

«Willkommen im Trainerberuf»

Marc Berthod*

über gleiche Ziele
und fehlende
Reaktionen



Zehn junge angehende Skirennfahrer stehen, um es direkt auszudrücken, ohne jegliche Reaktion vor mir, nachdem ich das Gefühl hatte, eine interessante Redegeschwungen zu haben. Die einen träumten vor sich hin, die anderen wendeten den Blick ab, wiederum andere quatschten. Aber ein Feedback, was ich erwartete oder zumindest erhoffte, kam keines. In diesen Momenten denke ich: «Willkommen im Beruf als Trainer.» Erinnerungen kamen hoch, wie oft stand ich doch vor einem Trainer, ohne mit der Wimper zu zucken. Erzähl du mal, dann schauen wir weiter, war doch oft meine Einstellung. Der Trainer muss

doch spüren, was der Athlet braucht, ohne dass ich es ihm auf die Nase binde. Wenn ich mir das recht überlege, hatte ich oft hohe Erwartungen an den Trainer, welche er eigentlich gar nicht hatte erfüllen können. Jetzt finde ich mich auf der anderen Seite wieder und bin dieser Situation ausgesetzt.

Unterschiedlichste Charaktere auf verschiedensten Niveaus, immerhin haben alle das gleiche Ziel: den Ski-Welt-Cup. Aber genau dieser Punkt macht den Trainerberuf unheimlich spannend, wenn auch sehr herausfordernd. Es gibt nicht diesen einen Weg, der gegangen werden kann und auch Erfolg verspricht. Vielmehr ist es ein Abwägen, welche Akzente zu welcher Zeit gesetzt werden. Eine funktionierende Kommunikation ist eine erforderliche Basis für Erfolg. Ob diese verbal oder mittels Mimik und Gestik vonstatten geht, ist nicht entscheidend, Hauptsache das Gegen-

über kann diese deuten. Dieser Aspekt funktioniert nicht von heute auf morgen. Aus diesem Grund ist eine konstante Betreuung des Athleten als wichtig einzustufen.

In meiner Karriere hatte ich bis zu meinem ersten Weltcupstieg mit zwei Trainern zusammengearbeitet. Die Trainer können in der Trainerausbildung noch so gut geschult werden und versuchen dasselbe auf sämtlichen Stufen zu vermitteln, das Zwischenmenschliche bleibt eine Krux und basiert auf Vertrauen. Aber zurück zum Sportgymnasium nach Davos, kürzlich kam nach einem Training ein Athlet zu mir, bedankte sich für die Einheit und meinte, es habe ihm so gepasst! Das hat mich gefreut, weil auch als Trainer brauche ich zwischendurch mal was für das Selbstvertrauen.

* Marc Berthod war bis 2016 aktiver Skirennfahrer. In seiner Kolumne schreibt er über das Leben nach dem Spitzensport.