

# «Ich hatte einen Kulturschock»

Olympiasiegerin Dominique Gislin sucht auch im Leben nach der Karriere grosse Herausforderungen: Sie ist Botschafterin für das Rote Kreuz, will Berufspilotin und Physikerin werden. **Interview: Remo Geisser**

## Dominique Gislin

### Neun Operationen, eine Goldmedaille

Die Karriere der inzwischen 30-Jährigen schien bereits im Teenageralter zu Ende. Mehrere Knieverletzungen hinderten Dominique Gislin fast drei Jahre lang daran, Ski zu fahren. Deshalb fiel sie aus dem Fördersystem. Also setzte die Engelbergerin auf die Ausbildung. Sie biss sich durch die harte Selektion für die Ausbildung zur Kampfpilotin und bestand den Numerus clausus für Medizin. Doch sie ging keinen dieser beiden Wege, sondern begann ein Physikstudium. Und dann war der Körper wieder gesund, und die Lust aufs Skifahren riesig. Also nahm Gislin noch einmal einen Anlauf. Im allerersten Weltcup-Einsatz fuhr Gislin Trainingsbestzeit auf der Abfahrtspiste von Lake Louise. Im Rennen stürzte sie – und wieder landete sie im Spital. Insgesamt neunmal wurde die Athletin an Knie operiert. Stets rappelte sie sich wieder auf und raste zurück an die Spitze. Sie gewann drei Rennen im Weltcup. Den ersten Erfolg feierte Gislin 2014 in Sotschi, wo sie Olympiagold in der Abfahrt gewann. Im Sommer danach spürte sie, dass es ihr schwerfiel, sich im Training zu quälen. Mitte März 2015 trat sie zurück. Der Entscheid war schon Monate zuvor gefallen. (reg.)



Unterwegs zum Olympiasieg: Dominique Gislin 2014 in Sotschi.

Die Skifahrerin Dominique Gislin als Türöffnerin in Bolivien?

Das ist der Olympiasieg, der öffnet auf der ganzen Welt Türen. Ich wurde sehr respektvoll behandelt, in einem solchen Land ist das fast noch stärker als bei uns.

**Können Sie konkret sagen, was Ihre Präsenz ermöglicht hat?**

Wir konnten zum Beispiel ein Gespräch mit dem Stadtpräsidenten von Sucre führen, was anscheinend vorher sehr schwierig war. Für mich war das ein neues Feld – Diplomatie. Wir haben versucht, die Zusage zu bekommen, dass es in der Stadt langfristige Unterstützung für die Armen geben soll. Für mich ist es immer spannend, Lösungen zu finden. Aber das ist in Bolivien nicht so einfach. Das Dorf, das ich mit dem Rote Kreuz besuchte, ist extrem abgelegen, und es gibt fast grenzenloses Leid.

**Worum geht es bei dem Projekt genau?**

Es geht darum, die indigene Bevölkerung zu unterstützen. Ihn wird von der Regierung im Prinzip sehr viel versprochen. Gesundheitszentren, Strassen oder funktionierende Wasserversorgung. Aber die Leute haben gar nicht das Wissen, um das einzufordern. Es ist nicht so, dass die Regierung nicht helfen will, aber man muss bürokratische Wege einhalten, und das ist sehr kompliziert. Dank dem SRK gibt es in den Dörfern zum Beispiel funktionierende Gesundheitszentren. Eines davon habe ich besucht.

**Was sind die stärksten Eindrücke, die Sie mitgenommen haben?**

Es hat mich sehr berührt, wie schwer es den Leuten geht. Dann mit ein krankes Kind geworden und habe eine Ahnung davon bekommen, wie hart das Leben ist. Eigentlich gibt es in dem Ort eine Ärztin und eine Krankenschwester. Aber die eine war zwei Tage zuvor mit einem Notfall in die nächste Stadt gefahren, und die andere war auch abwesend. Da war ich also, lag krank im Bett und konnte nur hoffen, dass es mir irgendwann besser geht. Man spürt sehr schnell, dass die Probleme dort existenziell sind.

