

# ERFOLGSFAKTOR «ATHLETES MINDSET»

NICHT NUR STUDENTEN, AUCH SPITZENSPORTLERN FÄLLT ES NACH DEM KARRIEREENDE MANGELS PRAXISERFAHRUNG SCHWER, IN DER ARBEITSWELT FUSS ZU FASSEN. EIN EHEMALIGER SKIAKROBAT, EIN EX-HANDBALLSPIELER SOWIE EIN AMTIERENDER ZWEIER- UND VIERERBOB-PILOT ÜBER IHRE ERFAHRUNGEN BEIM BERUFSEINSTIEG.

Text: Corinne Pärer

Michael Kuonen ist ehrgeizig: An den Olympischen Spielen im chinesischen Beijing will der Zweier- und Viererbob-Pilot mit seinem Team im Winter 2021/22 einen Podestplatz erringen. Keine leichte Aufgabe, da er sich nicht nur seinen sportlichen Zielen widmen kann: «Der Bobsport ist eine Randsportart, von der wir nicht leben können», sagt der knapp 30-Jährige. «Deshalb arbeite ich im Sommer in einem 60-Prozent-Pensum beim Wirtschaftsprüfungsunternehmen OBT im Marketing. Hier drehe ich für die Kommunikationsverantwortlichen unter anderem Videos.» Daneben treibt er Sponsorengelder für sein Bobteam auf, macht Materialtests und bereitet sich auf die Trainingsaison vor. Als eher ruhiger Mensch muss er dafür häufig seine

“  
**IN DER SCHWEIZ WIRD  
 BILDUNG OFT HÖHER  
 GEWICHTET ALS DIE  
 LEBENSERFAHRUNG.**

MICHAEL KUONEN, ZWEIER- UND  
 VIERERBOB-PILOT

Komfortzone verlassen: «Bei der Sponsorengewinnung muss ich auf Menschen zugehen, ihre Emotionen wahrnehmen und ein Gespräch beginnen.» Sich selbst gut zu verkaufen, ist für ihn eine der wichtigsten Kompetenzen im Berufsleben. «Mittlerweile kann ich das sehr gut», beschreibt er seine Lernfortschritte. Der Wechsel vom Selbständigen zum Angestelltendasein verläuft bei Kuonen fließend und erfordert keine besonderen Anstrengungen: «Im Bob-Team halten wir uns wie in einer Firma an Regeln und Abläufe. Das ist bei OBT nicht anders.» Zum Wirtschaftsprüfer kam Kuonen, weil er befürchtete, sich im Sommer ohne zusätzliche Beschäftigung als Vollzeitsportler zu langweilen. «Deshalb absolvierte ich eine Weiterbildung zum Marketingmanager HF an den Höheren Fachschulen Schwyz Zürichsee.» Parallel dazu sei er auf das



Michael Kuonen, Europacup-Sieger in der Kombinationswertung Zweier- und Viererbob. (Fotos: zVg)



## MICHAEL KUONEN

1991 geboren, ist der 30-Jährige seit 2014 Zweier- und Viererbob-Pilot beim Bobclub St. Moritz. In dieser Funktion wurde er Gesamtsieger im Europacup, Schweizermeister im Viererbob und Vizeschweizermeister im Zweierbob. Zudem belegte er mit seinem Team den achten Rang im Weltcup am Königsee. Derzeit trainiert Kuonen mit seiner Mannschaft für die Olympischen Spiele im chinesischen Beijing, die im Februar 2022 stattfinden.  
[bobteamkuonen.com](http://bobteamkuonen.com)

