Kompetente Spitzentrainer durch individuelle Beratung

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

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

Band (Jahr): **10 (2008)**

Heft 5

PDF erstellt am: **03.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-991639

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

Kompetente Spitzentrainer durch individuelle Beratung

Das neu geschaffene Angebot der Trainerbildung ist ein reales Bedürfnis, wie sich bei der Trainerbefragung aus dem Jahre 2007 herausgestellt hat. Die Trainerberatung orientiert sich an den individuellen Themen, Fragestellungen und Bedürfnissen der Trainer in ihrer Praxis.

Redaktion: Francesco Di Potenza, Foto: Philipp Reinmann

▶ Die Wirksamkeit eines Trainers steigern – ist eines der Hauptziele der Trainerberatung. Die Themen, die dabei behandelt werden, können alle Kompetenzbereiche des Traineralltags betreffen. Der Trainer kann sich mit Experten und Beratern zu Fachfragen, Führung von Athleten und Teams sowie zu Anliegen im Bereich der eigenen Selbst- und Sozialkompetenz austauschen und beraten lassen. «Dies kann beispielsweise die Optimierung des Wettkampfcoachings, der Umgang mit Konfliktsituationen, die wirksame Gestaltung des Höhentrainings oder das Erarbeiten eines Vorgehens für die Entwicklung des Teamspirits sein», erklärt Heinz Müller, Verantwortlicher der Trainerberatung in Magglingen.

Im Ursprung der Idee stand die Befragung von Spitzentrainern, die mit Swiss Olympic Top Athletes arbeiten. Heinz Müller: «Wir wollten von der Trainerbildung her wissen, welche Kompetenzen die Trainer unserer besten Athleten als ihre Stärken bezeichnen und wo sie für sich noch Optimierungsmöglichkeiten sehen.»

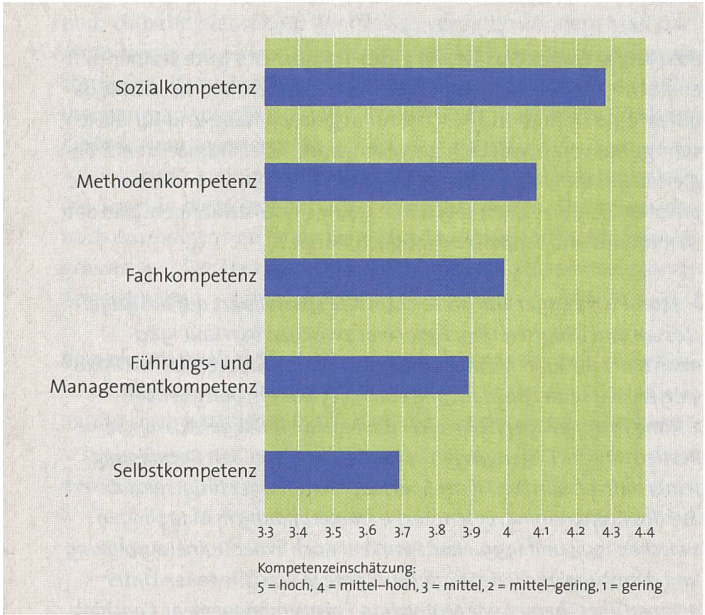


Abb 1: Resultate nach den 5 Dimensionen der Kompetenzeinschätzung

Optimierungspotenzial entdeckt

Mit den 23 ausgewählten National- und Heimtrainern aus Sommersportarten führte Heinz Müller Gespräche über ihre Stärken, Optimierungsbedarf und Entwicklungspotenzial bezüglich ihrer Arbeit als Trainer. «Die Analyse der Resultate zeigt, dass die befragten Trainer ihre Stärken vor allem im Bereich der Sozial-, Methoden- und Fachkompetenz sehen (siehe Abb. 1). Am meisten Optimierungspotenzial deklarierten die Befragten im Bereich der Selbstkompetenz.»

