



Zurück auf dem Feld:
Wiebke Silge (links)
und Irina Kemmsies
greifen nach einer
Volleyballpause
wieder an

HÖRT AUF EUER HERZ

Sie galten als große Talente im deutschen

Volleyball: [Wiebke Silge und Irina Kemmsies](#).

Doch beide beendeten bereits mit Anfang 20 abrupt ihre Karrieren.

In der Schweiz wagen sie nun einen Neuanfang. [Lea Becker sprach](#)
mit beiden Athletinnen über ihr Comeback und ihre Zukunftspläne

Mit 15 Jahren zogen Wiebke Silge und Irina Kemmsies in das Sportinternat in Münster. Es sollte der Beginn von zwei tollen Karrieren werden. Das wurde zwar schwierig, aber die besondere Freundschaft blieb. Bereits mit 17 Jahren feierten die Mittelblockerin und die Zuspieldlerin mit dem USC Münster ihr Debüt in der Bundesliga. Kurze Zeit später gab Wiebke Silge beim traditionsreichen Nationenturnier in Montreux ihre Premiere in der Nationalmannschaft.

Die 1,90 Meter lange Spielerin wurde als eines der größten Talente im deutschen Volleyball gehandelt und war in der Nationalmannschaft als feste Größe eingeplant. Ihr schien die Welt offenzustehen, doch es sollte anders kommen. Mit gerade mal 20 Jahren sorgte die gebürtige Münsteranerin für einen Paukenschlag, als sie dem Spitzensport ade sagte. Sie werde sich stattdessen auf ihr Studium konzentrieren, teilte Wiebke Silge mit: „Ich wollte nicht nur auf Volleyball setzen, sondern ein zweites Standbein haben“, sagt die 56-fache Nationalspielerin rückblickend.

Wiebke Silge über ihr Karriereende:

„Es war ein großer und schwerer Schritt, aber ich bereue ihn nicht.“

Nach ihrem Wechsel nach Potsdam hatte sie versucht, neben dem Leistungssport noch zu studieren, musste jedoch feststellen, dass beides gleichzeitig für sie nicht vereinbar war. Auch ein Fernstudium scheiterte. Zudem wollte sie „das normale Leben kennenlernen“. Als Leistungssportlerin hatte sie wenig Zeit für andere Dinge und musste auf vieles verzichten. Nun lernte Wiebke Silge schätzen, was sie all die Jahre entbehrt hatte: „Es war schön, frei über meine Zeit zu verfügen, das habe ich wirklich genossen.“

Leicht fiel ihr der Abschied vom Profisport jedoch nicht. „Es war ein großer und schwerer Schritt, aber ich bereue es definitiv nicht“, sagt die 24-Jährige heute. Mit ihrer Familie und Freunden sprach sie über ihre Gedanken und holte sich Ratschläge. Auch Irina Kemmsies stand ihrer Freundin in dieser Zeit bei. Ihren Entscheidungsprozess beschreibt Wiebke Silge so: „Am Ende musst du es sowieso mit dir selbst ausmachen. Ich habe auf mein Gefühl gehört.“ Bevor ihre Karriere richtig Fahrt aufnehmen konnte, war sie vorbei.

Als Ex-Profi studierte sie fortan in Osnabrück Betriebswirtschaftslehre und Gesundheitswesen und konnte die ungewohnt viele freie Zeit endlich für alles nutzen, was sonst hinten stand. „Es gab noch so viel, was ich gerne mal machen wollte.“ Wiebke Silge traf sich ausgiebig mit Freunden und probierte neue Sportarten aus. „Ich habe das Studentenleben genossen“, sagt sie. Der neue Abschnitt ihres Lebens habe ihr viel gegeben: „Ich konnte mich persönlich weiterentwickeln, dafür bin ich dankbar.“

Ganz ohne Volleyball ging es aber nicht, „weil es ein Ausgleich ist, der mir einfach Spaß macht“. Wiebke Silge kehrte zu ihrem Heimatverein nach Ostbevern vor den Toren von Münster zurück und schlug mit dem BSV in der 3. Liga auf. Für eine immer noch junge Ex-Nationalspielerin mit EM- und WM-Erfahrung war das natürlich keine echte Herausforderung. Die Mittelblockerin war die Leistungsträgerin, 2019 gelang der Aufstieg ins Bundesliga-Unterhaus. „Ich habe es genossen, ein bisschen lockerer zu trainieren und mit meinen Freunden von früher zu zocken“, beschreibt Wiebke Silge die Zeit nach dem Leistungssport.

