

Zeitschrift: Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 38 (1981)

Heft: 6

Artikel: Psychologische Beratung im Sport

Autor: Bidder, Konstantin von

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-993810>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 14.03.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Psychologische Beratung im Sport

Konstantin von Bidder

(Teilabdruck der Diplomarbeit, Seminar für Angewandte Psychologie, Zürich)

1. Teil

1. Einleitung

«Sind wir eine wertfreie Wissenschaft, die nur Methoden der Beeinflussung erforscht, die gegebenenfalls auch zur Manipulation missbraucht werden können, oder sind wir nicht auch berechtigt oder sogar verpflichtet, uns selbst Ziele zu setzen und die Implikationen unserer Methoden zu reflektieren?...

Es nützt nichts, eine Ausweitung der Sportpsychologie, eine Optimierung der Arbeitsmöglichkeiten für die Sportpsychologen zu fordern, eine Etablierung an den Universitäten mit Promotionsrecht zu verlangen, wenn wir nicht die Relevanz unseres Fachs für die Gesellschaft definieren können, wenn wir nicht zeigen können, welchen Beitrag wir zur Humanisierung unserer Gesellschaft leisten können.»

Meinhart Volkamer 1974

Sport

Der Sport nimmt in unserer Gesellschaft eine an Bedeutung zunehmende Stellung ein. Durch seine vielfältigen Erscheinungsformen als Schulsport, Breiten-, Freizeit- oder Leistungssport, als Sport für Behinderte oder als therapeutisches Mittel der Medizin wird fast jeder Mensch vom Sport erfasst.

Der Sport ist ein spezifisch menschliches Handlungs- und Erlebnisfeld, an dem alle Menschen in ihrer Schulzeit aktiv teilnehmen. Später bleiben viele während ihres weiteren Lebens als aktive Sportler oder als begeisterte Zuschauer mit dem Sport verbunden. Selbst der sportlich Uninteressierte wird durch die Reklame- und Publizitätswirkung sportlicher Grossereignisse immer wieder mit dem Sport konfrontiert.

Dabei gibt es «den Sport» gar nicht. Zu gross sind die Vielfalt der Sportarten und die Möglichkeiten, eine einzige Sportart unterschiedlich auszuüben, als dass man einfach von «dem Sport» reden könnte. So verbindet jeder von uns mit dem Wort «Sport» die unterschiedlichsten Erinnerungen und Vorstellungen. Und jeder von uns kann aus eigenem Erleben zum Thema «Sport» seine eigenen Ansichten beitragen.

Psychologie

In der Psychologie, als Wissenschaft der «Seelenkunde», wird versucht, den lebendigen, handelnden, fühlenden und denkenden Menschen in der Fülle seiner Beziehungen zur Welt und in seinen inneren Bindungen an Seele und Körper zu verstehen.

Diese Aufgabe ist so ausserordentlich vielschichtig, dass nur durch verschiedene Blickwinkel und mit unterschiedlichen Aspekten versucht werden kann, ein Bild des Ganzen zu vermitteln.

Die allgemeine Psychologie befasst sich mit den Phänomenen der Wahrnehmung, des Denkens, mit Lernen und Gedächtnis, Gefühlen und Emotionen, mit Motivation, mit Handeln und Bewegung.

Spezielle Richtungen der Psychologie beschäftigen sich mit dem Verhalten des Menschen in seiner Entwicklung oder auch mit seinem Verhalten zu anderen Menschen. Bei der Lösung praktischer Probleme werden die Erkenntnisse der allgemeinen und der speziellen Psychologie angewandt. Wobei allein diese Umsetzung wiederum spezielle psychologische Fragen auf-

wirft. Die angewandte Psychologie befasst sich beispielsweise mit Fragen der Arbeit, des Betriebes, der Organisation, der Diagnostik, und auch des Sports.

Sportpsychologie

Die Sportpsychologie ist als Teil der angewandten Psychologie eine junge Wissenschaft, die erst nach dem Zweiten Weltkrieg aus den Bedürfnissen der Sportpraxis heraus entstanden ist.