Angebot von Athletes Network gestossen, einem Unternehmen, das Spitzensportlern Kontakte zur Wirtschaft durch Events und Empfehlungen verschafft. «In einem Newsletter veröffentlichten sie die 60-Prozent-Stelle bei OBT. Ich bewarb mich und bekam sie.» Dass sich Kuonen ausgerechnet im Marketing spezialisiert, hat pragmatische Gründe: «Ich vermarkte mich und das Bob-Team schon seit drei Jahren. Da lag es nahe, mir auch das theoretische Marketingwissen anzueignen.» Obschon sich Kuonen durch das Athletes Network und seinen derzeitigen Job einige Türen geöffnet haben, erachtet er das nicht als Selbstverständlichkeit: «In der Schweiz wird Bildung meist höher gewichtet als die Lebenserfahrung. Nach ihrer Karriere stehen Sportler aber oft ohne Diplom oder Abschluss da. Deshalb ist der Wechsel in die Arbeitswelt nach durch-

schnittlich 15 Jahren Spitzensport nicht einfach.» Häufig fänden Sportler nach Karriereende jedoch eine Stelle über Beziehungen. Gelingt das nicht innert kurzer Zeit, werde es schwieriger: «Insbesondere, wenn man keinen Olympiasieg errungen hat und dem breiten Publikum nicht bekannt ist. Trifft man während des Spitzensports keine Vorkerungen, kann es einen hart treffen.» Damit das nicht passiere, müssten Sportler vermehrt aufgeklärt werden, fordert Kuonen: «Athleten muss bewusst sein, dass niemand auf sie wartet.» Von Arbeitgebenden wünscht er sich mehr Offenheit bei Stellenprofilen. «Sie sollten auch das Athletes Mindset berücksichtigen.» Für Kuonen heisst das Disziplin, Resilienz, Agilität, Zielfokus, Eigenverantwortung, Teamorientierung sowie Leidenschaft für das Tun. ●



Mathias Kasapidis, ehemaliger Handball-Halbprofi bei Pfadi Winterthur. (Foto: zVg)

### MATHIAS KASAPIDIS

Schon mit 15 Jahren zählte Mathias Kasapidis zu den vielversprechenden Schweizer Handballern und wechselte 2001 vom Jugendverein Volketswil zum Handballclub Pfadi Winterthur, für den er insgesamt zwölf Jahre lang spielte. Acht weitere Jahre seiner Sportkarriere verbrachte er in unterschiedlichen Handballclubs: bei Yellow Winterthur, dem HSC Suhr Aarau, im Team Sydhavsøerne in Dänemark sowie bei GC Amicitia Zürich. Zwei Siege im Schweizer Cup, Top-Platzierungen in der NLA sowie 25 Einsätze im Europacup mit Pfadi Winterthur stehen zu Buche. Insgesamt nahm er an 420 Spielen teil. 2019 trat er vom Profisport zurück. Heute arbeitet der 35-Jährige bei der Sport Academy Zürich als Ausbildungscoach und Koordinator und fördert junge Sporttalente.

[sport-academy.ch](http://sport-academy.ch)

Zwölf Jahre spielte Mathias Kasapidis insgesamt beim Handballclub Pfadi Winterthur, acht weitere bei unterschiedlichen Clubs wie dem HSC Suhr Aarau, GC Amicitia Zürich oder dem dänischen Club Sydhavsøerne. Zwei Siege im Schweizer Cup, Top-Platzierungen in der NLA, 25 Einsätze im Europacup und 420 Handballspiele sind die Bilanz seiner Sportlerkarriere, die er 2019 beendete.

Nebst dem Spitzensport arbeitete Kasapidis Teilzeit in unterschiedlichsten Bereichen: etwa in der Kundenberatung bei einer Bank, in der Debitorenbuchhaltung bei einem Konsumgüterhersteller, im IT-Support einer Klinikgruppe oder im Marketing bei einem VereinsbekleidungsHersteller. Der Grund? «Schweizer Handballer können kaum von den Vergütungen leben, die sie erhalten. Daher habe ich neben dem Sport gearbeitet.» Seine Erstausbildung als Bankkaufmann und die darauf folgenden Stellen erweisen sich für Kasapidis in der Arbeitswelt als Vorteil: «Ich konnte meinen Arbeitgebenden durch meine Berufserfahrung und die Fähigkeiten, die ich mir im Spitzensport erwor-

