

*Wie wirkt sich ein absolvierter Wettkampf auf die Motivation zur wissenschaftlichen Arbeit aus?*

Das Gute an zwei so unterschiedlichen Bereichen ist, dass in der Regel einer immer ganz gut läuft. Damit schaffe ich es auch meistens positive Eindrücke vom Sport in den Beruf aber auch umgekehrt zu transferieren und kann mich dadurch auch besser motivieren. Vor allem nach einem gut gelaufenen Wettkampf, nach dem der Endorphin-Spiegel hoch ist, fällt es mir trotz Müdigkeit leicht, die Dinge voranzutreiben.

*Wie wirkt sich hingegen das tägliche Training auf die Motivation aus?*

Es gibt Phasen in denen man viel trainiert und körperlich müde ist aber aufgrund der Notwendigkeit des Wettkampfes weitermacht. In diesen Phasen kann die Motivation, und ich spreche hier nicht nur über die Motivation Sport zu betreiben, doch eingeschränkt sein.

*Kann umgekehrt das wissenschaftliche Arbeiten sportlich motivieren?*

Wenn es im Sport nicht so läuft, kann ich mich in anderen Bereichen entfalten. Hierdurch entsteht bestimmt eine gewisse Sicherheit die wiederum so beflügeln kann, dass daraus positive Energien für den Sport abgeleitet werden können. Zwei Standbeine können nicht getrennt voneinander gesehen werden. Rückkoppelungen sind unvermeidlich und können positiver oder negativer Natur sein.

*Können sie die Zeit während einer Trainingseinheit, also wenn sie zum Beispiel zwei Stunden laufen gehen, in wissenschaftlicher Hinsicht nutzen?*

Tatsächlich kann man im Training unterschiedliche Dinge verarbeiten, man kann zumindest über Dinge in Ruhe nachdenken. Beim Laufen fallen mir durchaus noch zu erledigende Dinge ein oder ich kreierte Lösungen zu etwaigen Problemen. Wenn ich am Rad trainiere, spreche ich mir das eine oder andere

Mal mit meinem Handy, das ich beim Training immer dabei habe, Sachen auf den Anrufbeantworter um sie nicht zu „verlieren“.

*Wie schaffen sie es das Training und die Arbeit unter einen Hut zu bringen, welche Tools verwenden sie?*

Tools verwende ich eigentlich keine. Ich versuche einfach nur eine gewisse Struktur und Routine in meinen Tag zu bringen. Als ich noch Vollzeit gearbeitet habe, fand das Training einfach vor und nach der Arbeit statt. Trotz meiner derzeitigen Halbtagsstätigkeit habe ich diese Routine beibehalten, allerdings habe ich jetzt mehr Zeit für andere Dinge, das war davor überhaupt nicht der Fall war.

*Sie sind am Institute of Production Science and Management der TU Graz Guest Lecturer zum Thema Quality Management. Wie wirkt sich die doppelte Belastung auf die Qualität der Tätigkeiten aus?*

Ich bin davon überzeugt dass sehr gute Synergieeffekte erzielt werden können. Man wird durch das Training mental leistungsfähiger und ausdauernder, ganz nach dem Motto: Nur in einem gesunden Körper steckt auch ein gesunder Geist!

*Was sind ihre weiteren Ziele in Sport und Wissenschaft?*

Derzeit bin ich eher sportlich fokussiert. Allerdings ist das Ende meiner Karriere absehbar, daher möchte ich mich noch eine Saison verstärkt darauf konzentrieren, um mich anschließend voll dem Berufsleben zu widmen. Derzeit bin ich zwar als Senior Researcher am VIF und somit in der Forschung tätig, ich sehe meine weitere Zukunft allerdings weniger in der Wissenschaft sondern eher in der Wirtschaft.

Danke für das Gespräch!

Das Interview führte DI Hannes Fuchs

## Impressum

**Medieninhaber (Verleger):**  
Österreichischer Verband der  
Wirtschaftsingenieure

**Schriftleitung:**  
Prof. Dr. Siegfried Vössner  
E-Mail: voessner@tugraz.at

**Redaktion/Layout:**  
Mag. (FH) Ursula Zmölnig  
Mobil: 0676/72 94 653  
E-Mail: ursula.zmoelnig@chello.at

**Redaktionsteam:**  
Chefin vom Dienst & Marketingleiterin:  
Mag. (FH) Ursula Zmölnig

**Redakteure:**  
Dipl.-Ing. Gerald Lichtenegger,  
gerald.lichtenegger@tugraz.at  
Mag. DI Gerald Gruber  
E-Mail: gerald.gruber@tugraz.at  
Dipl.-Ing. Markus Kohlbacher  
E-Mail: markus.kohlbacher@tugraz.at  
Dipl.-Ing. Hannes Fuchs  
E-Mail: hannes.fuchs@tugraz.at  
Dipl.-Ing. Hannes Oberschmid  
E-Mail: hannes.oberschmid@tugraz.at

### Anzeigenleitung/Anzeigenkontakt:

**P2 Marketing**  
Mag. (FH) Ursula Zmölnig  
Mobil: 0676/72 94 653  
St.-Peter-Hauptstraße 119/1, 8042 Graz  
Tel. +43/676/72 94 653  
E-Mail: ursula.zmoelnig@chello.at  
www.p2marketing.at

### Satz, Druck:

Medienfabrik Graz / Steierm. Landesdruckerei  
GmbH, 8010 Graz, Hofgasse 15  
Tel. 0316/80 95-0, Fax 0316/80 95-48  
ISDN: 0316/851720 oder 829350  
www.mfg.at  
Auflage: 2.500 Stk.

### WING-Sekretariat:

Kopernikusgasse 24/3, 8010 Graz,  
Tel. (0316) 873-7795  
WING-Homepage: www.wing-online.at

### Erscheinungsweise:

4x jährlich, jeweils April, Juli, Oktober sowie  
Dezember.  
Nachdruck oder Textauszug nach Rücksprache mit  
der Schriftleitung des „WING business“.  
Erscheint in wissenschaftlicher Zusammenarbeit mit  
den einschlägigen Instituten an den Universitäten  
und Fachhochschulen Österreichs. Wirtschafts-  
ingenieure sind wirtschaftswissenschaftlich gebildete  
Diplomingenieure mit Studienabschluss an einer  
Technischen Universität, an einer technischen  
Fakultät einer Universität oder einer technischen  
Fachhochschule.  
ISSN 0256-7830