Das Ziel der Sportpsychologie ist, das Verhalten und das Erleben des sporttreibenden Menschen und die Bedingungen und Auswirkungen der sportlichen Betätigung zu untersuchen.

Die stärksten Impulse für die Entwicklung der Sportpsychologie kommen noch heute aus dem Bedürfnis nach immer höheren Leistungen im Spitzensport. Die psychologischen Faktoren bei der Erbringung einer Leistung gewinnen in der Sportpraxis in dem Masse an Bedeutung, wie die bisherigen Reserven im physischen, bewegungstechnischen und materiellen Bereich ausgeschöpft sind.

Soll die Sportpsychologie lediglich dazu dienen, den Sportler zu noch mehr Leistung anzutreiben?

Diese Frage verneine ich schon an dieser Stelle. Sportpsychologische Erkenntnisse über Motive, Bedürfnisse, Erwartungen und Einstellungen können den Blick aller sporttreibenden Menschen für psychische Prozesse schärfen, und sie kommen der Planung und Durchführung von Sportangeboten zugute, was womöglich sportlich uninteressierte Menschen zum aktiven Sporttreiben anregen kann.

Meinhart Volkamer hat 1972 in seinem Schlusswort zum 13. Magglinger Symposium – «Sportpsychologie – wofür?» Fragen der Zielsetzung und der Relevanz dieser Disziplin angeschnitten. Zwei kritische Ausschnitte aus diesem Schlusswort zitiere ich am Anfang dieser Einleitung, weil ich darin eine Aufforderung zu dieser Arbeit sehe. Ich befasse mich in dieser Arbeit mit dem Gebiete «der psychologischen Beratung im Sport».

Beratung bedingt eine wechselseitige Beziehung zweier oder mehrerer Menschen, und mit Beratung soll ein bestehender Zustand verändert werden.

Deshalb konzentriere ich mich auf ein sozialpsychologisches und pädagogisches Konzept, das die Erkenntnisse der Gruppendynamik und der Tiefenpsychologie in menschenfreundlicher Weise in die Praxis umzusetzen sucht.

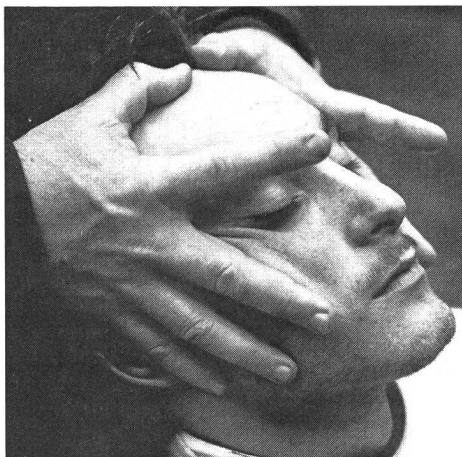
Ich versuche, mit dieser Arbeit über «psychologische Beratung im Sport» in allen drei wissenschaftlichen Aufgabenbereichen einen Beitrag zu leisten.

Im Bereich der «Forschung» habe ich mich im Sommer 1980 mit einer Umfrage bei den Schweizerischen Sportverbänden beschäftigt. Diese Bedürfnisabklärung nach «psychologischer Beratung im Sport» beschreibe ich im ersten Teil der Arbeit und diskutiere deren Ergebnisse.

Im zweiten Teil konfrontiere ich die Forderungen und Bedürfnisse mit meinen Zielvorstellungen einer psychologischen Beratung. Damit setze ich mich auch mit der Rolle des Psychologen im Sport auseinander.

Als Beitrag zum Bereich «Lehre und Unterricht» stelle ich das aus der humanistischen Psychologie stammende, sozialpsychologische und pädagogische Konzept der «Themenzentrierten Interaktion» von Ruth C. Cohn (1975) vor. Im Bereich der «Anwendung und Betreuung» schildere ich die gemachten Erfahrungen bei der Anwendung der «Themenzentrierten Interaktion» im Bereich der Sportart Rudern. Dieses Konzept des «lebendigen Lernens», bei dem die emotionalen Empfindungen des Menschen gleichwertig neben den intellektuellen Fähigkeiten berücksichtigt werden, kann zur allseitigen Förderung vorhandener Fähigkeiten und Begabungen, zur Entwicklung geistiger und körperlicher Fertigkeiten beitragen und somit dem Menschen ein Mehr an Selbstverwirklichung und Eigenverantwortung ermöglichen.

