

## Coaching während dem Spaziergang

### «Kleine Schritte genügen»



Thomas Gubser

Quelle: Mirjam Fisch

Der Coach und Mentor Thomas Gubser aus Schwarzenberg LU wandert mit Begeisterung. Die Gespräche mit seinen Klienten führt er, während sie sich draussen in der Natur bewegen. Dazu liess er sich zum Wanderführer ausbilden.

«Ich bin ein Landkind», erklärt Thomas Gubser. «Schon früh gehörte das Wandern zu unseren Familienunternehmungen». Seit Jahren nimmt er Freunde und Bekannte auf Touren mit, bisher kostenlos. «Ich plane und organisiere leidenschaftlich gern», gesteht der zweifache Familienvater. Gubser liebt es, spannende Wanderrouten vorzubereiten.

Künftig möchte er diese professionell gegen einen Unkostenbeitrag anbieten. Sein Arbeitspensum beim christlichen Sozialwerk Novizonte hat er auf 70 Prozent reduziert. «Viele Leute sind froh, wenn sie einfach mitkommen können. Und ich

freue mich, wenn ich sie zu mehr Bewegung motivieren kann», sagt Gubser und lacht.

# Coaching während dem Spaziergang

Seinen ersten Coaching-Kurs besuchte Thomas Gubser 2016. Begeistert absolvierte er den gesamten Lehrgang und hängt die Ausbildung zum Betrieblichen Mentor mit eidgenössischem Fachausweis an. In dieser Rolle berät er Angestellte bei Karriereschritten oder in Konflikten, intern oder im Auftragsverhältnis. Auf sein WanderCoaching angesprochen, erklärt der Naturfreund: «Zu mir kommen Männer und Frauen, bei denen eigentlich alles im Lot ist. Aber dieses ‹Eigentlich›, das möchten sie genauer betrachten.»

Dann höre er gut zu und vermittele die gewünschte Aussensicht. Dass man sich dabei nicht immer in die Augen sehe, sei oft ein Vorteil. «Ich stelle die Fragen, welche aufzeigen, was der Coachee bereits in sich trägt». Die Aussicht, Pflanzen und Tiere, die ihm und seiner Begleitung auf der Wanderung begegnen, dienen oft zur Veranschaulichung eines Themas. Das begeistert den Wander-Coach. Ratschläge erteile er nur, wenn man ihn darum bitte.

Datum: 09.02.2023

Autor: Mirjam Fisch

Quelle: Jesus.ch-Print

Tags