

Titelkampf in der Formel 1: So wichtig ist die Psyche



Fünf Rennen noch. Zwölf Punkte trennen Max Verstappen und Lewis Hamilton. Eng, eng, Formel 1: Der Titelkampf in der Motorsport-Königsklasse wird 2021 auf absoluter Augenhöhe geführt, und nach seinem Sieg zuletzt in Austin spricht das Momentum für Verstappen und Red Bull Racing.

Fünf Rennen noch. Zwölf Punkte trennen Max Verstappen und Lewis Hamilton. Eng, eng, Formel 1: Der Titelkampf in der Motorsport-Königsklasse wird 2021 auf absoluter Augenhöhe geführt, und nach seinem Sieg zuletzt in Austin spricht das Momentum für Verstappen und Red Bull Racing. Mehr ist es für den Führenden aber auch nicht - eine Momentaufnahme eben.

"Das ändert nicht viel, denn es geht vor allem um Details. Ein Sieg gibt mir kein zusätzliches Selbstvertrauen oder so. Wir alle im Team sind zuversichtlich, dass wir einen richtig guten Job machen können. Aber wir müssen uns um die Details kümmern, direkt auch wieder in Mexiko, damit wir aus unserem Paket das Beste herausholen können", sagte Verstappen.

Doch bei wem liegt nun der Vorteil, wenn es auf den letzten Metern der Saison auf Kleinigkeiten ankommen wird, wenn es um Nuancen geht?

"Der Vorteil liegt definitiv bei Red Bull und Max Verstappen", sagte der frühere Weltmeister Damon Hill im Podcast F1 Nation. "Mercedes und Lewis waren glaube ich schon enttäuscht, diesen Sieg nicht geholt zu haben. Denn ich glaube, sie hätten ihn gebraucht." Für Hill hat Verstappen "zwei Finger am Pokal: Noch nicht die ganze Hand, schon gar nicht zwei Hände. Aber zwei Finger. Und das weiß er auch."

Nico Rosberg, der frühere Teamkollege von Hamilton, will sich nicht festlegen. "Man kann es nicht sagen. Irgendwie würde ich immer noch zu Lewis tendieren. Durch die Erfahrung und weil er es eigentlich immer gewinnt", sagte Rosberg. Für ihn ist aber auch klar: "Max ist momentan ein Gigant." Rosberg glaubt: "Das wird so eng in den letzten Rennen. Da wird noch so viel passieren."

Eine wichtige Rolle spielt in einem so engen Titelkampf die Psyche. Die Formel 1 ist Kopfsache, wie der Sportpsychologe und Mentaltrainer Matthias Herzog im Gespräch mit dem Motor-Informationen-Dienst (mid) bestätigt. "Das ist im Grunde nur Psyche. Die Jungs müssen körperlich fit sein, aber auch ihre Konzentration halten, müssen mutig sein, stehen unter Dauerspannung und unter Druck. Der kleinste Fehler kann große Auswirkungen haben. Verstappen und Hamilton sind mental komplett schmerzfrei, das sind 'Killer'", sagt er.

Verstappen hat in diesem Jahr bewiesen, dass er dem Druck mit seinen 24 Jahren gewachsen ist, er bleibt cool und besonnen. Bester Beweis war das Heimspiel in Zandvoort, als ein ganzes Land mit ihm mitfieberte.

Hamiltons unbestrittener Vorteil ist die Erfahrung. Denn der Brite weiß, wie Titelkampf geht, während es für Verstappen das erste Mal ist, dass er um die Krone in der Formel 1 fährt. Sieben WM-Titel aus zehn Saisons, in denen Hamilton die Chance dazu hatte, sprechen für sich.

Wer ist für den Experten der psychisch Stärkere? "Hamilton hat den Vorteil, dass er weiß, wie man Titel gewinnt. Verstappen muss das erst noch beweisen. Er ist auch derjenige, der vom Naturell her das größere Risiko geht. Er hat dafür den Vorteil, dass er wenig nachdenkt, denn Denken ist auch in der Formel 1 hinderlich", sagt Herzog.

Hill glaubt, "dass es für Max jetzt schwierig wird, die Ruhe zu bewahren. Er sieht schon ein bisschen Licht am Ende des Tunnels. Dieses kleine Licht, das dir sagt: 'Du kannst Weltmeister werden.' Meine Güte, da cool zu bleiben! Es kann so schnell gehen und drehen. Es ist jetzt auch so, dass er viel mehr zu verlieren hat. Du bist schon so nah dran, aber du kannst es noch verlieren."

Quelle: unternehmen-heute.de

Autor: Andreas Reiners / mid

Foto: Pixabay