Diese Arbeit hat ihren Zweck erfüllt, wenn ich damit die Gefahr der Manipulation von Menschen durch psychologische Massnahmen verringern und wenn ich im grossen Handlungs- und Erlebnisfeld des Sports einen kleinen Beitrag zur Humanisierung leisten kann.



2. Bedürfnisse nach psychologischer Beratung im Sport

Durchführung und Ergebnisse einer Umfrage bei den Schweizerischen Sportverbänden kurz vor den Olympischen Sommerspielen 1980 in Moskau.

Vorgeschichte

Im Sommer 1979 wurden an der Eidgenössischen Turn- und Sportschule (ETS) Magglingen im Rahmen des sportärztlichen Dienstes für die Olympischen Spiele 1980 «Ideen zur psychologischen Betreuung im Spitzensport» diskutiert. Zur Beschaffung finanzieller Mittel beim Schweizerischen Landesverband für Sport (SLS) verfasste diese Diskussionsrunde eine Sitzungunterlage mit verschiedenen Anregungen zum erwähnten Problemkreis.

Unter anderem wurde darin eine «Umfrage zur Abklärung der Bedürfnisse von Athleten, Betreuern und Verbänden in Bezug auf die psychologische Betreuung» vorgeschlagen.

In der Einführung in die Thematik des erwähnten 13. Magglinger Symposiums – «Sportpsychologie – wofür?» fasst der fachliche Leiter, Dr. Guido Schilling, zusammen: «Die ersten Schritte, die Sportpsychologie zu organisieren, sind getan. Leider fehlt der Sportpsychologie vielerorts eine feste Verankerung in den Hochschulen und in den wissenschaftlichen Fachverbänden. Die Verbindungen zum Sport sind zwar da, aber viele Psychologen finden den Zugang zu den Athleten, zu den Trainern nur schwer.» An dieser Feststellung hat sich bis heute wenig geändert. Es wurden an Schweizerischen Hochschulen einige Lizentiatsarbeiten und Dissertationen verfasst, die punktuellen sportpsychologischen Fragestellungen nachgehen, und als erfreuliche Ausnahme hat der Schweizerische Skiverband für ein längerdauerndes Projekt seit zwei Jahren einen Psychologen teilsamtlich angestellt.

Ausserdem werden in einigen Sportverbänden im Rahmen der Traineraus- und -weiterbildung kurze Seminare durchgeführt, in denen einzelne Aspekte der psychologischen Beratung im Sport angesprochen werden.

Diese Aktivitäten können jedoch nicht darüber hinwegtäuschen, dass zwischen der zunehmenden Diskussion über psychologische Beratung im Sport und deren konkrete Anwendung ein grosses Missverhältnis besteht.

Deshalb sollten mit der erwähnten Befragung die verschiedenen Bedürfnisse bei Athleten, Trainern und Verbänden abgeklärt und gleichzeitig eine Bestandesaufnahme der bisher durchgeführten Massnahmen erhoben werden.



Im Sommer 1980 konnte ich als Student des Institutes für angewandte Psychologie in Zürich diese Umfrage unter der Leitung von Dr. med. Heinz Fahrer, dem Chefarzt des sportärztlichen Dienstes für die Olympischen Spiele 1980 durchführen.

Als Berater und Mitarbeiter halfen mir Urs Fuhrer, lic. phil., der erwähnte, beim Skiverband tätige Psychologe, sowie Dr. phil. Guido Schilling und Katrin Herren von der ETS Magglingen bei der Ausarbeitung und Durchführung der Umfrage.

An dieser Stelle will ich erläutern, weshalb der Begriff «Betreuung» durch den Begriff «Beratung» ersetzt wurde.

Betreuung ist eher eine Massnahme, die einen Menschen in Phasen reduzierter eigenbewusster Handlungsfähigkeit unterstützen soll, um ihn dann wieder zu selbstbewusster Eigenverantwortlichkeit hinzuführen.