ben hatte, immer eine solide Basis bieten.» Von seinen jeweiligen Chefs fühlte sich Kasapidis stets unterstützt: «Ich konnte flexibel arbeiten und so die Arbeit mit dem Handballsport perfekt vereinbaren.» Dieses «Goodie» verdiente er sich zuvor durch gute Leistungen im Betrieb. Nebst dem Goodwill der Vorgesetzten brauche es im Hochleistungssport auch viel Organisationstalent: «Ein Spitzensportler hat einen 24-Stunden-Job. Wer vorn dabei sein will, muss seine Ziele ehrgeizig verfolgen, sich darauf fokussieren, sich regenerieren, sich richtig ernähren und andere Teammitglieder unterstützen.» Und sich nicht zuletzt bei unvorhergesehenen Situationen rasch anpassen. Fähigkeiten, die Kasapidis nun auch im Beruf voranbringen. Etwa bei der Sport Academy Zürich, einer akkreditierten privaten Sportmittelschule im Kanton Zürich, wo der heute 35-Jährige arbeitet. Eine Stelle, die er ebenfalls über das Athletes Network gefunden hat: «Der Geschäftsführer machte mich auf die Stelle des Ausbildungskoordinators aufmerksam, worauf ich meine Bewerbungsunterlagen einreichte und den Job nach mehreren

Gesprächen und einem Assessment erhielt.» Mit den von ihm betreuten Nachwuchssportlern hat Kasapidis viel gemeinsam: «Ich weiss, wie sie sich fühlen, wenn sie eine intensive Trainingsphase haben oder verletzt sind.» Sei ein Sportler in irgendeiner Hinsicht beeinträchtigt, beeinflusse das auch andere Bereiche: etwa sein Sozialleben, sein Praktikum oder seine Sporterfolge. Für den Handballsport wünscht sich Kasapidis vor allem eine höhere gesellschaftliche Wertschätzung. Das hätte auch positive Auswirkungen auf die Beschäftigungsfähigkeit ehemaliger Handballer: «Erzählte ich früher vom Handballleistungssport, wurde ich jedes Mal gefragt: Ja, aber was arbeitest du denn? Diese Frage spricht für sich.» Mittlerweile habe sich die Situation jedoch etwas verbessert: «Es gibt mehr Trainingsmöglichkeiten und professionelle Strukturen, zudem sind auch mehr Geldmittel vorhanden.» Dem Handballsport ist Kasapidis bis heute verbunden geblieben: «Aktuell trainiere ich das Erstliga-Herrenteam des SG Seen Tigers, Pfadi Winterthur. Daneben besuche ich viele Handballspiele und fiebere jedes Mal mit.»

**ANDREAS MESSERLI**

Der 50-Jährige kam erst mit 17 Jahren zur Sportakrobatik, machte aber schnell Karriere. Zunächst im C-Kader, dann in der Nationalmannschaft, belegte er in der Skiakrobatik-Disziplin «Aerials» mehrere Top-Platzierungen und gehörte 1997 weltweit zu den 13 besten Skiakrobaten. Messerli ist heute selbständiger Berater bei «me&me – your transformation partner», einem Unternehmen, das er zusammen mit seinem Firmenpartner Ralf Metz gegründet hat.

[me-and-me.ch](http://me-and-me.ch)

Andreas Messerli hat einen abenteuerlichen Berufsweg hinter sich. Zum Skiakrobatik-Spitzensport kam der heute 50-Jährige aufgrund einer Sinnsuche im Teenageralter. «Ich fragte mich öfters: War es das jetzt? Will ich mein weiteres Leben so verbringen?» Messerli entschied sich für einen Richtungswechsel: «Man sollte an einer Situation etwas ändern, wenn man damit nicht glücklich ist.»