Life-Balance und Selbstmanagement

Klar hervorgegangen ist auch die Tatsache, dass jeder Trainer seine absoluten Stärken hat. Wenn die genauere Analyse der Kompetenzen zeigt, dass die Stärken im Einfühlungsvermögen, dem sportartspezifischen Wissen und Wettkampfcoaching sowie in der Fähigkeit sein eigenes Handeln zu reflektieren, liegen, so besteht nach der Einschätzung der Befragten Optimierungsbedarf in den Bereichen Life-Balance, dem persönlichen Umgang mit den eigenen Ressourcen, der Arbeitstechnik und dem allgemeinen, sportwissenschaftlichen Wissen (siehe Abb. 2).

Ein Grund für Heinz Müller, das Angebot (siehe Wissenswert) masszuschneidern : «Wir bieten entsprechend die Trainerberatung in allen Kompetenzdimensionen an und arbeiten mit adäquaten Beratungsmethoden», so Müller. So können zum Beispiel Fragen rund um die Vereinbarkeit von Trainerjob, längeren Abwesenheiten und dem Familienleben, die Life-Balance sowie eine wirksame Arbeitstechnik zur Bewältigung von Pendenzen in einem Einzelcoaching, in sportartspezifischen Gruppen- oder Team-Settings effizient und lösungsorientiert bearbeitet werden.

«Learning on the job»

Die Trainerberatung ist zwar noch ein junges Angebot, die Evaluation der Beratungen während der Trainerausbildung im Trainergrundkurs, beziehungsweise Diplomtrainerlehrgang, hat aber gezeigt, dass die Möglichkeit die eigenen Themen einzubringen und sich gegenseitig kollegial zu beraten, wirksam genutzt wird. Die Beratung «on-the-job», ausserhalb der Ausbildungszeit, ist am Anlaufen, und es finden verschiedene Einzelberatungen von Trainern im Leistungssport statt.

Ganz klar bleibt dabei das Ziel: Trainern im Leistungssport die Mög-

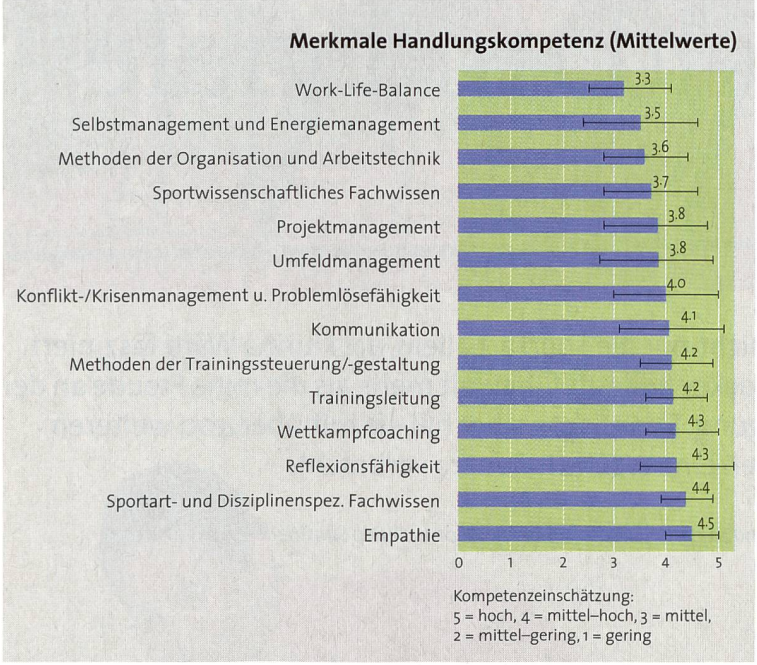
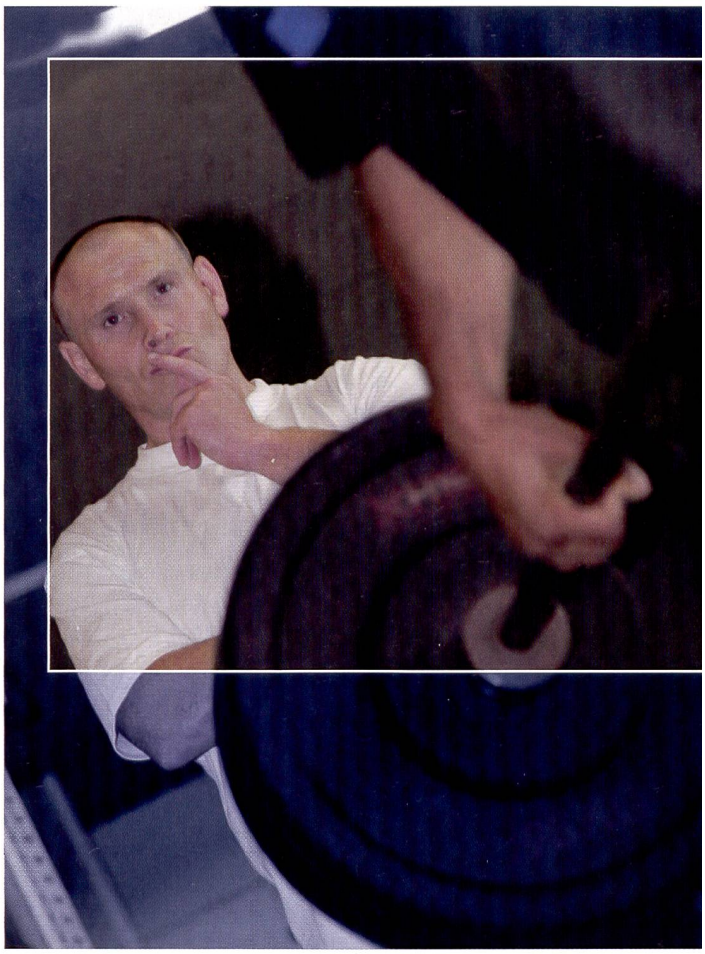


