

*Fabienne In-Albon / Persönlichkeits- und Teamentwicklerin*

# Erfolg durch Resilienz: Von Olympia zum Unternehmertum

Das Jahr und das Begleiten von Fabienne In-Albon der ehemaligen Profifgolferin und Olympiateilnehmerin von Rio 2016 neigt sich dem Ende. Wie sie das in ihren Meilenstein Sessions immer macht, schließen wir jetzt auch den Kreis ihrer Angebotsdimension und gehen die Extrameile mit dem Thema Resilienz.

Der Spitzensport ist eine Welt voller Entschlossenheit, Durchhaltevermögen und vor allem Resilienz. Darunter versteht man eine Fähigkeit, die in der heutigen schnelllebigen Welt von grosser Bedeutung ist. Sie bezeichnet die innere Stärke und Fähigkeit, sich nach Rückschlägen und Herausforderungen zu erholen und gestärkt daraus hervorzugehen. Diese Eigenschaft ist nicht nur für den persönlichen Erfolg, sondern auch für die berufliche Karriere von entscheidender Bedeutung.

Der Sport ist ein wahrer Lehrmeister und lehrt uns, wie wir diszipliniert und fokussiert arbeiten können. Wir hören im Sport nicht auf, wenn wir müde oder unmotiviert sind, sondern erst, wenn wir alle Übungen gemeistert und unsere Ziele erreicht haben. Fabienne erinnert sich noch gut an eine Situation, in der sie von ihrem Trainer unterstützt wurde, der extra den Bus auf das Trainingsgelände fuhr und die Scheinwerfer einschaltete, um ihr genügend Licht zu geben, um ihre Übungen abzuschliessen.

Diese Hingabe und Unterstützung kann auch in der Geschäftswelt nützlich sein. Deshalb ist es Fabienne ein Herzensanliegen, ihre Erfahrungen aus dem Sport mit ihren Kundinnen und Kunden zu teilen und aufzuzeigen, wie sie diese Prinzipien erfolgreich in die Geschäftswelt übertragen können. Klarheit, Mut, Fokus und Resilienz sind die vier Kernsäulen ihrer Tätigkeit. In den letzten Ausgaben haben wir uns die ersten drei Säulen genauer angesehen. In diesem Artikel haben wir Fabienne In-Albon begleitet, um zu verstehen, wie sie zur Resilienz gekommen ist und wie sie diese Fähigkeit in ihren Workshops weitergibt. Wir haben sie während eines Wirtschaftsforums von Richmond Events besucht, wo sie inspirierende Out-of-the-Box-Sessions leitete. Richmond Events bietet Entscheidungsträgern und Anbietern eine einzigartige Plattform für strategische Geschäftsplattformen.

## **Der Schlüssel zur Resilienz**

Fabienne ist davon überzeugt, dass Resilienz nur dann zum Erfolg führt, wenn man Klarheit, Mut und Fokus vereint. Um diese Stärke zu erlangen, ist es wichtig, sich selbst und seine Ziele im Leben zu kennen. Fabienne hatte stets eine klare Vision vor Augen und hat sich auf den Weg gemacht, um diese zu ver-

Fabienne In-Albon bei einem Richmond Events Wirtschaftsforum zum Thema Resilienz



wirklichen. Dabei hat sie ihre eigene Geschichte genutzt und erzählt von ihrem Kindheitstraum, an den Olympischen Spielen teilzunehmen. Viele haben das als unmöglich betrachtet, aber Fabienne hat gezeigt, dass man mit Mut und Klarheit seine Träume erreichen kann. Auch ihr Übergang vom Profisport in die wirtschaftliche Selbstständigkeit war herausfordernd, doch dank ihrer Klarheit konnte sie diesen erfolgreich meistern.