Beratung umfasst so verstanden, alle sportpsychologischen Massnahmen. Deshalb kann auch während der Dauer einer Beratung für eine gewisse Zeit eine Betreuungssituation entstehen. Allgemein ausgedrückt berät der Psychologe den Trainer und nur in Ausnahmefällen, zum Beispiel bei psychischen Krisen, tritt der Psychologe mit dem Athleten in Verbindung und betreut diesen.

Methode

Bei jeder Erhebung stellt sich unabhängig der vorgesehenen Methode die Frage nach dem Ziel.

Was soll eigentlich in Erfahrung gebracht werden?

Zielsetzung

Sportliche Erfolge, und weitaus häufiger sportliche Misserfolge, werden zunehmend auf gute, oder eben mangelnde psychologische Vorbereitung zurückgeführt. Die Erwartungen aus der Sportpraxis an die Möglichkeiten psychologischer Hilfe sind hoch. Der Praktiker erhofft sich für sein aktuelles Problem möglichst rasch einen Lösungsvorschlag, der hilft, die schwierige

Situation zu meistern. Das unausweichliche Scheitern eines derartigen Unterfangens hemmt das Verständnis für sportpsychologische Zusammenhänge, und der Praktiker wendet sich enttäuscht ab.

Die Sportpsychologie ist nicht in der Lage «Rezepte» zur Lösung sportpraktischer Probleme zu liefern. Problemlösungen müssen unter Berücksichtigung der jeweiligen situativen Bedingungen immer wieder neu gefunden werden. Auf dem Hintergrund dieses Spannungsverhältnisses sollte mit der Umfrage ein allgemeiner Überblick der aktuellen Situation im Schweizer Sport erhoben werden.

Die Zielsetzung ist dreiteilig und lautet in bezug auf psychologische Beratung im Sport:

- Welche Erfahrungen wurden bisher bei schweizerischen Sportverbänden gemacht?
- Welche Bedürfnisse sind vorhanden?
- Wie gross ist die Bereitschaft zum Engagement in den Sportverbänden?

Postalische Befragung mit Fragebogen

Damit ein möglichst umfassendes Bild über die Situation der Psychologie im Schweizer Sport entstehen kann, sollte mit der Umfrage eine Vielzahl von Meinungen und Äusserungen erhoben werden. Deshalb musste ein möglichst grosser Personenkreis erreicht werden. Dies hat in der Schweiz zur Folge, dass die Umfrage mindestens zweisprachig, in deutscher und französischer Sprache, durchgeführt werden muss. Nach Abwägen der personellen, aufwandmässigen und terminlichen Randbedingungen in Bezug auf das Umfrageziel, wurde als Erhebungsmethode die «postalische Befragung mit Fragebogen» gewählt.

Als Nachteile dieser Methode sind die Rücklaufprobleme und die Interpretation der Ergebnisse zu erwähnen:

- Man muss mit einer Rücklaufquote, die zwischen 20 und 80 Prozent schwankt, rechnen.
- Die einlaufenden Fragebogen können nicht einem repräsentativen Personendurchschnitt entsprechen, da sie vermutlich überwiegend von denjenigen ausgefüllt wurden, die sich für das Thema der Untersuchung besonders interessiert haben. Somit können die Ergebnisse nur mit grösster Vorsicht verallgemeinert werden. (vgl. Anger 1969, 589)
- Bei dieser Art von Erhebung neigen viele Befragte dazu, ihre Antworten nach vermeintlichen Normen zu richten, oder in Extreme auszuweichen. (vgl. Svoboda 1971, 117)

Von Vorteil ist sicher, dass mit der postalischen Befragung jeder in seiner individuellen Verant-

wortung und Aussagebereitschaft angesprochen wird. So gesehen ist diese Art von Erhebung ein Partizipationsinstrument. Diejenigen Personen, die sich die Mühe machen, den Fragebogen auszufüllen und zu retournieren, nehmen sicher echten Anteil an dem Thema, das zur Diskussion steht. (Vergleiche Schmidtchen 1979, 145.)