**Weil es am allem fehlt?**

Die Leute leben in Lehmhütten, die oft nicht einmal eine richtige Türe haben. Sie arbeiten an Webstühlen, die wir fast aus dem Steinzeitalter kennen, und sie mahlen Getreide in Mörsern. Schwierig ist, dass es

dort auf 3200 Metern über Meer kalt ist und es nur eiskaltes Wasser gibt. Wie soll man da den Menschen eintrüben, dass es wichtig wäre, sich regelmässig zu waschen?

**Sind Sie mit einem anderen Blick auf die Welt zurückgekehrt?**

Ich hatte erstmals überhaupt einen Kulturschock. Hier in der Schweiz ist alles so... wow! Ich fahre auf der Autobahn und denke: «Wo bin ich? Wie können zwei so verschiedene Welten nebeneinander existieren?» Andererseits bin ich gern zurückgekommen. Ich bin sehr dankbar, in einem Land wie der Schweiz geboren zu sein.

**Wird das Projekt für Sie nachhaltig sein?**

Ich werde mich sicher weiter engagieren. Für mich hat sich bestätigt, dass das Rote Kreuz wirklich durchdachte, nachhaltige Arbeit leistet.

**Wenn man Sie so reden hört, hat man das Gefühl, dass Sie bereits mit beiden Beinen im Leben nach der Karriere stehen. Dazu gehört auch eine Ausbildung zur Berufspilotin. Wann werden Sie die ersten Passagiere fliegen?**

Das weiss ich noch nicht. Ich habe schon einige Module gemacht und büffle fleissig Theorie, aber ich mache ja nicht nur das. Ob ich die Lizenz bekomme, bevor ich im Herbst mit dem Studium beginne, ist offen. Es gibt für mich keinen Zeitdruck. Wichtig ist, dass ich mich wirklich sicher fühle – erst dann sollen die Passagiere einsteigen.

**Was ist denn das Ziel dieser Ausbildung?**

Ich möchte in der Business-Fliegerei als Pilotin einsteigen und mir so einen Nebenberuf aufbauen. 20, 30, 40 Prozent – das ist ein sehr flexibles Arbeitsfeld, man kann das gut neben einem Studium machen.

**Müssen die Passagiere Flugangst haben, wenn eine frühere Speed-Sportlerin am Steuer sitzt?**

Hoffentlich nicht. Für mich sind das zwei unterschiedliche Sachen. Beim Fliegen versuche ich, immer sehr weit vom Limit zu sein. Sonst müsste ich etwas anderes tun. Fliegen ist für mich Ruhe und Frieden.

**Wo holen Sie denn das Adrenalin, das Sie früher im Rennsport hatten?**

Ich denke, das finde ich immer noch im Skifahren. Ich fahre mich darauf, mich im Winter auszulassen. Wenn es einmal zwei Meter Schnee gibt, muss ich nicht mehr zu Hause sitzen, weil ich weiss, dass am nächsten Wochenende ein Rennen ist. Dann kann ich raus und diesen herrlichen Spielplatz geniessen, den die Natur uns schenkt.

**Wie war es denn so, mit 120 km/h am Limit zu bremsen?**

Unterschiedlich. Es gibt Tage, an denen man sehr ruhig ist und immer genau weiss, wo man ist und was jetzt kommt. Aber wenn ich ganz schnell sein wollte, musste ich aus dieser Komfortzone raus. Ich habe einmal mit einem Lockey gefahren, und er hat mir gesagt, es sei bei ihm genau gleich. Man gibt einen Teil der Kontrolle ab – er ans Pferd, ich an die Ski. Wenn man die ganze Zeit lenkt, ist man nicht wirklich schnell.

**Das heisst, dass Sie sich immer ein Stück weit dem Schicksal ausliefern?**

Das ist so. Es gibt Kurven, die man sehr bewusst fahren muss. Dann mit einem Krack einbaut. Aber es kann dich immer erwischen. Der Skirensport ist unberechenbar, das macht ihn auch spannend. Jede Spur einer Fahrer, die vor dir startet, kann das Rennen verändern.

