

# Sportpsychologie in der Schweiz

Wenn sich eine Zeitschrift, deren Titel explizit auf die Sportmedizin und die Sporttraumatologie als wissenschaftliche Disziplinen sowohl der Medizin als auch der Sportwissenschaft verweist, eine thematische Nummer zur Sportpsychologie zusammenstellen lässt, dann führt sie damit eine bewährte alte Tradition fort. Als sich zu Beginn des 20. Jahrhunderts der moderne Sport organisierte, begann auch die wissenschaftliche Beschäftigung mit angewandten Problemen der Sportausübung, vor allem durch die Medizin. Der Begründer der Olympischen Spiele der Neuzeit, Baron Pierre de Coubertin, hat 1913 in Lausanne die wahrscheinlich erste sportwissenschaftliche Tagung mit dem Thema «Psychologie et physiologie sportive» organisiert. In seinen Memoiren schreibt er: «Ich wollte gern, dass sich die medizinische Aufmerksamkeit, deren rasche Fortschritte ich feststellte und von der ich fürchtete, dass sie einen zu ausschliesslich physiologischen Charakter annehmen könnte, mehr der Psychologie zuwendete.» (Coubertin, 2000, S. 455)

Das Bewusstsein, dass beim Bewegen und Sporttreiben immer der gesamte sportlich handelnde Mensch betrachtet oder mindestens mitgedacht werden muss, hat sich erfreulicherweise in den letzten Jahren sowohl in der Sportwelt als auch in der Sportmedizin weiterentwickelt und gefestigt. Und da in den letzten Jahren auch in der Schweiz vermehrt Studien und Interventionen durchgeführt worden sind, die eher die psycho-soziale Seite der bio-psycho-sozialen Einheit Mensch betreffen, nehmen wir gerne die Gelegenheit wahr, in dem vorliegenden Themenheft einen aktuellen Ausschnitt aus der angewandten, theoretischen und empirischen Arbeit der Sportpsychologie und der Sportsoziologie in der Schweiz zu präsentieren.

Hanspeter Gubelmann gibt einen Überblick über die Aufgaben der angewandten sportpsychologischen Intervention im Spitzensport, die er zunehmend in eine umfassendere Betreuungsarbeit integriert sieht. Am Beispiel der sportpsychologischen Betreuung der Skisprung-Nationalmannschaft wird zudem exemplarisch dargestellt, wie eine längerfristige Zusammenarbeit in der Praxis des Spitzensports erfolgreich erarbeitet wurde. Damit derartige Interventionen auf qualitativ hohem Niveau erfolgen und die Kunden, allen voran die Athletinnen und Athleten, die kompetente Arbeit auch kriteriengestützt identifizieren können, ist eine umfassende Qualitätssicherung unumgänglich. Cristina Baldassarre et al. fassen die Ausgangslage, die theoretischen Überlegungen und die bisher ergriffenen Massnahmen zusammen.

Ein im Spitzensport von vielen gefürchtetes Ereignis ist ein Übertrainingszustand. Will man den Erwartungen der Praxis, diesen Zustand der psycho-physischen Überforderung frühzeitig identifizieren zu können, gerecht werden, sind theoretisch und empirisch hervorragend abgestützte psychodiagnostische Verfahren erforderlich. Daniel Birrer stellt in einem Überblicksartikel den aktuellen Stand der Diskussion dar.

Immer wieder taucht, etwa in der Presse, der Vorwurf auf, «die Schweizer» könnten bei wichtigen Wettkämpfen einfach nicht gewinnen. Auch wenn es zahlreiche Gegenbeispiele gibt, die solche pauschalen Behauptungen Lügen strafen, können in der Tat nicht alle im entscheidenden Moment ihr aktuelles Potenzial umsetzen. Jürg Schmid geht den mentalen Schwierigkeiten nach, die Athletin-

nen und Athleten bei den Olympischen Spielen vor vier Jahren begegnet sind.

Ein Thema, das sowohl die Medizin als auch die Psychologie betrifft, sind Essstörungen. In einer Sportart wie dem Sportklettern wird ein erhöhtes Risiko angenommen, weil das Körpergewicht ein leistungslimitierender Faktor ist. Roberta Antonini Philippe et al. untersuchen psychologische Dimensionen, die mit gestörtem Essverhalten in Verbindung gebracht werden, bei mehr oder weniger gefährdeten Spitzenkletterern beider Geschlechter.

Da mehr körperliche Bewegung eine aus gesundheitlicher Sicht gewünschte Änderung des Lebensstils darstellen würde, werden mit erheblichem Aufwand Medienkampagnen zur Bewegungsförderung durchgeführt. Derartige Kampagnen können nur dann Wirkung zeigen, wenn sie auch wahrgenommen werden und ihre Botschaft aufgenommen wird. Markus Lamprecht et al. untersuchen am Beispiel der «Feel your power»-Kampagne die Erinnerungs- und Wiedererkennungswerte in der Bevölkerung.

Verletzte Sportlerinnen und Sportler gehören in erster Linie in die Hände des medizinischen Fachpersonals. Dass aber Rehabilitationsprozesse nicht nur ein medizinisches Thema sind, zeigt sich an zwei Fallstudien. Chris Marcolli beschreibt die psychologischen Face-to-face-Interventionen mit einem verletzten Spitzensportler. Stephan Horvath et al. wählen mit Informationshandouts und Laienkonsultationen einen anderen Weg, dessen Auswirkungen auf die Selbstwirksamkeit und die Kontrollüberzeugung gezeigt werden.

Der Sport wird immer wieder kontrovers diskutiert, wenn es um seine bildenden Wirkungen geht. Die Extrempole bezogen auf Suchtmittelkonsum liegen in einer glorifizierenden Überhöhung der Erwartungen im Sinne von «Sport schützt vor dem Substanzkonsum» und einer pessimistischen Sicht im Sinne von «im Sport wird erst recht gelernt zu trinken». Gestützt auf eine Zusammenfassung von 24 neueren Studien kommt eine gemeinsam von BASPO, BAG, SFA und acht weiteren Institutionen getragene Stellungnahme zum Schluss, dass zwar – auch wenn zahlreiche Einflussfaktoren zu berücksichtigen sind – bei sportlich Aktiven weniger geraucht wird, dass aber nicht generell weniger Alkohol- und Cannabisprodukte konsumiert werden. Der Sport stellt halt hier auch ein Spiegelbild der Gesellschaft dar. Die Stellungnahme gibt Hinweise darauf, wie der Sport gezielter zur Suchprävention eingesetzt werden könnte, und betont auch die Notwendigkeit, im Setting Sport gezielt Präventionsarbeit zu leisten. Die aus dem Tabakpräventionsfonds für Präventionsprojekte im Sport gesprochenen Mittel können also hier ganz gezielt eingesetzt werden.

Roland Seiler, Magglingen  
Hanspeter Gubelmann, Zürich

## Literatur

Coubertin, P. de (2000). *Olympism. Selected writings*. Lausanne: IOC.