Die Repräsentanz dieser Umfrage war sekundär, da eine möglichst grosse Vielfalt von Antworten angestrebt wurde, um allenfalls über Tendenzen Aussagen machen zu können. Diese sollen als Grundlage für die Planung weiterführender Massnahmen auf dem Gebiet der Sportpsychologie im Schweizer Sport dienen.

Personenkreis und Vorgehen

Wie bereits erwähnt, sollte mit dieser Umfrage ein möglichst grosser Personenkreis aus der ganzen Schweiz erreicht werden. Durch zwei verschiedene Vorgehensweisen wurde eine Rücklaufquote von mindestens 20 Prozent angestrebt; 50 Prozent wurden als sehr gut betrachtet:

- Je 10 Exemplare und ein Begleitexemplar des zweisprachigen Fragebogens wurden mit entsprechendem Begleitschreiben und frankiertem Antwortkuvert an die 73 dem Schweizerischen Landesverband für Sport (SLS) angeschlossenen Verbände geschickt. Diese Verbände sollten nach eigenem Ermessen intern die Fragebogen an Funktionäre, Trainer und eventuell an interessierte Athleten weitergeben.
- Alle Diplomentrainer des Nationalen Komitees für Elite-Sport (NKES) und alle Sportärzte der Verbände erhielten denselben Fragebogen direkt zugeschickt.

Auf diese Weise konnte die Meinung der ausgebildeten Trainer und Ärzte getrennt von jener der Funktionäre erfasst werden.

Alle Aussagen der nichtausgebildeten Trainer, das heisst der Trainer ohne Diplom NKES oder Turnlehrerdiplom einer Hochschule, fallen unter diese letzte Kategorie «Funktionäre».

Das direkte Anschreiben sollte zudem gegenüber der unbeeinflussbaren Verteilung innerhalb der Sportverbände eine bessere Rücklaufquote ergeben. Dieser offenen Verteilung wegen wurde von Anfang an auf eine Mahnschreibeaktion nach Ablauf der Einsendefrist verzichtet.

Diese einfache, zweisprachige Erhebung bedingte schon so einen beachtlichen administrativen Aufwand.

Aufbau des Fragebogens

Ein postalischer Fragebogen muss in seiner Form kurz, leicht verständlich, inhaltlich und

formal einfach strukturiert sein. Andernfalls riskiert man, dass der Empfänger zum vornherein durch Äusserlichkeiten von der Bearbeitung abgeschreckt wird. Wegen der Zweisprachigkeit mussten noch zusätzliche Konzessionen gemacht werden.

Der Wunsch nach einer möglichst grossen Meinungsvielfalt gegenüber einer zumutbaren Arbeitsbelastung für den Befragten beeinflussten die Wahl der offenen und der geschlossenen Fragen.

Aus einem Katalog mit verschiedenen formulierten Fragen aus sechs unterschiedlichen Bereichen wurde der endgültige Fragebogen zusammengestellt. Dieser umfasste 17 Fragen, unterteilt in 4 Teilbereiche:

- Im ersten Teil wurden Angaben zur Person erfragt, um mit den Interessierten in Kontakt bleiben zu können.
- Im zweiten Teil wurden die bisherigen Erfahrungen mit offenen Fragen erhoben, um so den Beantworter nicht einzuengen. Allerdings verlangt die Beantwortung offener Fragen, für schriftlich weniger gewandte Personen, eine zusätzliche Anstrengung, was die Zahl der Ausfälle beeinflussen kann. (Vergleiche Anger 1969, 590.)
- Im dritten Teil wurden mit einer Mischung aus offenen und geschlossenen Fragen die Bedürfnisse nach psychologischer Beratung abgeklärt.
- Im vierten Teil konnten die Befragten mit geschlossenen Fragen angeben, was nach dieser Umfrage weiter geschehen soll.

Aus terminlichen Gründen konnte der Fragebogen nicht mit einer Probebefragung auf Stärken und Schwächen hin überprüft werden. Immerhin gab das Zusammenstellen des Fragebogens innerhalb der Arbeitsgruppe einige Sicherheit in bezug auf dessen Tauglichkeit.

Zeitlicher Ablauf

Es stellte sich die Frage, ob diese Umfrage vor oder nach den Olympischen Sommerspielen 1980 durchgeführt werden sollte.

