

Ex-Nati-Star Mazzarelli (45) spricht erstmals «Depressionen meine Karriere!»

Ruhm. Geld. Glamour. Millionen träumen vom Leben eines Fussballprofis. Giuseppe Mazzarelli hat dieses Leben gelebt und sagt: «Mein Bubentraum wurde zum **Albtraum.**» Offen und ehrlich redet der ehemalige Fussballstar über seine Krankheit.

MICHAEL WEGMANN (TEXT)
UND TOTO MARTI (FOTOS)

Giuseppe Mazzarelli aus Dübendorf ZH hat es geschafft. Er lebt den Traum von Millionen von Buben. Er wird Meister mit GC, mit St. Gallen, er spielt für die Schweizer Nationalmannschaft. Ab 2001 ist er Fussballprofi im Land seiner Eltern, er spielt bei Bari in Italien.

Doch als ihn der Trainer am 30. März 2003 in der Partie gegen Sampdoria Genua zum Einlaufen schickt, hofft der 30-Jährige, **nicht** spielen zu müssen. «Es fühlte sich an, als müsste ich eine Ansprache vor Hunderten von Leuten halten, einfach noch viel schlimmer. **Mein Hals schnürte sich zusammen, ich konnte kaum mehr atmen**», sagt Mazzarelli.

Dabei müsste er auf einen Einsatz brennen. Bari hat mit Marco Tardelli einen neuen Trainer verpflichtet, der Mazzarelli nach Wochen auf der Tribüne eine neue Chance gibt. Tardelli sei ein wah-

rer Gentleman gewesen, sagt er. «Aber es war zu spät. Als er kam, war ich schon ausgelaugt!»

Keiner will es wahrhaben – er am allerwenigsten

Der 13-fache Nati-Verteidiger ist krank. Der Fussballstar leidet an schweren Depressionen. Nur will es damals keiner wahrhaben, er selbst am allerwenigsten. «Ich hatte körperliche Symptome, glaubte an eine physische Erkrankung oder Verletzung und **liess mich mehrmals von unserem Mannschaftsarzt untersuchen.**»

Doch der Doktor, mittlerweile Teamarzt bei Napoli, habe es wohl einfach nicht sehen wollen, sagt Mazzarelli. Er leidet und ist frustriert. «Wer nie depressiv war, kann sich nicht vorstellen, wie schlimm es sich anfühlt. Man fragt sich dauernd die seltsamsten Dinge wie: Habe ich Angst? Kann ich noch atmen? Habe ich Panik?» Ans Fussball spielen kann er in diesem Zustand nicht mal denken. «Mein Bubentraum wurde zum Albtraum.»

Heute, 15 Jahre später, sitzt er in seinem Büro im Industriegebiet von Kloten ZH. Vor zehn Jahren hat er mit Remo Di Jorio – dem Bruder seines ehemaligen FCZ-Teamkollegen Franco – die Firma «SuisseParking» am Flughafen Zürich gegründet. Einen Valet-Parkservice, den auch die Nationalmannschaft nutzt. «Franco und Remo habe ich wahnsinnig viel zu verdanken», sagt Mazzarelli, «sie waren immer für mich da.» Der mittlerweile 45-Jährige redet ehrlich, direkt und offen über seine Krankheit. Sogar zum Scherzen ist er aufgelegt. «Hast du das grosse Objektiv dabei?», fragt er den Fotografen. «Wegen der vielen Antidepressiva habe ich zugenommen.» **Noch immer ist er in Behandlung.** Einmal pro Monat besucht er seine Psychiaterin. «Die Krankheit schlummert noch immer in mir, aber zurzeit habe ich sie im Griff.»

