.
Hilfs- und Beratungsangebote finden Sie unter anderem hier:
- **TelefonSeelsorge**, kostenfrei, anonym, rund um die Uhr: 0800 1110111 oder 0800 1110222 sowie 116 123 · www.TelefonSeelsorge.de
- **Nummer gegen Kummer** (für Kinder und Jugendliche): 116 111 · www.NummerGegenKummer.de