Nach den Spielen war, durch die umfangreichen Sportberichterstattungen, mit einem verringerten Interesse zu rechnen. Zudem war anzunehmen, dass zu dieser Zeit viele Leute in die Ferien fahren würden. Die Umfrage vor den Olympischen Sommerspielen durchzuführen, hätte als Störung der letzten Vorbereitungen empfunden werden können. Dieser Aspekt wurde als nicht entscheidend betrachtet, da von den 73 angeschriebenen Verbänden nur 12 eine Delegation nach Moskau schickten.

- Ende Mai wurde das Umfragenkonzept zur Stellungnahme an die Arbeitsgruppe geschickt.
- Mitte Juni konnte aufgrund eines Fragenkataloges der definitive Fragebogen zusammengestellt werden.
- Am 20. Juni wurde er an Verbände, Diplomtrainer NKES und an Verbandsärzte verschickt.
- Rücksendetermin war der 10. Juli 1980. Es wurden alle bis Ende Juli eingetroffenen Fragebogen ausgewertet.
- Anfangs August wurde das Auswertungsbulletin in der Arbeitsgruppe verabschiedet.
- Ende August konnte dieses zweisprachig an die Verbände und an alle Beantworter der Umfrage verschickt werden.

Gesamthaft dauerte diese Erhebung 3 Monate.

Auswertung

Für die Auswertung wurde zu jeder Frage ein spezielles Blatt, unterteilt nach Antwortmöglichkeiten, vorbereitet. In diese Blätter konnten mit verschiedenen Signaturen für Funktionäre, Trainer, Ärzte und Athleten die jeweiligen Antworten übertragen werden, so dass einfache Häufigkeitsdiagramme entstanden.

Der Kategorie «Trainer» wurden ausser den Diplomtrainern NKES alle Turnlehrer mit Hochschuldiplom zugeordnet, da diese während ihrer Ausbildung ebenfalls in Psychologie unterrichtet wurden.

Die Fragebogen wurden getrennt nach Funktionären, Athleten, Trainern und Ärzten in verschiedenen Ordnern abgelegt und dort alphabetisch nach Sportverbänden eingeordnet.

So sind die Fragebogen für verbands- oder auch für funktionärsspezifische, zusätzliche detaillierte Auswertungen leicht auffindbar. Die vorliegende Auswertung sollte vorerst einen allgemeinen Überblick vermitteln und allenfalls gemeinsame Tendenzen aufzeigen. Sie konnte deshalb nicht detailliert ausfallen.

Umfrageergebnisse

Nachfolgende Aufstellung gibt über den Versand und den Rücklauf der Fragebogen Aufschluss:

	Total verschickt	zurück bis Ende Juli	Antworten in %
Anworten aus den Verbänden	811	151	18,61
Diplomtrainer NKES	161	65	40,37
Ärzte	49	23	46,94
Total Antworten	1 021	239	23,41

Einige Diplomtrainer NKES und einige Ärzte haben auf Fragebogen der Verbände geantwortet. Ausserdem wurden alle Turnlehrer mit Hochschuldiplom der Kategorie «Diplomtrainer» zugeordnet. Somit ergab sich für die Auswertung die folgende Verteilung

Funktionäre	107
Diplomtrainer NKES und Turnlehrer mit Diplom	91
Ärzte	28
Athleten	13
Total Antwortende	239 = 100%

Von den 239 ausgefüllten Fragebogen wurden einzig 13 (5,44 Prozent) durch Frauen ausgefüllt. Auf eine spezielle Auswertung wurde deshalb verzichtet.

Der Rücklauf bei den direkt angeschriebenen Diplomtrainern NKES und den Ärzten ist mit über 40 Prozent gut ausgefallen.

Aus den 52 der insgesamt 73 angeschriebenen Sportverbänden, die dem SLS angeschlossen sind, kamen mindestens eine oder mehr Antworten zurück. Von 21 Verbänden wurden keine Fragebogen zurückgesandt.

Durch Ferienabwesenheit waren teilweise Sekretariate unbesetzt, so dass die Fragebogen nicht oder zu spät weitergeleitet wurden. Für andere Verbände war das Thema der Umfrage nicht relevant.

