«Der Rücktritt fiel mir nicht schwer»

Nach der letzten Saison hat der ehemalige Nationalgoalie **Diego Benaglio** (37) seine Karriere beendet. Mittlerweile lebt er mit seiner Familie wieder in der Region Zürich statt an der Côte d'Azur und engagiert sich für die Begleitung von Sportlern während und nach ihrer Karriere.

Text: Andy Maschek
Fotos: Pius Koller, Keystone

«Ich bin sehr dankbar für meine Zeit als Fussballer und freue mich auf das, was nun kommt.»

Diego Benaglio

Nach vielen Jahren sind Sie zurück in der Schweiz, in Zürich. Wie geht es?
Wir sind happy, wieder hier zu sein. Es ist spannend, die Schweiz nach zwanzig Jahren fast wieder neu zu entdecken. Allerdings müssen wir uns daran gewöhnen, dass der Winter kälter ist als in Südfrankreich. (lacht)

Wann ist der Entschluss gereift, die Karriere zu beenden?
Es war ein schleichender Prozess, den Entscheid zum Rücktritt fällt man in Normalfall nicht von heute auf morgen. Während meiner letzten Saison in Monaco deuteten für mich viele Dinge darauf hin, dass der Moment bald da ist. Als mir bewusst wurde, dass meine Karriere bald enden könnte, hatte ich die Vorstellung: Irgendwann gehe ich in mein letztes Training oder an meinen letzten Match. Das ist wegen Corona weggefallen. So gesehen hat meine Karriere anders geendet, als ich es mir vorgestellt hatte. Aber es ist trotz allem in Ordnung so.

Konnten Sie sich von Ihren Kollegen verabschieden?
Ich versuchte, mich auf Wegen wie Facetime oder Mannschafts-Chat einigermassen vernünftig zu verabschieden. Und im Rahmen unseres Umzuges von Monaco in die Schweiz war ich anfangs Juli nochmals da, aber ich konnte die Mannschaft nicht treffen, weil man ohne aktuellen Corona-Test nicht aufs Trainingsgelände zugelassen wurde. Ich konnte mich nicht wie gewünscht verabschieden. Aber ich hoffe, dass ich das nachholen kann, wenn die Pandemie ein vertretbares Niveau erreicht.

War es keine Option, in der Schweiz noch ein paar Jahre anzuhängen?
Ich habe mir diese Gedanken gemacht, aber ich musste mir ehrlich eingestehen, dass der Moment für den Rücktritt nun gekommen ist. Egal wer angerufen hätte oder wie das Angebot finanziell ausgesehen hätte, meine Meinung hätte ich nicht mehr über den Haufen geworfen. Ich bin der festen Überzeugung, dass es der richtige Moment war.

War es also kein schwieriger Rücktrittsentscheid?
Es kam ja nicht über Nacht, sondern war ein Prozess, der in mir gereift ist. Ab dem Moment, in dem man sich mit solchen Gedanken auseinandersetzt, deutet vieles darauf hin, dass es der richtige Zeitpunkt ist. Ich bin dankbar und glücklich für meine Karriere, aber der Rücktritt fiel mir nicht schwer. Es war eine bewusste Entscheidung.

Sie waren fast zwei Jahrzehnte im Rampenlicht. Können Sie sich frei bewegen, ohne angesprochen zu werden?
Ich werde schon noch angesprochen, aber wie Roger Federer mal sagte: Der Schweizer ist eher zurückhaltend. Und wenn es mal einen Foto- oder Autogrammwunsch gibt, komme ich diesem gerne nach. Für mich ist es aber kein Problem, nicht mehr im Rampenlicht zu stehen, weil ich das auch während meiner Karriere nie gesucht habe. Ich habe meinen Job geliebt, für das, was ich auf dem Platz machen durfte, aber mehr brauchte ich nicht.