Ihr war es egal, in welcher Liga sie auflief, Hauptsache sie hatte wieder Spaß auf dem Spielfeld. Denn der war ihr als Profi zuletzt abhanden gekommen. „Volleyball hat mein Leben komplett bestimmt.“ Nach der Saison mit ihrem Verein ging es übergangslos zur Nationalmannschaft, von dort zurück zum Klub und im nächsten Sommer wieder zu den DVV-Frauen. Heute weiß Wiebke Silge: „Im Nachhinein hätte mir eine Pause ganz gut getan.“ In Ostbevern konnte sie befreit aufspielen und ihre Erfahrung weitergeben.

Während Wiebke Silge die 3. und 2. Liga aufmischt, war Irina Kemmsies Dreh- und Angelpunkt beim VC Wiesbaden und reifte zur Nationalspielerin. Im Frühjahr 2018 galt sie als große deutsche Hoffnung auf der Position der Spielmacherin und hatte Angebote von Klubs im In- und Ausland. Doch auch Irina Kemmsies legte eine Vollbremsung hin: Im Herbst 2018 beendete sie abrupt ihre Karriere. Sie war mental ausgebrannt. Zwar war Volleyball immer ihre Passion, gleichzeitig war es aber auch ihr Vollzeitberuf, bei dem sie Leistung bringen musste. „Ich habe mir selbst zu viel Druck gemacht“, sagt die 24-Jährige heute. In Wiesbaden fehlte ein Backup auf ihrer Position, im Sommer ging es nahtlos bei den DVV-Frauen weiter. Für Irina Kemmsies war die mentale Belastung zu hoch.►

In der Schweiz haben Wiebke Silge (Nummer 12) und Irina Kemmsies (links daneben) den Spaß wiedergefunden



foto: werner schlüter



otos: werner schäpfer, conny kurth (2)



In Münster starteten die Karrieren von Wiebke Silge und Irina Kemmsies (Foto rechts), in der Nationalmannschaft war Wiebke Silge eine feste Größe (Foto Mitte), jetzt spielen die beiden Freundinnen gemeinsam in der Schweiz (Foto links)



„Wenn man einfach alles mitmacht, ohne wirklich darüber nachzudenken, überrumpelt das einen wie eine Welle.“ Der Körper funktionierte zwar, aber für den Kopf war es irgendwann zu viel. „Ich bin auf eine Wand zugerast, ich war am Ende meiner Kräfte“, beschreibt Irina Kemmsies ihre damalige Situation. Sie stand kurz vor einem Burnout, wachte schon morgens mit Bauchschmerzen auf. Ihr Körper habe ihr gesagt: „Irina, überdenk bitte, was du gerade tust, was dir wichtig ist und was du in den nächsten Jahren nicht missen möchtest.“

Mit ihrer damaligen Agentin Angelina Hübner hatte Irina Kemmsies eine wichtige Bezugsperson, die ihr half, wieder zu sich zu finden. „Allein hätte ich wahrscheinlich einfach weiter gemacht“, sagt die Zuspielerin. Ihr wurde bewusst, dass Volleyball sie in ihrer persönlichen Entfaltung ausbremste und entschied sich für einen radikalen Schnitt. Für die junge Volleyballerin war es die „schwierigste Entscheidung, die ich jemals treffen musste“. Jahrelang hatte sie alles in den Sport investiert, nun warf sie alles über den Haufen. „Ich musste die Handbremse ziehen und Volleyball komplett aus meinem Leben verbannen.“

Sie lernte das Leben ganz neu kennen: Neue WG, neuer Tagesablauf, raus aus dem Alltag als Athletin, die ihr ganzes Dasein dem Leistungssport unterordnet. Irina Kemmsies schloss ihr Studium im Fach Soziale Arbeit ab, wurde Stadtteilmanagerin in Wiesbaden und Ansprechpartnerin zur Prävention sexueller Gewalt im Deutschen Volleyball-Verband.

Doch so richtig wohl fühlte sie sich in ihrem neuen Dasein nicht. „Ich musste einfach mal ganz weit weg und komplett raus aus allen Strukturen“, berichtet sie und krempelte ihr

Leben erneut um: Sie kündigte ihren Job, packte ihren Rucksack und zog in die Welt. Das war radikal und erwies sich als Befreiungsschlag. Irina Kemmsies reiste durch Australien und Neuseeland, lernte neue Menschen kennen, ging ausgiebig wandern, trampete und schlief unter sternklarem Himmel. Sie lernte, wie wenig sie benötigt, um glücklich zu sein und kehrte mit einer inneren Ruhe und Balance zurück. Allerdings nicht nach Deutschland, sondern in die Schweiz.

