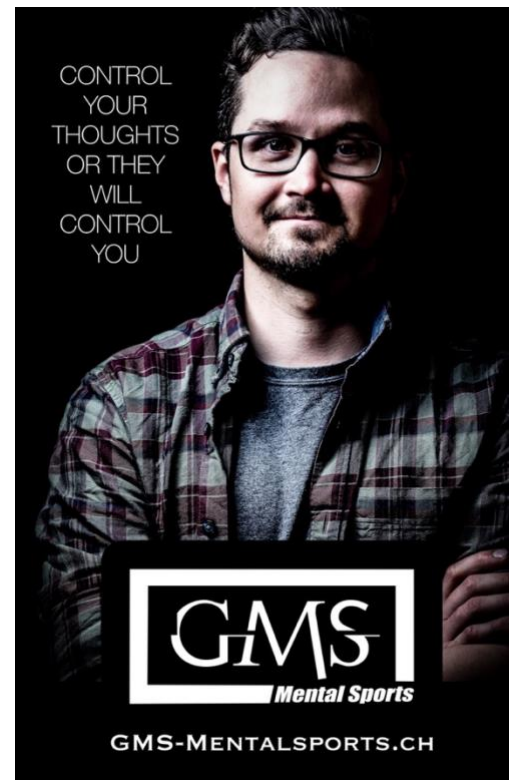


Storytime

mit Simon Gosso

Es ist immer schön zu sehen was unsere Studenten nach der Ausbildung machen. Wohin es Sie verschlägt und was Sie tolles auf die Beine stellen. So auch Simon Gosso, er hat an der Swiss Prävensana Akademie Rapperswil den Diplomlehrgang Mentaltrainer 1+2 absolviert. Wir durften Ihm einige Fragen zu seiner Ausbildung und seiner Selbstständigkeit als Mentaltrainer stellen.



Wie sieht das bei dir aus Simon, was hat sich nach der Ausbildung Mentaltrainer 1+2 an der Swiss Prävensana Akademie getan?

Bereits während der Ausbildung habe ich begonnen, mein eigenes Business aufzubauen. Dadurch ist es mir möglich, diversen Sportlern in einem professionellen Umfeld, die bestmögliche Unterstützung auf ihrem Weg zu bieten. Nach Abschluss der Schule habe ich viel Zeit und Leidenschaft in mein Business investiert und stand vor der Herausforderung, die optimale Balance zwischen meinem Hauptberuf als stellvertretender Werkstatteleiter in einem Nutzfahrzeug Unternehmen und dem Mentaltraining zu finden. Des Weiteren habe ich geheiratet und wir werden gegen Ende dieses Jahres unsere lang ersehnte Weltreise antreten. Bevor es jedoch sei weit ist, steht mir im Juni noch der Abschluss meiner Weiterbildung im Bereich Unternehmensführung bevor. Es hat sich also so einiges getan

Wie heisst dein Business und auf welchen Plattformen bist du zu finden?

Ich bin als Gosso Mental Sports unterwegs und finden könnt ihr mich unter www.GMS-Mentalsports.ch im Internet, sowie auf Instagram, Facebook und LinkedIn.

Welche Zielgruppe sprichst du mit GMS Mentalsport an?

Wie mein Name es bereits verrät, bin ich primär im Sportbereich tätig. Daraus resultiert sich automatisch ein junges Zielpublikum, welches sehr spannend ist. Ich durfte meine persönlichen Erfahrungen und mein Wissen aus dem Sportbereich jedoch auch schon in andere Bereiche einfließen lassen, wie zum Beispiel bei Abschlussprüfungen, Stress aus dem Alltag, etc. Dabei ist es

immer wieder eindrücklich zu sehen, wie die einzelnen Techniken vom Sport, erfolgreich in den Alltag von nicht Sportlern implementiert werden können.

Was ist dein grösster Erfolg der letzten 2 Jahre?

Persönlich gibt es da viele. Alleine die individuelle Entwicklung von jedem einzelnen Sportler zu sehen, ist ein Erfolg für mich. Wenn ich jedoch einen Moment wählen müsste, wäre dies definitiv das Projekt um das 24h Downhill-Rennen mit Fabienne Tanner. Ich durfte Fabienne einerseits in den Monaten der Rennvorbereitung begleiten, andererseits war ich aber auch am Tag des Geschehens vor Ort und durfte die Entwicklung hautnah miterleben. Nach 24 Stunden Rennzeit, ohne eine einzige Pause von Fabienne, war der Zieleinlauf emotional und überwältigend. "The cherry on top" folgte dann bei der Siegerehrung mit dem erreichten Podestplatz. Falls ihr mehr darüber lesen möchtet, findet ihr den Bericht, geschrieben aus der Sicht der FahrerIn, auf meiner Homepage.

Was möchtest du angehenden Mentaltrainer/innen Studenten mit auf den Weg geben?

Stellt euch euren Ängsten. Wenn ihr euch zum Beispiel fragt, ob ihr bereit seid um mit Kunden zu arbeiten, kann ich euch sagen, dafür ist man anfangs nie zu 100 % bereit. Ihr könnt 20 Jahre lang lernen, am Ende vom Tag bleibt ihr dann aber Theoretiker. Wahre Experten und Profis werdet ihr draussen im Leben und dies erreicht ihr nur durch machen. Rüdiger Böhm würde jetzt sagen: „T(h)un ist wie wo(h)llen nur krasser“

Dein Schlusswort/Motto:

Dies fällt ganz nach meinem Motto aus:

„Face your fears, live your dreams.“

Zu Deutsch: „Stell dich deinen Ängsten und lebe deine Träume.“ So habe ich Dinge erreicht, welche ich mir vor 5 Jahren noch nicht einmal vorstellen konnte.