Abb. 2: Merkmale der Handlungskompetenz (Mittelwerte)



lichkeit zu geben, ihre Kompetenzen bedürfnis- und lösungsorientiert zu optimieren und weiterzuentwickeln. Dadurch sind sie in der Lage, ihre Athleten und Teams in ihrer Leistungsentwicklung kompetent und effektiv zu trainieren, zu coachen und zu betreuen. «Die Methodik der Beratung ist dabei immer auf die Thematik des Trainers abgestimmt, wobei persönliches Coaching, Fallberatung, Fachberatung und Kriseninterventionen im Moment am häufigsten in Anspruch genommen werden», erklärt Müller. //

› *Die Methodik und die Resultate der Trainerbefragung (Müller/Bürgi, 2007: Kompetente Spitzentrainer) gibt es als pdf unter: www.mobile-sport.ch*

Kontakt:
Trainerbildung
EHSM Magglingen
Trainerberatung
Bundesamt für Sport BASPO
Hochschule Lärchenplatz
2532 Magglingen
Tel: +41 32 327 64 35
E-Mail: coach_info@baspo.admin.ch

Fachliche Auskünfte:
Heinz Müller, lic. phil.
Supervisor und Coach BSO
Tel: +41 32 327 62 11
heinz.mueller@baspo.admin.ch

Wissenswert

Beratungsleistungen im Überblick

Coaching: Einzelcoaching für Trainer oder Coaching von Trainerteams zum ganzen Themenspektrum des beruflichen Handelns (Wettkampfcoaching, Arbeitstechnik, Life-Balance, Konfliktmanagement ...)
Fachberatung: Beratung in den Bereichen der Leistungsphysiologie, Sportpsychologie, Sportmedizin, Sportwissenschaft, Sportphysiotherapie ...
Supervision: Begleitung von Trainern, Trainer-Gruppen oder Trainerteams bei der Reflexion und Optimierung ihres beruflichen Handelns (Teamentwicklung, Optimierung der Zusammenarbeit)
Fallberatung: Moderierter Austausch von Trainern einer Sportart an Trainertreffs zu ausgewählten Themen des Traineralltags
Coach-the-Coach: Erfahrene Coachs geben direktes Feedback zum eigenen Trainerhandeln in der Praxis
Projektberatung: Support bei der Entwicklung, Realisierung und Evaluation von Projekten für Grossanlässe
Kriseninterventionen/Mediation: Ausgewiesene Coachs/Mediatoren können bei akuten Konfliktsituationen unterstützend beigezogen werden
Während der Ausbildung: Die Absolventen des TGK und DTLG bearbeiten innerhalb der Ausbildungsmodule Themen aus dem eigenen Traineralltag.