Der Polysportive kann mit der Skiakrobatik seine Talente kombinieren. Er wird Mitglied eines Skiakrobatik-Clubs und folgt fortan seinem Traum, weit über sich hinauszuwachsen. «Durch meine Begeisterung kam der Erfolg von da an fast von allein.» Messerli schafft es bald ins C-Kader und nach dem Final an den Weltmeisterschaften in La Clusaz auch in die Nationalmannschaft. 1997 belegte Messerli in der Skiakrobatik-Disziplin «Aerials» mehrere Top-Platzierungen, gehörte damit weltweit zu den 13 besten Skispringern und ist nach Olympiasieger Schönbächler erst der zweite Schweizer, der in dieser Disziplin einen Dreifachsalto mit vier Schrauben schaffte. Mit dem Spitzensport lässt sich selten ausreichend Geld verdienen. Diese Erfahrung macht auch Messerli. Um sich dennoch der Skiakrobatik-Leidenschaft widmen zu können, arbeitet Messerli nach dem Schreiner-Lehrabschluss Teilzeit: «Ich liess mich in einem 50-Prozent-Pensum anstellen, um eine Woche zu arbeiten und in der darauffolgenden zu trainieren.» Diese Arbeitsteilung ermöglicht Messerli sich auf Skischanzen im Ausland auf Wettkämpfe vorzubereiten: «Wer es weit bringen wollte, musste im Ausland trainieren, etwa in Österreich, Frankreich oder Schweden. In den 90er-Jahren gab es in der Schweiz noch keine Trainingsanlagen für Skiakrobaten. Ich war aber auch längere Zeit in Australien und Amerika.» Den Spitzensport beendet Messerli 1998 wegen einer Schulterverletzung: «Nach meinem Unfall im kanadischen Mont Tremblant kurz vor den Olympischen Spielen konnte ich in Nagano 1998 nicht teilnehmen. Den notwendigen Vorbereitungsaufwand von weiteren vier Jahren für die nächsten Olympischen Spiele wollte ich nach dem plötzlichen Tod meines Vaters nicht mehr auf mich nehmen.»



Andreas Messerli, ehemaliger Skiakrobat der Schweizer Nationalmannschaft. (Foto: zVg)

Zum Sportförderungsprogramm der Migros Zürich kommt Messerli über den Rat eines Judo-Athleten, der Messerli 1994 zum Migros Kulturprozent vermittelte. Die letzten drei Jahre seiner Skispringer-Karriere arbeitet Messerli deshalb in der Kulturabteilung der Migros Zürich, trainiert und geht auf Weltcup-Tour. Das verschafft ihm ein geregeltes Einkommen und ermöglicht ihm den Quereinstieg in die IT bei einem Tochterunternehmen der Migros. Nach einem Jahr wechselt er zur UBS, wo er rund zehn Jahre bleibt, sich berufsbegleitend zum HF Techniker Informatik weiterbildet und sich vor acht Jahren mit dem Beratungsunternehmen «me&me – your transformation partner» selbständig macht.

Neben dem Spitzensport arbeiten oder Vollzeitsportler werden? Für Messerli ist die Antwort klar: «Topathleten sollten nebenbei arbeiten, sich weiterbilden und persönlich entwickeln. Je bewusster sich ein Mensch auf die Zeit nach dem Spitzensport vorbereitet, desto einfacher ist der Übergang in die Arbeitswelt.» Bleibt die Frage, wie Arbeitgebende Spitzensportlern den Wechsel in die Berufswelt erleichtern und so von ihrem «Athleten-Mindset» profitieren. «Spitzensportler sind besonders gut in Unternehmen aufgehoben, die Selbstverantwortung und Mitbestimmung ermöglichen sowie eine sinnvolle und inspirierende Ausrichtung haben.»

**ATHLETES NETWORK**

Durch das Sportlernetzwerk können Spitzensportler Kontakte zu potenziellen Arbeitgebern knüpfen und sich in ungezwungener Atmosphäre austauschen. Daneben bietet die Organisation Spitzensportlern vor oder nach ihrem Rücktritt individuelle Standortbestimmungen und Beratungen. Um Mitglied beim Netzwerk zu werden, muss ein Spitzensportler im Mannschaftssport einer der zwei oberen Ligen angehören oder sich als Einzelsportler an der nationalen Spitze befinden. 2020 gegründet, zählt Athletes Network derzeit über 500 Spitzensport-Mitglieder sowie über 50 Partnerfirmen aus der Wirtschaft. Die Organisation wird von sechs ehemaligen Spitzensportlern aus Fussball, Eishockey, Skifahren und Langlauf sowie einem HR-Experten getragen.

[athletes-network.com](http://athletes-network.com)