**Sie haben in Ihrer Karriere Erfahrungen im Grenzbereich gemacht, aber auch Momente erlebt, in denen Sie nicht mehr an die Grenzen gehen konnten. Wie ist es, wenn man will, aber nicht kann?**

Bitter. Für mich war es wahrscheinlich noch schlimmer, weil ich ja verstand, was da passiert. Ich konnte nachvollziehen, dass mein Körper keinen Operationssaal mehr von innen sehen wollte. Aber es ist grausam für eine Athletin, wenn sie spürt, dass sie



«Man spürt sehr schnell, dass die Probleme existenziell sind»: Dominique Gislin auf Bolivien-Mission für das Schweizerische Rote Kreuz. (19. Juni 2015)

körperlich und technisch so stark ist wie noch nie, und doch fährt sie immer mit zwei angezogenen Handbremsen. Das hat mich fast am meisten belastet von allem – mehr als die Verletzungen.

**Die Bereitschaft war nicht mehr da, sich dem Schicksal auszuliefern?**

Genau das war es.

**Sie haben in einem Interview gesagt, Sie hätten durch die vielen Verletzungen auch Energie verloren. Hat Sie der Sport ein Stück weit gebrochen?**

Nein. Am Schluss konnte ich mit etwas Wehmut, aber auch sehr viel Freude auf meine Karriere zurückblicken. Aber vielleicht ist wegen der Verletzungen der Moment früher gekommen, in dem ich dachte: Jetzt beginnt das Risiko, das ich gebrochen werde. Und das wollte ich nicht. Ich hatte mir immer vorgestellt, dass ich 2018 noch fahre. Aber dann habe ich gespürt, dass die Energie dafür nicht mehr reicht. Das war wohl eine Folge der Unfälle.

**Sie arbeiten mit einem Sportpsychologen zusammen. Wären Sie ohne ihn auf der Strecke geblieben?**

Mit meiner Geschichte wahrscheinlich schon. Es war auch für ihn eine grosse Herausforderung, dass immer noch etwas kam, das man sich nicht vorstellen konnte. In den unmöglichsten Momenten mussten wir uns fragen: Wie gehen wir nun damit wieder um? Er war auch gefordert, und er hat mir sehr geholfen. Ich sage aber nicht, dass jeder Athlet einen Mentaltrainer braucht. Es gibt sehr viele, die auf natürliche Weise sehr lange sehr vieles richtig machen. Als mich mein Arzt erstmals zu meinem späteren Sportpsychologen schickte, sagte der: «Du brauchst mich nicht.» Das war der Grund, weshalb ich später mit ihm arbeiten wollte.

**Wie sieht es generell um die Mentalbetreuung im Skirensport?**

Das ist etwas sehr Intimes und Individuelles. Deshalb wäre es hilfreich, wenn man versuchen würde, vom Verband den Athleten jemanden vorzusetzen. Ich würde auch

«Ich möchte in der Business-Fliegerei als Pilotin einsteigen. Man kann das gut neben einem Studium machen.»

**Wie ist es, wenn man sich nicht vorstellen kann, was man machen soll?**

Das ist etwas sehr Intimes und Individuelles. Deshalb wäre es hilfreich, wenn man versuchen würde, vom Verband den Athleten jemanden vorzusetzen. Ich würde auch

willen, dass mein Mentalcoach mit dem ganzen Team arbeitet. Darum ist es gut so, wie es heute ist. Jeder kann selbst entscheiden. Hinzu kommt, dass man im Sport immer wieder Extremsituationen ausgesetzt ist. Man muss lernen, diese selbst zu meistern. Auch wenn man einen Mentaltrainer hat, kann der einen nicht an der Hand nehmen und über die Piste begleiten.

**Beim Rücktritt haben Sie gesagt, Sie müssten Ihre Mitte wieder finden. Was war das genau verloren gegangen?**

Im Sport führt man ein Leben, in dem man alles gibt. Dann kann es schnell passieren,

## Die zweite Karriere



**Sylviane Berthod fuhr zwölf Jahre lang Speed-Rennen im Weltcup. Dann wollte sie einen Bruch. Nun ist sie Rettungsassistentin bei der Ambulanz Sitten.**



**Rabea Grand sah sich nie nur als Skirennsportlerin. Neben den Einsätzen im Weltcup erwarb sie einen Bachelor in Kulturwissenschaften. Seit 2015 ist sie Dramaturgin an einem Theaterrfestival in Bern.**

**Im Moment ist das einfach Interesse. Ich habe das Studium damals geliebt, und ich wollte es unbedingt fertig machen. Ausserdem glaube ich, dass Physik eine sehr gute Grundlage für vieles ist. Es ergeben sich zum Beispiel Schnittstellen zwischen Sport und Wissenschaft oder zwischen Aviatik und Wissenschaft – das sind Felder, die mich interessieren würden.**