Als Profisportler lebt man ein spezielles Leben, ist oft auch fremdbestimmt. War es schwierig, nun frei über sich selber verfügen zu können?
Dass ich so gesehen freier bin, ist einer der Aspekte, die ich in meinem neuen Lebensabschnitt am meisten geniesse. Diese Flexibilität, einen anderen Rhythmus. Für die meisten Leute ist es normal, dass am Freitagabend das Wochenende beginnt und man sich am Sonntagabend mental auf die neue Woche vorbereitet. Für unsere Familie war das in den letzten 20 Jahren anders, Wochenenden gab es in diesem Sinn nicht, dann herrschte mit den Spielen Hochbetrieb.

Im Erfolg werden einem viele Dinge abgenommen. Wie ist es, wenn man diese Dinge selber machen muss?
Es ist für mich angenehm. Ich kann mich in Dinge einarbeiten, die mir abgenommen wurden. Es ist extrem spannend und cool, mehr Einblick zu bekommen. Und es war ja auch nicht so, dass ich in den letzten 20 Jahren nichts machen musste und nun überfordert bin.

Es gibt Menschen, die fallen nach diesem Wechsel in ein Loch…
…das war bei mir überhaupt nicht der Fall. Vielleicht kommt mir entgegen, dass ich nie gross im Rampenlicht stehen wollte und es mir deshalb auch nicht fehlte. Ich bin sehr dankbar für meine Zeit als Fussballer und freue mich auf das, was nun kommt. Ich finde es spannend, mir viele Dinge anzuhören und so für mich herauszufinden, was meine nächste Herausforderung sein könnte.

Wie haben Sie sich auf das Leben nach dem Fussball vorbereitet?
Solange ich spielte, konnte ich mich nicht gross damit auseinandersetzen, was ich nach meinem Karriereende machen möchte. Ich war in meiner Denkweise wohl noch zu sehr der Spieler. Nun bin ich glücklich, dass ich einen solchen Entscheid nicht sofort fällen muss, sondern mir die nötige Zeit nehmen kann. Es ist spannend, ein Gefühl für sich selber zu entwickeln. Den Fragen nachzugehen: Wo sehe ich mich? Was reizt mich? Was ist meine nächste Herausforderung?

Gibt es in dieser Findungsphase bereits Tendenzen?
Im Moment schliesse ich nichts pauschal aus. Stand heute sehe ich mich weniger als Trainer, aber fragen Sie mich in fünf Jahren nochmals, vielleicht sieht es dann anders aus. Ich möchte nichts ausklammern, doch es ist naheliegend, dass ich nach 20 Jahren im Profisport irgendwie dem Sport erhalten bleiben könnte, in einer Funktion, die zumindest entfernt mit dem Sport oder dem Fussball zu tun hat. Konkret kann ich aber noch nichts sagen.

Sie haben das Glück, dass Sie in einer finanziell attraktiven Sportart waren und nicht sofort ein neues Standbein haben müssen. Es gibt Olympiasieger oder Weltmeister in anderen Sportarten, bei denen es anders aussieht. Ist es wichtig, dass man im neuen Lebensabschnitt begleitet wird?
Extrem! Das war auch meine grosse Motivation, als Botschafter bei Sportlifeone mitzumachen. Ich habe während meiner Karriere leider viel zu viele Beispiele von Spielern gesehen, die gut verdient haben und am Ende mit verhältnismässig wenig dagestanden sind. Je früher man Partner an seiner Seite hat, die einen unterstützen, beraten und auf die richtige Bahn bringen, desto besser ist es. Und dies unabhängig von der Grösse des Einkommens.

Worum geht es bei Sportlifeone?
Wir wollen die Athletinnen und Athleten während ihrer Karriere beraten und ihnen dabei helfen, neben dem Sportplatz eigenverantwortlich die richtigen Entscheidungen zu treffen. Wir wollen ihnen den Rücken frei halten, so dass sie sich voll und ganz auf den Sport konzentrieren können. Weil unsere Partner bei Sportlifeone so gut miteinander vernetzt sind, können sie einem Sportler extrem viel abnehmen und auch nach der Karriere weiterhelfen. Man weiss, man ist in guten Händen. Meine Erfahrung sagt mir: Je früher man als Sportler damit anfängt, desto besser ist es.

