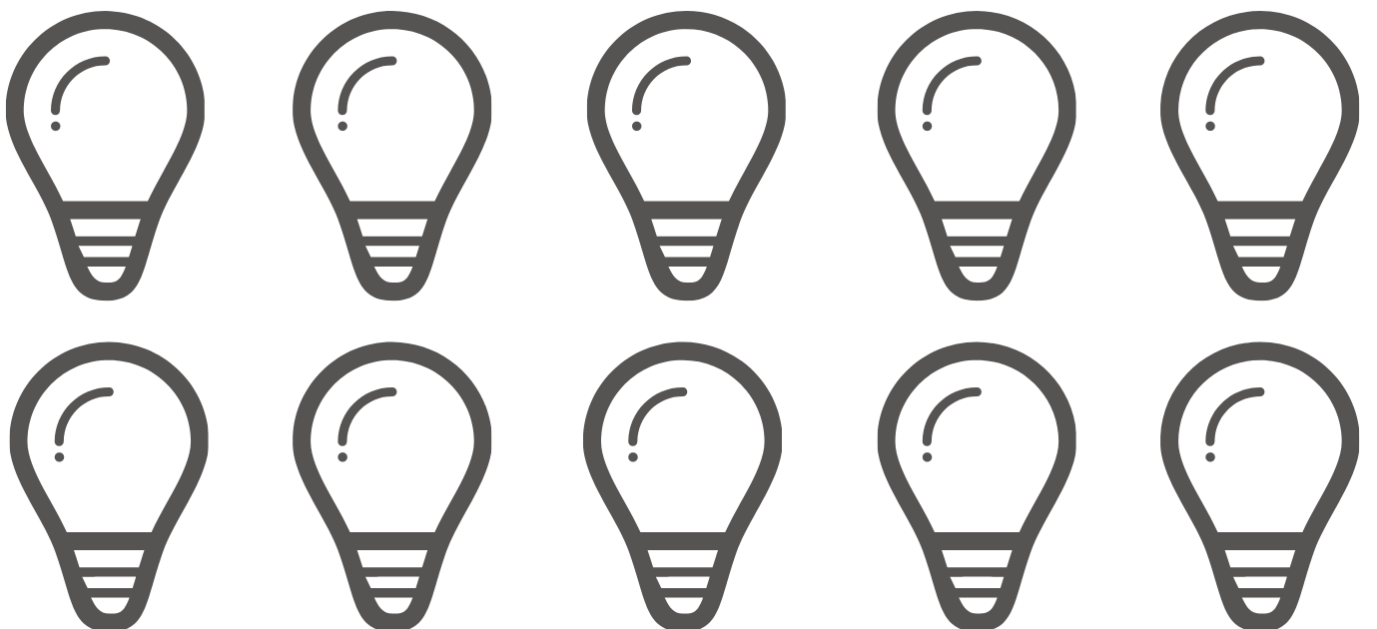


TRAINEREVOLUTION

# ***POTENZIALE ENTFALTEN***

3 Geheimnisse für mehr Wachstum



# Potenziale entfalten

## 3 Geheimnisse für mehr Wachstum

Welcher Trainer kennt das nicht? Manche deiner Sportler entwickeln sich prächtig, verbessern sich in jedem Training und im Wettkampf zeigen sie ihr volles Potenzial. Das sind deine Superstars. Andere hingegen schaffen es nie ihr volles Potenzial zu entfalten und du als Trainer bist des Öfteren ziemlich ratlos und weißt nicht, wie weiters Wachstum möglich ist?

Doch es gibt Abhilfe gegen deine Ratlosigkeit und die wollen wir dir mit diesem Ratgeber mit an die Hand geben. Doch bevor wir die drei Geheimnisse mit dir teilen, wollen wir doch noch kurz mit auf den Weg unserer Reise nehmen.

Auch uns ist dieses Phänomen in über 20 Jahren als Trainer in eigenen Mannschaften und allen Teams, welche wir beobachtet haben hundertfach aufgefallen. Wir uns gefragt, wie wir als Trainer unsere Sportler zu mehr Wachstum verhelfen können. Wichtige Erkenntnisse haben wir auf dem Power-Weekend (<http://bit.ly/Powerdays2019>) von Jürgen Höller in München wieder live erlebt.

Die drei Geheimnisse für Wachstum wollen wir in diesem Ratgeber mit dir teilen. Du findest das passende Video auch auf unserem YouTube-Kanal unter [https://youtu.be/xHusqc\\_oKgw](https://youtu.be/xHusqc_oKgw). Und nicht vergessen, abonniere unseren Kanal, damit kein neues Video mehr verpasst!



**In diesem Sinne: Nutze dein Mindset als Erfolgskatapult!**

**Link zum Video:** <http://www.trainerevolution.de/potenzialeentfalten>

# Geheimnis #1

## Die Persönlichkeitsentwicklung

Die Persönlichkeit von dir und deinen Sportler ist das erste Geheimnis für eine volle Potenzialentfaltung. Denn du musst verstehen, wie sich Erfolg zusammensetzt.



Die vorherrschende Meinung unter den meisten Trainer ist, dass der Faktor Fachkompetenz stärker gewichtet ist. Doch dieser Trugschluss verhindert in vielen Fällen ein schnelleres Wachstum bei dir und deinen Sportlern!

