"Das Coaching im Wettkampf soll die Trainingsarbeit krönen!"

Autor(en): **Hotz, Arturo / Gross, Christian**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Mobile : die Fachzeitschrift für Sport**

Band (Jahr): **4 (2002)**

Heft 5

PDF erstellt am: **03.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-991462

Nutzungsbedingungen

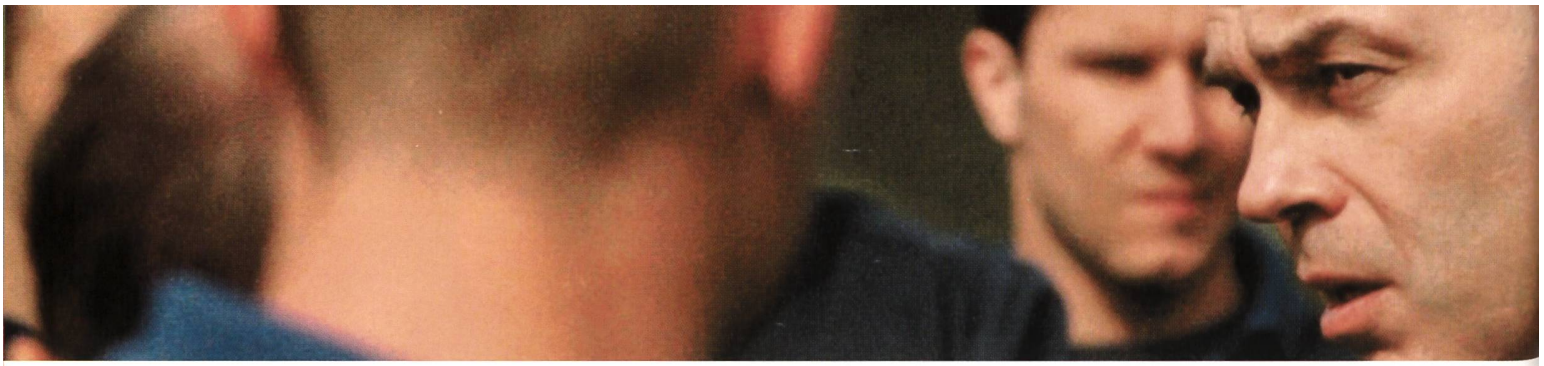
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch



Im Gespräch mit Christian Gross

«Das Coaching im Wettkampf soll die Trainingsarbeit

Fussballtrainer sind viel beachtete und beobachtete Personen im Sport. Ihre Präsenz am Spielfeldrand macht jedoch nur einen kleinen Teil der Coachingarbeit aus. Christian Gross, der Trainer des Schweizer Fussballmeisters FC Basel, charakterisiert Coaching im Wettkampf und im Training und verdeutlicht, wie vielschichtig diese Aufgabe für ihn ist.

Interview: Arturo Hotz

Falls Coaching durch einen andern – mehr oder weniger gleichermassen aussagekräftigen – Begriff ersetzt werden könnte, in welcher Reihenfolge würden Sie die nachfolgenden Akzente am ehesten gewichten, und zwar so, dass ihre Schwerpunktsetzung im Coaching am besten zum Ausdruck kommt? Also: Coaching ist für Sie in erster Linie eine Frage der: Motivation? Beratung? Betreuung? Intervention? Hilfreichen Korrekturen? Taktischen Ratschläge? Technischen Ratschläge? Psychologischen Ratschläge? Tipps zur Leistungsoptimierung? Relevanten Wettkampf-Impulsgebung? Wettkampfspezifischen Handlungsanweisungen? Oder: anderer Vorschläge? *Christian Gross:* Eine gute Sammlung von Umschreibungen; am Ende ist Coaching ein praxisrelevanter Mix von alledem! Beim Coaching geschieht das Wesentliche stets vor dem Spiel. Im Coaching während des Spiels geht es vor allem um Interventionen im Sinne von wettkampfspezifischen Handlungsanweisungen, die naheliegenderweise relevante Wettkampf-Impulse sein sollten. Das heisst konkret: Wenn immer möglich, versuche ich Tipps zur Leistungsoptimierung zu geben, und dies sind meist taktische Ratschläge, höchst selten technische Ratschläge, und alle Zwischenrufe sollten vor allem motivierend sein. So umfasst meine Arbeit an der Linie natürlich auch psychologische Ratschläge samt – hoffentlich! – hilfreichen Korrekturen. Was immer ein Trainer im Coaching-Zusammenhang tut, erfüllt auch die Funktion von Beratung und Betreuung.

Ein guter Mannschaftstrainer leistet in seinem Zwei-Säulen-Job qualifizierte Arbeit als Trainingsgestalter einerseits und als Wettkampf-Coach anderseits. Wie gewichten Sie die beiden Säulen (Leistungsanteile in Prozenten) am Schlussresultat? (Z. B. 60 % Training; 40 % Wettkampf). Könnte ich diese Säulen wirklich gewichten, wüsste ich auch mit welchem Instrument, das ich aber (noch) nicht kenne. Dennoch: Grundsätzlich liegt das Hauptgewicht ohne Frage in der Trainingsarbeit, doch die Anteile sind je nach Zeitpunkt der Periodisierung (Vorbereitung/Freundschaftsspiel/Meisterschaftsspiel/Finalrunde) unterschiedlich. Je besser eine Mannschaft auf der Höhe ihrer jeweiligen Aufgabe steht, und zwar in physischer wie auch in psychisch-taktischer Hinsicht, desto geringer ist der Coaching-Anteil. Ein guter Trainer/Coach baut eine möglichst «reife» Mannschaft auf, die selbst weiss und spürt, was wann wozu getan werden muss! Ich glaube, dass ein gut «eingespieltes» Orchester auch ohne Dirigent gut spielen könnte. Allerdings haben Musiker keine Gegenspieler und auch keine Spielverderber!

