

Die Fachzeitschrift für Schneesportlehrende  
La revue spécialisée pour les professeurs de sports de neige



# SWISS SNOWSPORTS

#mymagicmoment



Ausgabe 2/2022



Jardin des neiges 22



Robert Wegener 46

# LET'S SKI!

## «MIT COACHING AKTIVIERT MAN MENSCHEN»

Dr. Robert Wegener ist Business & Life Coach, Coaching-Supervisor und Dozent für Coaching. Er war Referent am Swiss Snowsports Forum in Zermatt und sieht für Schneesport-Lehrpersonen im Bereich Coaching grosses Potenzial.

Text: Andy Maschek, Foto: zVg

### Wie ist es zu Ihrem Referat am Swiss Snowsports Forum gekommen?

Rafael Ratti ist auf mich zugekommen, weil mich ein Teilnehmer einer meiner Coaching-Weiterbildungen ihm empfohlen hat. Es ging darum, einen Input zum Thema Coaching zu geben. Ich war begeistert, fand es spannend, da es sich um Breitensport handelt. Als ich hörte, dass ich nur 90 Minuten Zeit habe, fragte ich mich: Was will ich erreichen? In diesem Zeitfenster kann ich im besten Fall einen Samen setzen für eine Idee, bei der es sich lohnt, sich weitere Gedanken zu machen. Ich entschied mich für das Thema: Wie können Ausbilder Schneesportlehrpersonen durch Coaching helfen, effektiver und lustvoller zu lernen? Tatsache ist: Mit Coaching aktiviert man Menschen, ob das in beruflichen Themen, Führungsthemen oder im Sport ist. Provokativ gesagt war es früher so, dass die Lehrperson sagte: Ich weiss, wie es geht, mir nach! Aber Lernen ist eine Co-Produktion. Es funktioniert dann gut, wenn die eigenen Interessen, die eigene Überzeugung, es zu schaffen aktiviert werden. Es geht darum, Menschen zu helfen, erfolgreich zu lernen statt ihnen zu sagen, wie etwas geht.

### Ein Stichwort ist Transfer-Coaching...

Am Schluss eines Trainings sitzt man mit den Kursteilnehmenden zusammen und fragt: Was nimmst du dir nun vor? Was sind deine persönlichen Ziele? Was brauchst du, um erfolgreich zu sein? Man geht in die individualisierte Lern-Perspektive. Später muss man den Lernprozess gemeinsam reflektieren und Lernstrategien anpassen. Mit dieser Art Coaching wurden Lerntransferquoten bereits in den 1980er Jahren in Führungstrainings massiv gesteigert. In Zermatt ging es nun darum, in 40 Minuten Referat und 30 Minuten

Übung den Teilnehmenden zu zeigen, was passiert, wenn ich neben meinem technischen Know-how als Lehrperson mein Gegenüber in den Prozess aktiv miteinbeziehe.

### Mit diesem Vorgehen zeigt man Lernen- den Wertschätzung, nimmt sie aber auch in die Verantwortung für ihren Erfolg. Gleichzeitig sorgt das Spüren und Erleben statt nur des Hörens für mehr Nachhaltigkeit.

W. Timothy Gallwey, ein wichtiger Pionier des Coachings, hat das Buch «The Inner Game of Tennis» geschrieben. Er sagt: Im Tennis hat man einen äusseren Gegner, aber auch einen inneren. Wie geht man nun mit den inneren Anteilen um, damit man erfolgreich ist im Tennisspiel, aber auch im Lernen des Tennis? Es geht um das Mindset: Wohin will ich? Wie motiviere ich mich, dran zu bleiben?

### Ein zentraler Punkt ist das Schaffen eines positiven Lernklimas.

Lernen findet dann statt, wenn es mir gelingt, der anderen Person zu helfen, eine gute Lernkultur, ein Lernklima zu schaffen, Konzentration, Zuversicht und Freude zu vermitteln. Im Coaching geht es nicht darum zu zeigen, was ich alles kann, wie gut ich bin, sondern der anderen Person zu helfen, erfolgreich zu sein. Man muss auf diese Person eingehen können, ihr den Support auf Mass geben, ihr nützlich sein.