Fakt ist also: du musst auf 2 Ebenen die Persönlichkeit entwickeln. Die erste Ebene ist deine eigene Persönlichkeit als Trainer. Es geht schlussendlich nicht darum, dass du dir nur Matchpläne und Taktiken entwickelst, sondern deine Persönlichkeit wachsen lässt. Diese Entwicklung machst du täglich automatisch im privaten Umfeld und im Berufsleben. Du musst aber für dich auch überlegen, welche Persönlichkeitsmerkmale du für mehr Erfolg als Trainer benötigst.

Der zweite Schritt ist, dass du auch die Persönlichkeit deiner Sportler förderst. Welche Charaktereigenschaften werden von ihnen benötigt um sich optimal einzubringen und ihr Potenzial im Wettkampf ausschöpfen zu können.

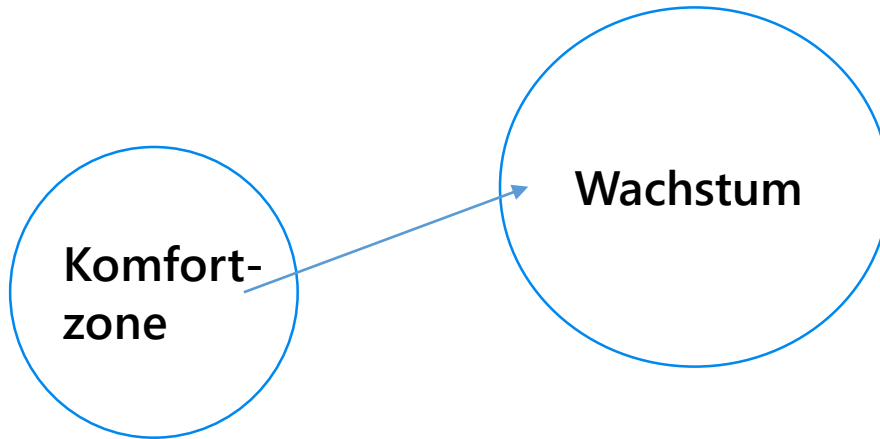
Es gilt nach Jürgen Höller: „Wenn deine Persönlichkeit zu klein ist, ist kein weiteres Wachstum mehr möglich.“

**Buchtipps:** [Spreng deine Grenzen - von Jürgen Höller](#)

# Geheimnis #2

## Die Komfortzone

Das zweite Geheimnis lautet: „Wachstum entsteht nur außerhalb der Komfortzone.“ Du musst also dafür sorgen, dass sowohl du als Trainer wie auch deine Sportler immer wieder eure Komfortzone verlasst! Das schaffst du indem du die vorherrschende Meinung hinterfragst und die bestehenden Regeln brichst.



Die Regeln und Denkmuster deiner Sportler kannst du auf verschiedene Arten durchbrechen. Du musst auch nichts außergewöhnliches machen, sondern einfach eingefahrene Routinen abändern. Ein gutes Video mit Beispielen von Thomas Tuchl findest du unter:

<https://www.youtube.com/watch?v=yt8UOkC8nVc>

Hier zeigt er dir, wie er beispielsweise durch das Verändern des Spielfelds die Sportler zu bestimmten neuen Denkweisen zwingt. Weitere Beispiele sind:

- ✓ Neue Ablauf beim Warmmachen
- ✓ Mentaltraining wie Visualisierung
- ✓ Andere Trainingsmaterialien

Ganz nach Albert Einstein: „Es ist Wahnsinn immer das gleiche zu tun und andere Ergebnisse zu erwarten.“

**Link zum Video:** <http://www.trainerevolution.de/potenzialeentfalten>

# Geheimnis #3

## Lebenslanges lernen

Ständiges Wachstum ist nur möglich, wenn du dich als Trainer regelmäßig weiterentwickelst. Jürgen Höller und Bodo Schäfer nennen dieses Phänomen KLUW: **K**onstant **L**ernen und **W**achsen.

In diesem Punkt geht es selbstverständlich auch darum, dass du dich in allen Kompetenzbereichen weiterentwickelst. Sowohl in der Fachkompetenz wie auch in den Kompetenzbereichen, welche die Trainerevolution für dich behandelt:

- Persönlichkeitsentwicklung
- Sozialkompetenz
- Methodenkompetenz
- Handlungskompetenz

Deshalb wollen wir dir an diesem Punkt gratulieren, dass du dir diesen Ratgeber gesichert hast. Wir freuen uns mit der Trainerevolution einen Teil zu deinem konstanten Wachstum beitragen zu können.

Wie du weißt bist du auf diesem Weg nicht alleine und auch das ist extrem wichtig. Deshalb vernetze dich unbedingt in unserer Facebook-Community, wenn du es noch nicht getan hast:

<http://bit.ly/TrainerevolutionCommunity>

Hier findest du ein Umfeld von Trainern vor, welche sich immer weiterentwickeln wollen, um noch erfolgreicher zu sein.

Das Motto ist: „Du bist der Durchschnitt der fünf Menschen, mit denen du die meiste Zeit verbringst.“

**Buchtipps:** [Das Robbins Power Prinzip - von Anthony Robbins](#)

### 1. Das Robbins Power Prinzip: Befreie deine innere Kraft

von Anthony Robbins → [zum Buch](#)



### 2. Spreng deine Grenzen

von Jürgen Höller → [zum Buch](#)



### 3. Wer will, der kann! Wie du deine Ziele schneller und einfacher erreichst.

von Calvin Hollywood → [zum Buch](#)



### 4. Sieger zweifeln nicht! Zweifler siegen nicht!

von Dirk Kreuter → [zum Buch](#)