Dachten Sie während Ihrer Karriere irgendwann an eine Weiterbildung?
Ich habe das Handelsdiplom abgeschlossen und ging dann mit 18 Jahren ins Ausland. Hin und wieder dachte ich zwar über ein Fernstudium nach, habe es aber leider nicht

gemacht. Jeder Sportler muss für sich selber entscheiden, ob und in welcher Form er neben dem Training und den Wettkämpfen eine Weiterbildung machen möchte. Für einige Athleten ist es sogar eine gute Ablenkung vom «daily business». Ich habe während meiner Karriere versucht, nicht in Saus und Braus zu leben. Ich habe das Glück, dass mir mein Vater schon relativ früh diesen Weg aufgezeichnet hat, danach ging dieser Weg mit Roger Bigger (Anm. der Redaktion: azemos partner ag/Vermögensberatung) nahtlos weiter. Sie zeigen auf, dass es auch in jungen Jahren besser ist, mit dem ersten grossen Geld ein Renditeobjekt statt ein teures Auto zu kaufen, auch wenn die Verlockungen gross sind. Mit 18 Jahren will man das vielleicht nicht unbedingt hören, aber wenn man Leute um sich hat, die einem das erklären, ist die Chance grösser, dass man mit seinem Geld etwas Sinnvolles macht.

Irgendwann enden die fetten Jahre und dann ist es schwierig, den Lebensstandard herunterzuschrauben.
Das ist einerseits so und andererseits gibt es Leute, die glauben, dass die Verträge immer besser werden. Aber da spielen viele Faktoren mit, die von einem Tag auf den anderen alles ändern können. Und wenn man wegen einer Verletzung aufhören muss, kann plötzlich das fest eingeplante Gehalt der nächsten fünf, sechs Jahre fehlen. Die Sportwelt hat ihre Verlockungen und es gibt Situationen, in denen man Beratung braucht.

Nach der Karriere kann nicht automatisch in seinen angestammten Beruf zurückkehren und lukrative Trainerstellen gibt es nicht wie Sand am Meer.
Ein Punkt ist, während der Karriere eine gute Beratung zu haben. Was macht man mit den Finanzen, wie ist man aufgestellt, wohin möchte man? Aber nach dem Rücktritt braucht es für den Wiedereinstieg ins Berufsleben genauso einen guten Partner, der die Türen öffnet und um den richtigen Weg zu finden. Mit den richtigen Partnern kann man dies schon vor dem Ende der Karriere in Bewegung setzen.

> **«Ich habe während meiner Karriere leider viel zu viele Beispiele von Spielern gesehen, die gut verdient haben und am Ende mit verhältnismässig wenig dagestanden sind.»**
>
> Diego Benaglio

Wie wichtig ist es, die Karriere nach der Karriere zu planen?
Das ist definitiv wichtig – und extrem spannend. Ich bin in der privilegierten Situation, dass ich mir diese Gedanken nicht zwingend schon während meiner letzten Saison machen musste und mir Zeit lassen kann. Es ist für mich eine coole neue Herausforderung, mit sich selber auszumachen, wo man sich sieht und was man will. Da muss man sich neue Ziele setzen, auch wenn es nicht im Leistungssport ist.