Wer war für Sie bestimmend?

- **Ein Vorbild? Wenn ja, wer?**
- **Ihre Erfahrungen als Spieler? Inwiefern?**
- **Coaching-Seminar im Rahmen Ihrer Trainerausbildung? Wo? (Inland oder Ausland?)**
- **Erfahrungsaustausch mit Trainer-Kollegen? (Einst oder noch heute? Auch mit anderen Sportarten-Trainern?)**

Am Ende spielt natürlich alles irgendwie zusammen, ohne dass die einzelnen Anteile noch genau quantifiziert werden könnten. Aus Erfahrung und Wissen gilt es schliesslich, die richtigen Konsequenzen zu ziehen. Vorbild? Wenn, dann habe ich zweifellos von Helmut Johannsen (GC/Bochum) sehr viel profitieren können; besonders in menschlicher Hinsicht war und ist er mein Vorbild.

Erproben Sie manchmal im Training bestimmte Coaching-Varianten? Oder: Kann im Training überhaupt Wettkampf simuliert werden? Ganz klar: Ein gutes Training steht im Dienste des Wettkampfspiels, also gilt es auch, möglichst viele (Standard-)Situationen, die ein Coaching erfordern, zu antizipieren und Varianten zu erproben. Gutes Coaching hängt immer auch mit der Erfahrung des Trainers zusammen: Er muss genau wissen oder zumindest erahnen können, in welchen Situationen welche Spieler wie auf welche Interventionen reagieren könnten. Ein erfahrener Coach kann sich auf seine Intuition verlassen, die es aber in der Nachbereitung immer wieder zu reflektieren und zu relativieren gilt. Aber: Es gehört zur «Faszination Fussball», dass Wettkämpfe schliesslich eben doch anders als das Training sind, und so müssen wir uns immer wieder an die «Wettkampfgeheimnisse» herantasten.

krönen!»

Was halten Sie von den Leitsätzen «Coaching beginnt im Training», «Training ersetzt kein Coaching» und «Coaching ersetzt kein Training»? Sie alle stimmen wohl in der Aussage. Für einen Praktiker wie mich werden sie erst dann relevant und interessant, wenn es mir gelingt, ihre Substanz in der Praxis zu erkennen und sie danach auch erfolgreich umzusetzen.

Wie lautet Ihr wichtigster Coaching-Ratschlag für einen jungen Trainer-Kollegen? «Glaube nicht, im Training Versäumtes, im Spiel mit/durch Coaching kompensieren zu können!»

Was sollte in der Trainerausbildung bezüglich Coaching noch verbessert werden? Welche Schwerpunkte müssten gesetzt werden? Welche Aspekte müssten Ihrer Ansicht nach vermehrt berücksichtigt werden? Grundlegend scheint mir die Frage, inwiefern Coaching überhaupt lehrbar ist! Dass Wissen allein sicher nicht genügt, ist allgemein bekannt. Coaching ist zudem sehr individuell und muss entsprechend erworben und angeeignet werden. Es ist wie eine Kunst, bei der zwar die Technik eine grosse Rolle spielt, aber ein Künstler ist mehr als ein «Handwerker», und dieses «Mehr» kann so einfach (zum Beispiel durch einen Vortrag) nicht vermittelt werden. In der Ausbildung: Weniger belehren, mehr erfahrend – auch durch Musterbeispiele – reflektieren! Diskutieren, abwägen, Fallbeispiele nachvollziehen, Alternativen in Erwägung ziehen und Erfahrungen offen und kritisch unter die Lupe genommen austauschen!

Was halten Sie von Coaching-Praktika bei einem erfahrenen Trainer als Pflicht-Praxis in der Trainerausbildung? Als Idee ohne Frage super, doch die praktische Umsetzung dürfte immer wieder an bestimmten Trainern scheitern, die befürchten könnten, zu viel preiszugeben ...

Werden die Coaching-Möglichkeiten eines Coachs/Trainers am Spielfeldrand eher über- oder unterschätzt? Inwiefern? Wer wild gestikuliert und mit (wenig Selbstkontrolle) interveniert (auch bei Schiedsrichterentscheiden), der hat als Trainer wohl wenig von der Kunst des Coaching erfasst. Auch ist es nicht die Aufgabe eines Coachs, das Publikum zu unterhalten ... Insgesamt glaube ich, dass Coaching notwendig ist und je nachdem auch nützlich sein kann, aber im Fussball – ohne Time-out! – wird allgemein die nachhaltige Wirkung einer aufs Spielfeld hineingeschrieenen Anweisung wahrscheinlich eher überschätzt. **m**

Fotos: Keystone

Christian Gross ist 1954 in Zürich geboren und «gross geworden», spielte u. a. beim Zürcher Grasshopper-Club, mit dem er auch, rund zwanzig Jahre nach seiner Spielertätigkeit, seine ersten nationalen Erfolge als Trainer feiern konnte. Als Trainer im In- und Ausland sammelt und sammelte er führungs- und coaching-bestimmende Erfahrungen, die er vielleicht einmal – ein Traum von ihm? – der Schweizer Nationalmannschaft zur Verfügung stellen wird. Diesen Sommer krönte Christian Gross mit dem FC Basel als Meisterschaftsgewinner und Cupholder seine bisherige Trainerlaufbahn.