Er glaubt, dass die italienische Fussballkultur es war, die ihn so weit gebracht habe. **«Ich bin am Druck zerbrochen.»** Am Druck der Presse und der Tifosi, die einen auf Schritt und Tritt verfolgen. Dazu kommen die Fahrten im Mannschaftsbus durch die heruntergekommenen Stadtviertel, in welchen in Italien oft die Stadien

stehen. «Die gegnerischen Tifosi machten durch die Fensterscheiben Zeichen, **wie sie uns die Kehle durchschneiden würden.**»

In der Pause bedrohten uns skrupellose Typen

Einmal seien in der Pause eigene Fans in die Kabine marschiert. Mazzarelli: «Sie drohten damit, uns fertigzumachen, sollten wir nicht den Finger rausnehmen. Das waren **skrupellose Typen mit Narben im Gesicht und einer Knarre im Sack.**» Er und seine Teamkollegen sitzen fassungslos da. Mazzarelli vermutet mittlerweile, dass diese Anhänger damals im Auftrag des eigenen Präsidenten gehandelt hätten, um grossen Druck auf die Spieler auszuüben. **«Er wollte, dass wir vor Angst**

Bitte umblättern



Mit GC wird Mazzarelli (3. v. l.) Meister – seine Mitspieler heissen: Haas, Christ, Esposito, Subiat und Türkyilmaz (v. l.).



Auch mit St. Gallen holt er den Titel. Mit der Nati spielt er gegen Mehmet Scholl. In der Serie A gegen Andrea Pirlo.

über seine schwere Krankheit zerstörten



Persönlich

Giuseppe Mazzarelli kommt am 14. August 1972 in Dübendorf ZH als Sohn italienischer Einwanderer auf die Welt. 1984 wechselt das Talent zum FCZ, wo er 1990 als 18-Jähriger in die 1. Mannschaft kommt. Im Sommer 1996 spielt er ein halbes Jahr bei ManCity. Zurück in der Schweiz wechselt er zu GC, wo er 1999 Meister wird. Den Titel feiert er auch ein Jahr darauf mit dem FC St. Gallen. Sein Bubentraum geht im 2001 in Erfüllung. Giusi aus Dübendorf wechselt in die Serie A zu Bari. Er schlägt ein, bekommt ein Angebot von Inter Mailand. Doch Bari lässt ihn nicht ziehen. Am 30. Mai 2003 «verchlopft» es ihn. ●

Heute redet Giuseppe Mazzarelli offen über seine schwierige Zeit: «Ich traute mich nicht unter Leute, konnte kaum mit meinem Hund spazieren.»

«Da schnürte sich plötzlich mein Hals zusammen»

Giuseppe Mazzarelli

«Sie geben mir Energie!»

Fortsetzung von Seite 17

in die Hosen scheissen und im nächsten Spiel um unser Leben rennen. Das ging mir brutal nah. **Ich hatte richtig Angst**», sagt Mazzarelli. Im Gegensatz dazu sei die Schweiz ein Paradies. Dübendorf, seine Heimat, sowieso. «Wir sind aufgewachsen wie in einer Seifenblase, in Watte gehüllt. Ich war damals einfach zu empfindlich für den Profifussball in Italien!»

Nach seinem elfminütigen Joker-Einsatz in Genua ist Schluss. Zu den beruflichen Problemen kommen grosse private Schwierigkeiten. Mazzarelli und seine damalige Frau Leyla, **die Schwester des Ex-Nati-Stars Kubilay Türkyilmaz**, trennen sich kurz nach der Geburt ihrer Tochter. «Ich fühlte mich nicht verstanden. Alles zusammen war zu viel für mich. Es hat mich verchlöpft!»

Erst wirft Mazzarelli die farbigen Pillen weg

Frau und Tochter ziehen aus, er geht zu einem Doktor in Bellinzona. **Dieser verschreibt ihm Antidepressiva**. Doch Mazzarelli wirft die farbigen Pillen weg. «Ich dachte: Ich bin doch nicht depressiv und brauche keine Psychopharmaka.» Er zieht zurück zu seinen Eltern nach Dübendorf. Besser wirds jedoch nicht. «Meine Mami hat ihr Leben lang gekrampft. Sie konnte nicht verstehen, dass ich mich nicht zusammenreissen konnte, etwas zu tun.»