**Sie studieren Physik. Ihre Frühere Teamkollegin Rabea Grand macht im Theater Karriere. Das sind nicht die Dinge, die man unbedingt von Skifahrern erwartet.**

Da müssen Sie vielleicht Ihr Bild von den Skifahrern überdenken. Ich glaube, Spitzensportler sind sehr unterschiedlich. Homogen sind sie nur in ihrem Interesse und ihrer Hingabe für den Sport. Aber jeder hat daneben noch andere Interessen.

**Kann man jahrelang auf den Sport fixiert sein und am Abend im Zimmer noch Goethe lesen oder sich mit Quantenphysik beschäftigen?**

Ja, das kann man. Ich habe auf meinen Reisen viele Physikbücher gelesen, einfach aus Interesse. Es stimmt schon, dass man nicht die Energie hat, um sich noch intensiv um so etwas zu kümmern. Aber es ist wichtig, einen Ausgleich zu haben. Es ist nicht nur positiv, wenn sich immer alles einzig und allein um den Skisport dreht.

**Ist es schwer, da ein Gleichgewicht zu finden? Gerade weil mir der Sport so wichtig ist, muss ich zwischen dem etwas Abstand nehmen. Alle sagen immer: «Bode Miller ist so crazy.» Ich glaube, er hat sich sehr gut überlegt, warum er was machte. Er ging seinen Weg und schuf sich seine Freiräume. Klar, ist Skifahren auch ein Mannschaftssport, und es braucht einen riesigen Einsatz der Trainer, um solche Fenster zu öffnen. Aber es würde sich lohnen, der Individualität der Athleten etwas mehr Platz einzuräumen. Manches käme wohl etwas besser heraus, wenn man innerhalb des Zirkus nicht immer alles so wahnsinnig eng nähe.**

**Haben Sie das Gefühl, dass Sie eine Ausnahme waren? Jeder Spitzensportler ist eine Ausnahme. Was ist denn der Standard?**

**Sie bestanden die Selektion zur Kampfpiloten-Ausbildung und schafften den Numerus clausus für Medizin. Das ist sicher nicht der Standard.**

Klar, bin ich einen anderen Weg gegangen. Aber das hatte damit zu tun, dass ich mit 14 Jahren schwer verletzt war, drei Jahre keine Rennen fahren konnte und aus dem System fiel. Je länger ich jedoch im Spitzensport unterwegs war, desto mehr sagte ich mir: Wer ist keine Ausnahme? Tina Maze, Anne Fenninger, Lara Gut – sind das keine Ausnahmen? Man kann alle aufzählen, die viel gewonnen haben. Jede ist auf ihre Art speziell. In einem Bereich, der extrem kompetitiv ist, muss jeder seinen eigenen Weg finden. Ich finde, man sollte das mehr zulassen und die Athleten weniger in ein Schema pressen.

**Apropos grosse Namen – es gibt einen spannenden Zufall in Ihrer Karriere: Sie haben Ihren ersten Sieg mit Anja Pärson geteilt und den letzten mit Tina Maze, also mit der jeweils besten Fahrerinnen der Epoche. Haben Sie sich einmal Gedanken darüber gemacht?**

Als kleines Mädchen habe ich mir das gewünscht, ich wollte den Final im OVO Grand Prix gewinnen mit Tamara Wolf gewinnen. Ich wollte mich so lange mit der Welt verbinden, dass man seine Leistung wie ich mir das vorgestellt. Dann ist es mit Anja und Tina Wirklichkeit geworden, das war wirklich speziell. Für mich sieht siegen nicht, alle anderen zu schlagen. Der Sieg besteht darin, dass man seine Leistung zu hundert Prozent abrufen kann. Wenn dann noch eine andere neben mir steht – na und? Wäre es für mich nur darum gegangen, alle anderen zu schlagen, hätte ich meinen Weg gar nicht gehen können. Dann hätte ich aufgegeben, weil ich zu lange zu weit entfremdet davon war, irgendjemandem zu besiegen.

**Was bewirken Sie mit dem Studium? Streben Sie eine akademische Karriere an?**