Irina Kemmsies: „Der Sport hat mich nicht bedrückt, sondern die Strukturen, in denen ich gefangen war.“

Schon vor ihrer Reise zeichnete sich ab, dass sie ihrer großen Leidenschaft Volleyball eine zweite Chance geben wollte. Nicki Neubauer, Trainer beim Schweizer Erstligisten VC Kanti Schaffhausen, hatte den Kontakt zu Irina Kemmsies gesucht, er kannte die Zuspielerin aus Nationalmannschaftszeiten. „Irina, ich weiß, dass du den Sport liebst, meinst Du, wir können es nochmal probieren?“, schrieb er und traf einen Nerv. „Es war ja nicht der Sport, der mich bedrückt hat, sondern die Strukturen, in denen ich gefangen war“, sagt Irina Kemmsies. Während ihrer Auszeit hatte sie viel Zeit, um die Dinge für sich zu reflektieren. Sie wusste, dass sie einen gewissen Freiraum benötigt und nur unter bestimmten Bedingungen zurück auf das Feld kehren würde.

In Schaffhausen fand sie ein Umfeld, das ihren Vorstellungen entsprach: ein vertrauenswürdiger Trainer auf Augenhöhe, kurze Auswärtsfahrten und ein verständnisvoller Verein, der „nicht versucht, mich in ein Korsett zu stecken, sondern hinter mir und meinen Vorstellungen steht und mich gewähren lässt“. Dabei genießt sie ein neues Lebensgefühl: „Ich bin jetzt eigenständig und selbstbestimmt. Ich muss mich nicht fügen, weil ich das denke.“

In der Schweiz hat Irina Kemmsies den Spaß am Volleyball wiedergefunden. Das Ballgefühl kam nach der langen Pause schnell zurück, sie fühlt sich gut auf dem Feld. In der vergangenen Saison war sie mit Schaffhausen auf dem Weg zur Meisterschaft – doch dann wurde sie durch Corona ausgebremst. Nun will sie „das Unvollendete vollenden“ und mit ihrem Team die Meisterschaft feiern.

Was danach kommt, weiß Irina Kemmsies noch nicht. „Ich bin ein dynamischer Mensch. Ich könnte jetzt aufhören oder auf Angebote hoffen. Ich bin selbst gespannt, was kommt.“ Eine Rückkehr in die Nationalmannschaft schließt die Zuspielerin nicht komplett aus, doch im Moment steht ihr Fernstudium als Master-Fortbildung zur Entwicklungsberaterin für Kinder und Jugendliche im Vordergrund.

In Schaffhausen läuft Irina Kemmsies wieder gemeinsam mit ihrer Freundin Wiebke Silge auf. Mit dem Aufstieg in die 2. Liga kam bei der Mittelblockerin der Ehrgeiz zurück, es doch nochmal als Profi zu versuchen. Auf dem Weg zurück war Irina Kemmsies eine große Stütze. „Wir waren schon immer auf einer Wellenlänge“, sagt Wiebke Silge. Ihre langjährige Weggefährtin sei eine perfekte Gesprächspartnerin, weil sie nach

dem vorzeitigen Karriereende ebenfalls das Comeback wagte. Die Zuspielerin hatte ihre Finger im Spiel, als es darum ging, wohin der Weg zurück führt. „Ich wollte eine gute Freundin bei mir haben, also habe ich Nicki mal von Wiebke berichtet“, erzählt Irina Kemmsies. Der Rest ergab sich dann wie von selbst.

Für die beiden Freundinnen ist die Schweiz genau das richtige Pflaster für ein Comeback. „Es ist entspannter und familiärer hier, der Druck ist nicht so groß. Wir haben zwar professionelle Strukturen, aber das Niveau der Liga ist insgesamt nicht so hoch“, sagt Irina Kemmsies. „Es ist ein neues Land, neue Mannschaften und neue Hallen, hier kann man gut wieder zu seiner Leistung finden“, ergänzt Wiebke Silge.

Auch sie kann noch nicht sagen, wie es nach der Saison weitergeht. Fest steht nur: „Ich möchte auf jeden Fall weiter Volleyball spielen.“ Es sind zwei außergewöhnliche Karrierewege, die diese beiden Spielerinnen für sich gewählt haben. Irina Kemmsies spricht auch für ihre Mitspielerin, wenn sie sagt: „Ich bereue nichts, ich würde alles genauso wieder machen.“ Sie sei „stolz, meinen eigenen Weg gegangen zu sein. Ich bin da stärker denn je rauskommen. Hätte ich das nicht gemacht, wäre ich nicht die Persönlichkeit, die ich jetzt bin.“ Auch Wiebke Silge ist dankbar für das, was sie erlebt hat: „Ich bin offener und selbstbewusster geworden.“ Talente, die am Anfang ihrer Karriere stehen und den weiten Weg nach oben vor sich haben, gibt sie den folgenden Rat: „Man sollte immer auf sein Herz hören und das machen, was man für richtig hält.“ Und natürlich das wichtigste Argument: „Man muss den Spaß am Volleyball immer behalten.“ ■