Sein Leiden wird grösser. Erst trainiert er auf Einladung von Trainer Lucien Favre beim FCZ, unterschreibt aber Monate später beim Erstligisten Baden. **Spiele tut er kaum mehr**. Im Sommer 2005 hört der Mann mit den Laser-Pässen, der noch fünf Jahre zuvor eine tragende Säule in St. Gallens Meistermannschaft war, in der Fussballprovinz auf. Seine Krankheit ist auf dem Höhepunkt. Mazzarelli traut sich

kaum mehr aus dem Haus. **«Ich wäre am liebsten nie mehr aufgestanden**. Ich konnte nicht mehr in ein Einkaufszentrum, nicht mehr unter die Leute. **Ich hatte das Gefühl, ich würde ersticken**. Zudem konnte ich kaum mehr mit meinem Hund spazieren gehen.»

Heute kann er wieder lachen und arbeiten

Bei einem der wenigen Male, in welchem er sein Haus verlässt, lernt er Marisa kennen. «Wir verstanden uns auf Anhieb super und verabredeten uns wieder.» Aus Freundschaft wird Liebe. «Plötzlich hat es klick gemacht!», sagt er. Marisa ist sein grosses Glück.

«Sie hat verständnisvoll reagiert und unglaublich Geduld mit mir gehabt. Ohne sie hätte ich es nicht geschafft.» 13 Jahre sind die beiden nun zusammen. Mittlerweile verheiratet und **seit 22 Monaten Eltern von Kimberly**. Mazzarelli: «Sie sind das Beste, was mir passieren konnte! Kimberly und Marisa geben mir extrem Energie.» Heute spielt und lacht er mit seiner kleinen Familie. **Einmal im Monat geht er zu seiner Psychiaterin**. «Mit ihr kann ich über alles reden, es passt einfach. Diese regelmässigen Sitzungen tun mir wahnsinnig gut.»

Jeden Morgen steht er auf und geht arbeiten. Er spielt sogar wieder Fussball. Zum Plausch mit den Di Jorios und anderen Kumpels. Mazzarelli lebt sein Leben. Es ist **für ihn eine grössere Leistung als jeder Meistertitel**, jedes Länderspiel. ●



**Robert Enke (†32):
Der Goalie verübt
2009 Selbstmord.**

«Es kann die

Er ist Captain in Hannover, die Nummer zwei der deutschen National-elf, als Goalie geachtet und als Mensch beliebt. Und doch wirft sich Robert Enke am Abend des 10. November 2009 vor einen Zug. Er ist 32 Jahre alt. Wegbegleiter bleiben geschockt zurück und rätseln – wie Per Mertesacker. Er spielte lange mit Enke und sprach zuletzt im



Eine kleine, glückliche Familie. Giuseppe mit seiner Marisa und Tochter Kimberly. «Sie sind das Beste, was mir passieren konnte!»

Sportpsychologe Ruedi Zahner «Genial, dass Mazzarelli so offen spricht»

Der ehemalige Fussballprofi, Trainer und Sportchef Ruedi Zahner (61, Bild) ist diplomierte Sportpsychologe. Er gilt als Pionier im Bereich Leadership im Spitzensport. Seit 20 Jahren arbeitet er als Mentor und Coach mit Trainern, Schiedsrichtern, Sportlern und Klubs.



Giuseppe Mazzarelli erzählt, wie er am Druck des Fussballgeschäfts zerbrochen ist und wegen starker Depressionen seine Karriere beenden musste ...

Ruedi Zahner: ... Dass er mit seiner Geschichte an die Öffentlichkeit geht und so offen und ehrlich über seine Ängste spricht, ist genial, mutig und bewundernswert. Er und seine Geschichte sind eine Inspiration für uns alle. Für Spitzensportler, Funktionäre und vor allem für die Trainer

Inwiefern?