Viele setzen jung auf den Sport, der Druck ist allgegenwärtig…
Sobald man in die U-Teams kommt, steht man unter Leistungsdruck, später kommt der Druck durch die Öffentlichkeit dazu. Umso wichtiger ist es, den jungen Sportlern ein gesamtes Paket anzubieten, das ihnen den Rücken freihält. Vom Mentalcoach bis zum Finanzberater. Da wird auch den Eltern von den Talenten geholfen, denn es ist nicht immer einfach, den richtigen Entscheid zu fällen. Da sind die Vereine und Verbände in der Verantwortung und sie wollen meiner Meinung nach dieser Verantwortung immer mehr gerecht werden. Genau da denke ich, dass Sportlifeone der richtige Partner ist.

Weshalb?
Jeder Sportler muss sich in jungen Jahren bewusst sein, dass es nicht alle an die Spitze schaffen. Eine falsche Bewegung, ein Zweikampf kann eine Karriere beenden. Nur alles auf eine Karte zu setzen, ist gefährlich. Ideal ist, wenn man die Familie um sich herum hat und die für einen schaut und für die speziellen Bereiche noch die richtigen Berater hat.

Sie sind Botschafter bei Sportlifeone. Was heisst das genau?
Ich bin ein aktiver Botschafter. Es ist mir ein Anliegen, für diese junge Firma nicht nur ein Gesicht zu sein. Ich will meine Erfahrungen einbringen. Aber es ist auch mein grosses Ziel, so dem Sport etwas zurückzugeben. Ich hatte das grosse Glück, gute Leute um mich gehabt zu haben und kann nun dem einen oder anderen Sportler hoffentlich auch helfen. Ich kann sagen: Wir haben in jedem Bereich absolute Vollprofis mit im Boot.

Diego Benaglio (37) ist einer der erfolgreichsten und besten Torhüter in der Geschichte des Schweizer Fussballs. Als Junior spielte er für den FC Spreitenbach und den FC Baden, ehe er 1999 zum Grasshopper Club Zürich wechselte. Mit 19 zog er weiter zum VfB Stuttgart, wo er zuerst dritter Torhüter war. 2005 wechselte er zu Nacional Funchal auf Madeira, wo er drei Jahre blieb. Von 2008 bis 2017 hütete Benaglio beim Bundesligisten VfL Wolfsburg das Tor, wurde 2009 deutscher Meister, 2015 Pokalsieger und ein Jahr später deutscher Superpokalsieger. Von 2017 bis 2020 spielte er für die AS Monaco und beendete in diesem Sommer seine Karriere. Benaglio absolvierte 61 Länderspiele für die Schweiz und nahm an den Weltmeisterschaften 2006, 2010 und 2014 sowie der EURO 2008 und den Olympischen Somnmerspielen 2012 teil. Zudem wurde er 2009 und 2013 Schweizer Fussballer des Jahres. Heute lebt Diego Benaglio mit seiner Frau und seinen zwei Töchtern in der Nähe von Zürich.

Ist es spannend, dass es um Sportler generell und nicht nur um Fussballer geht
Definitiv! Ich finde auch unseren Community-Gedanken cool, dass man mit vielen anderen Sportlern in Kontakt kommt. Es sind, sobald die Pandemie es zulässt, Sportler-Days geplant, wo man sich trifft und austauscht. Es ist wertvoll, die Herausforderung der anderen zu sehen. Eigentlich ist es ja oft etwas ungerecht verteilt. Ein Olympionike hat leider im seltensten Fall nach seiner Karriere ausgesorgt, bei einem Fussballer ist die Chance dazu viel grösser. Und sie leisten ja definitiv nicht weniger als Fussballer. Vielleicht wird so auch dem einen oder anderen Fussballer bewusst, wie privilegiert sein Leben ist. Das wäre ein schöner Nebeneffekt solcher Community-Days.

Vermissen Sie heute nichts vom Fussball?
Im Moment nicht. Ich habe meine Zeit als Profi genossen und wenn man mir mit 15 oder 16 Jahren diese Karriere prophezeit hätte, hätte ich blindlings unterschrieben. Ich bin extrem happy über die Vergangenheit und trauere nichts nach. Nun freue ich mich auf die neue Herausforderung.