Leidenschaft, Freude und Mut zu Fehlern

Knapp 75 Nachwuchstrainer der ZSC/GCK trafen sich Mitte Juni 2021 in Arosa zum Kick-off-Event der neuen Saison. Mittendrin in dieser Trainerrunde war das Team von SPEAK Albertin AG mit Katharina Albertin, Esther Flückiger, Katrin Roduner und den Partnerinnen Nicole Mathis und Manuela Müller.

Ihnen wurde die Aufgabe anvertraut, die Trainer in einem Workshop zu den Aspekten der mentalen Stärke zu sensibilisieren. Dies damit die Trainer der Vision von Edgar Salis (Nachwuchsverantwortlicher ZSC/GCK), „junge leidenschaftliche, selbstbewusste und mutige Spieler zu entwickeln“, folgen können.

Bereits während der Planung des Workshops wurden ausgewählte Profitrainer einbezogen, damit der Transfer zum Eishockey gewährleistet werden konnte. Die Trainer sollten in diesem Workshop schliesslich erfahren, wie sie die Leidenschaft und das Selbstvertrauen bei ihren Spielern unterstützen können. Psychische Grundbedürfnisse der Menschen, das Vorbildverhalten der Trainer und die positive Einflussnahme auf die Spieler waren die Kernthemen der Veranstaltung.

Ein weiteres Thema war die Reflexion der eigenen Kompetenz im Zusammenhang mit konkreten und positiven Feedbacks. Die Trainer durften selbst erleben, wie stark sich dies auf ihre Motivation auswirkt. Nun, dass die Athleten nicht immer motiviert sind und verschiedene Seiten haben, war den Trainern nichts Neues. Diese verschiedenen Seiten aber als inneres Team zu betrachten und hinter den „Problemseiten“ Chancen und Potenzial zu erkennen, weckte ihr Interesse und Verständnis. Letzteres auch, da sie sich gleich selbst mit ihrem inneren Team auseinandersetzen durften und dabei ihre „verschiedenen ICH´s“ mit ihren Handlungsmustern, kennenlernten.

Nicht nur die Handlungen der Athleten, sondern auch die der Trainer werden durch ihr Denken und Fühlen stark beeinflusst. Denn auch sie stehen genauso unter Leistungsdruck und profitieren von Selbstvertrauensstärkung und leidenschaftlichem Trainerdasein. Insofern ist

für beide das Erlernen von Denk- und Fühlstrategien wichtig, da sie der optimalen Leistungserbringung und dem Erhalt der Gesundheit dienen. Diese Denk- und Fühlstrategien wiederum können mittels Mentaltraining gelernt werden.

Ein erster Schritt auf dem Weg zur Verfolgung der Vision von Edgar Salis wurde erfolgreich gemacht, oder wie Edgar selbst sagte „der Stein wurde ins Rollen gebracht“.

Das Team von SPEAK Albertin AG und Partnerinnen bedankt sich herzlich bei den Trainern des ZSC/GCK für ihr Engagement im Workshop und ihre Offenheit im Austausch untereinander. Nicht zuletzt wurde dies vorgelebt von der Führungscrew mit Edgar Salis und Thomas Liesch, die alle spüren liessen, dass sie die Vision bereits mit Leidenschaft, Selbstbewusstsein und Mut vorleben!