Im Spitzensport gehts um viel Geld, Prestige und ums Image. Tausende schauen einem Profisportler bei der Arbeit zu. Wenn es läuft, wird man hochgejubelt. Wenn es nicht läuft, niedergepöfcht. Jeder Spitzensportler steht unter Druck, jeder hat Ängste. Das grosse Problem ist, dass keiner darüber redet. Jetzt kommt ein ehemaliger Nati-Spieler und zweifacher Schweizermeister und erzählt von seinen Gefühlen. Da wird sich der eine oder andere denken: Aha, der hatte auch Angst. Denn solange keiner darüber spricht, hat man immer das Gefühl, man sei der einzige, der Angst hat. Schade ist es, dass es bei Mazzarelli so weit kommen musste.

Wie meinen Sie das?

Dass er am Druck zerbrechen musste. Dass er schlussendlich mit dem

aufhören musste, was er am meisten liebt: dem Fussballspielen. Deshalb ist wichtig, dass Fussballer schon in jungen Jahren nicht nur körperlich trainieren, sondern auch am Mentalen, im Bereich Persönlichkeit arbeiten. Vor allem Trainer und Vereine sollten in diesem Bereich arbeiten.

Sind die Fussballer speziell gefährdet?

Fussball ist zwar eine Mannschaftssportart, dennoch aber ein ausgeprägtes Ego-Business. Man redet nicht über Druck und Ängste. Es würde als Schwäche ausgelegt werden und Schwäche zeigen geht nicht. Dabei würde genau dies helfen. Denn wer zu seinen Ängsten steht, dem ist schon sehr stark geholfen. Eigentlich wäre es die Aufgabe eines Trainers, den Spielern Ängste zu nehmen und Vertrauen zu schenken. Er ist dafür verantwortlich, dass der Spieler Wochenende für Wochenende sein Bestes abruft. Das Problem ist, dass der Trainer selbst auch unter riesigem Druck steht und mit eigenen Ängsten zu kämpfen hat. ●

INTERVIEW: MICHAEL WEGMANN

Stärksten treffen»

«Spiegel» offen über Druck im Fussball. Mertesacker fragt sich: «Wie war es möglich, dass ich davon nichts mitbekommen hatte? Und natürlich schmerzte auch die Frage: Warum hatte er mir nie von seinen Depressionen berichtet, wir waren doch Freunde, die sich, wie man so sagt, alles erzählten.»

Auch Sebastian Deisler leidet an Depressionen. «Basti Fantasti» nennen sie ihn, das Talent, das so viel

verspricht – und kaum etwas hält. 2003 geht der Bayern-Profi vor einem Champions-League-Spiel in Turin auf Manager Uli Hoeness zu und gesteht: «Ich kann nicht mehr.» Er begibt sich in Behandlung und kehrt zwischendurch auf den Rasen zurück. 2007 gibt er 27-Jährig auf.

Mertesacker: «Es kann auch die Stärksten wie Robert treffen, weil es wie Krebs einfach eine Krankheit ist.»

MIS

ANZEIGE



MYSPO RTS-HIGHLIGHTS

BASEBALL	Montag, 16. April	
MLB: Baltimore Orioles @ Boston Red Sox	17.00 Uhr	Sport 1 US HD (MySports Pro)
EISHOCKEY	Montag, 16. April	
KHL Playoffs: AK Bars Kazan - CSKA Moscow	17.55 Uhr	MySports 2
Playoffs: HC Lugano - ZSC Lions	19.45 Uhr	MySports 1
EISHOCKEY	Dienstag, 17. April	
NHL Playoffs: Winnipeg Jets @ Minnesota Wild	02.00 Uhr	Sport 1 US HD (MySports Pro)
Ligaqualifikation: EHC Kloten - SC Rapperswil-Jona Lakers	19.45 Uhr	MySports 1
HANDBALL	Mittwoch, 18. April	
EHF Champions League: Flensburg-Handewitt - Montpellier HB	18.55 Uhr	MySports 3

Hole dir jetzt das MySports-Pro-Paket - im Monats-Abo oder als Tagesticket.