### Es ist ein endloses Thema...

Das ist so. Ich fände es enorm spannend, wenn die Schweiz im Breitensport, auch im Schneesport,

innovativ wäre und diesen Coaching-Gedanken implementieren würde, der bei vielen Führungskräften im Geschäftsleben zum Standard gehört. Das würde aber die Ausbildung in verschiedenen Bereichen ändern. Denn Coaching ist eine ernstzunehmende Möglichkeit, Menschen zu helfen, besser zu werden. Steuern kann ich mich nur selber, aber ich kann jemandem helfen, sich selber besser zu steuern, sein Potenzial zu aktivieren. ●



## «AVEC LE COACHING, ON STIMULE LES INDIVIDUS»

Robert Wegener est coach d'affaires et de développement personnel, ainsi que superviseur et maître de conférences en coaching. Conférencier au Swiss Snowsports Forum de Zermatt, il estime que le coaching recèle un potentiel qui pourrait considérablement bénéficier aux professeurs de sports de neige.

Texte: Andy Maschek, Photo: màd

### Comment en êtes-vous venu à donner une conférence lors du Swiss Snowsports Forum?

Rafael Ratti s'est adressé à moi parce que le participant d'un de mes cours de perfectionnement en coaching m'avait recommandé à lui. Il s'agissait de donner une consultation sur le thème du coaching. J'étais enthousiaste, je trouvais l'idée passionnante, car il s'agissait du

sport de masse. Quand on m'a indiqué que je n'avais que 90 minutes à disposition, je me suis demandé: qu'est-ce que je souhaite atteindre? Avec un tel créneau, je peux dans le meilleur des cas planter la graine d'une idée à laquelle il vaut la peine de réfléchir sérieusement. Je me suis donc décidé pour le thème suivant: comment le coaching peut-il être utilisé par les formateurs pour améliorer l'efficacité et l'attrait de l'apprentissage des professeurs de sports de neige? Le fait est qu'avec le coaching, on stimule les individus, que ce soit en matière de thèmes professionnels, de gestion ou encore en sport. Formulé de manière provocatrice, on avait autrefois un professeur qui disait: je sais comment faire, suivez-moi! Alors que l'apprentissage est une coproduction. Il ne fonctionne bien que lorsque ses propres intérêts, sa propre conviction à le susciter sont activés. Il s'agit d'aider les individus à réussir l'acquisition de connaissances plutôt que de leur dire comment une chose fonctionne.

### Un des mots-clés est ici celui du coaching par transfert...

À la fin d'une formation, on s'assied avec les participants au cours et on leur demande: quelles sont tes intentions à présent? Quels sont tes objectifs personnels? De quoi as-tu besoin pour réussir? On entre dans la perspective d'apprentissage individualisé. Plus tard, il faut faire ensemble une réflexion sur le processus d'apprentissage et adapter les stratégies d'apprentissage. Avec ce type de coaching, les taux de transfert de connaissances dans les formations pour dirigeants ont massivement augmenté dans les années 1980 déjà. À Zermatt il s'agissait, en un exposé de 40 minutes et 30 minutes d'exercices, de montrer aux participants ce qui se passe lorsqu'un professeur complète son savoir-faire technique d'une implication de l'élève dans le processus.

Avec cette démarche, on fait preuve d'estime envers l'apprenant, mais on lui fait aussi porter la responsabilité de son succès. Simultanément, le fait de ressentir et de vivre, plutôt que de simplement écouter, est le gage d'une durabilité accrue.

W. Timothy Gallwey, un des grands pionniers du coaching, a écrit un livre intitulé «The Inner Game of Tennis» («Tennis et concentration» pour la version française). Selon lui, on se trouve en tennis confronté à un adversaire externe, mais aussi à un adversaire interne. Comment s'y prendre avec les parties internes pour réussir à son jeu et dans l'apprentissage du tennis? Il s'agit d'un état d'esprit: où est-ce que je veux aller? Comment me motiver pour ne pas baisser les bras?

### Un élément central est la mise en place d'une atmosphère d'apprentissage positive.

L'apprentissage a lieu lorsqu'on parvient à aider l'autre à créer une bonne culture d'apprentissage, une atmosphère d'apprentissage, à communiquer de la concentration, de la confiance et de la joie. En coaching, il ne s'agit pas de montrer ce qu'on peut faire, de montrer ses qualités, mais plutôt d'aider l'autre à réussir. Il faut pouvoir être à l'écoute de l'autre, lui fournir un soutien sur mesure, lui être utile.

### C'est un thème sans fin...

En effet. Je trouverais très stimulant de voir la Suisse innover dans le sport de masse et les sports de neige et intégrer cette idée de coaching qui est pour de nombreux cadres la norme. Ceci ferait évoluer la formation dans de nombreux domaines. Car le coaching représente une possibilité sérieuse d'aider les individus à progresser. S'il est vrai qu'on est le seul à pouvoir se diriger, on peut aussi aider l'autre à mieux se diriger lui-même, à activer son potentiel. ●