Mut ist ein Eckpfeiler ihrer Erfolgsgeschichte. Sie hat den Mut, sich neuen Herausforderungen zu stellen und die Extra-Meile zu gehen. Mit dem Satz «Es könnte ja gut werden» entsteht eine leichte Entspannung. Sie lässt sich nicht von Nebensächlichkeiten ablenken und konzentriert sich auf das Wesentliche. Jeder Rückschlag, vor allem auch die vielen Verletzungen, haben ihr gezeigt, wie wichtig es ist, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren. Dank der Unterstützung ihres Teams hat sie ihr Mindset positiv verändert und gelernt, die verletzte Stelle von den gesunden Bereichen ihres Körpers zu unterscheiden. Sie hat eine besondere Herangehensweise an die Dinge, denn sie weiss, dass es trotz Hindernissen immer einen Weg gibt, um ans Ziel zu gelangen.

### Resilienz – die treibende Kraft

Durch ihre klare Vorstellung dessen, was sie erreichen wollte, ihren Mut, auch ausserhalb der Komfortzone zu agieren, und ihre Konzentration auf die machbaren Aspekte hat sich ihre Resilienz entwickelt. Diese innere Leidenschaft, dieses Feuer für etwas, fungiert dabei als treibende Kraft. Die Belohnung für die aufgebrachte Resilienz, und sie hebt dies besonders hervor, manifestiert sich in den Emotionen und Erinnerungen, die dabei entstehen. Sie betont nachdrücklich, dass sie wohl nicht auf diesem Forum präsent wäre, wenn sie nicht diese Umwege hätte einschlagen müssen. Diese Herausforderungen führten dazu, dass sie heute ihr Wissen und ihre Er-



In der Welt des Spitzensports und Unternehmertums gibt es Persönlichkeiten, die herausragen, nicht nur aufgrund ihrer Erfolge, sondern auch wegen ihrer bemerkenswerten Fähigkeit, genau diese Hindernisse zu überwinden und ständig über sich selbst hinauszuwachsen. Fabienne In-Albon weiss genau wie sich das anfühlt, denn sie ist durch diese Lebensschule durchgegangen.

fahrungen weitergeben kann. Dann krempelt sie ihr Hemd und den Blazer zurück und zeigt auf ihren rechten Unterarm, auf dem die Olympischen Ringe tätowiert sind, und spricht mit langsamer, emotionaler Stimme: Die Resilienz, dieser unerschütterliche Durchhaltewillen, schafft Geschichten und Erinnerungen, über die wir unser Leben lang noch erzählen werden.

### Klarer Fokus führt zum Erfolg

Fabienne In-Albon hat mit ihrer klaren, mutigen, fokussierten und widerstandsfähigen Einstellung in der Welt des Spitzensports und Unternehmertums grossen Erfolg erzielt und sich einen Namen gemacht. Dank dieser Eigenschaften hat sie Hindernisse überwunden und hat sich immer wieder von Rückschlägen erholt. Mit ihrer Erfahrung und Kompetenz, gepaart mit ihrer authentischen Art, ist sie eine wertvolle Inspirationsquelle für jeden, der nach mehr in seiner Karriere strebt. Auf diesem Forum hat sie deutlich gemacht, dass Erfolg nicht nur auf Talent und Glück beruht, sondern auch auf der Fähigkeit, Resilienz zu entwickeln und die vier Säulen – Klarheit, Mut, Fokus und Resilienz – miteinander zu verbinden. Ihre Geschichte und Botschaft sind eine ermutigende Erinnerung daran, dass wir alle die Kraft

haben, unsere Ziele zu erreichen und über uns selbst hinauszuwachsen. Wir sind sicher, dass sie in den kommenden Jahren viele Menschen inspirieren und begeistern wird, sei es im Austausch oder auf der Bühne. Wir wünschen ihr weiterhin viel Erfolg und lassen uns von ihr inspirieren!

### Fabienne In-Albon



schloss 2011 ihr Bachelor in Sport Management in Sydney, Australien ab, bevor sie ins Profiflager wechselte, wo sie bis Ende 2017 aktiv auf der Ladies European Tour spielte. Nach ihrem Rücktritt vom Spitzensport bildete sie sich an der Dr. Bock Coaching Akademie weiter. Seit Jahren setzt sie nun diese Expertise und Erfahrung rund um die Entwicklung von Persönlichkeiten und Teams ein.

FABIENNE IN-ALBON  
**MILESTONES**

**Fabienne In-Albon  
Milestones GmbH**

info@fabienneinalbon.ch  
www.fabienneinalbon.ch