Gesamthaft beurteilt ist das Rücklaufresultat für eine postalische Befragung mit offener Verteilung innerhalb der Sportverbände zufriedenstellend.

Im folgenden werden zu jeder Frage die Ergebnisse einzeln zusammengefasst.

Die Häufigkeitsdiagramme wurden mit Ausnahme der Frage 1 in diesem Abdruck aus Platzgründen weggelassen, ebenso die Fragen 7 bis 10, welche die Form der Antworten betreffen.

Bereich «Erfahrungen»

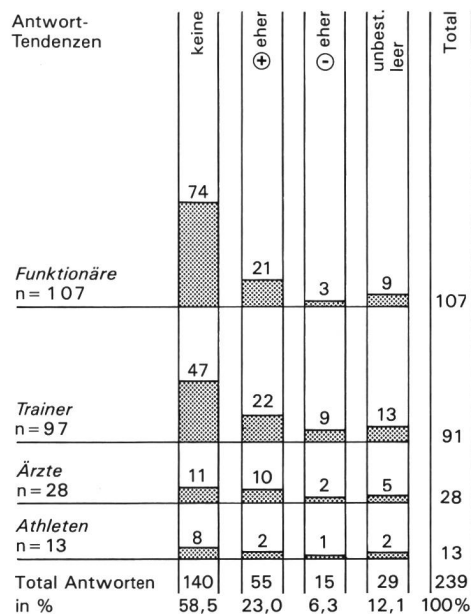
Frage 1

«Welche persönlichen Erfahrungen haben Sie im Zusammenhang mit psychologischer Beratung im Sport bis anhin gemacht?»

Ergebnis 1

Die meisten Beantworter (58,6 Prozent) geben an, bis anhin keine persönlichen Erfahrungen mit psychologischer Beratung im Sport gemacht zu haben. Knapp ein Viertel (23 Prozent) davon ein Drittel aller antwortenden Ärzte, hat positive Erfahrungen gemacht.

Die Psychologie, und als Teilbereich die Psycho-regulation, werden in vielen Bemerkungen als wichtig erwähnt. Als problematisch wird der Zeitaufwand entsprechender.



Frage 2

«Sind Ihnen Erfahrungen anderer vom Hören-Sagen bekannt?»

Ergebnis 2

Drei Viertel aller Trainer kennen Erfahrungen anderer vom Hören-Sagen. Dabei wird der Schweizerische Skiverband am häufigsten (16 Prozent) erwähnt.

Frage 3

«Welche Massnahmen wurden in Ihrem Verband bisher durchgeführt?»

Ergebnis 3

Die meisten Antworten (66,1 Prozent) kennen keine durchgeführten Massnahmen. Allerdings werden von mehr als der Hälfte der Ärzte und von gut einem Drittel der Trainer unterschiedliche Massnahmen erwähnt. Vermutlich fallen hier alle in eigener Initiative durchgeführten Versuche darunter. Als psychologische Massnahmen werden hauptsächlich Ausbildungsseminare für Trainer (13,4 Prozent) und das autogene Training (8,9 Prozent) erwähnt.

Bemerkungen erwähnt, dass die Trainer zusammen mit ihren Athleten ausgebildet werden sollen.

In anderen Bemerkungen werden die Funktionäre und Schiedsrichter zur Ausbildung vorgeschlagen.

Frage 5

«In welchen Bereichen sehen Sie den Einsatz eines psychologischen Beraters in Ihrem Verband?»

d) Betreuung nach Karriere – kein Einsatz – weitere Vorschläge

Ergebnis 5d

Als weitere Vorschläge werden die Beratung der Eltern von Junioren, die Betreuung von Problemathleten, die Rolle des Ombudsmannes im Verband, die Mitsprache bei unklaren Selektionssituationen und ein ständiger Beraterdienst erwähnt. Als Probleme werden der Zeitaufwand und die fehlenden finanziellen Mittel gesehen.

Frage 6

«Wie sehen Sie den Umfang einer Stelle?»

Ergebnis 6

Die Hälfte (52,7 Prozent) der Befragten stellten sich die Mitarbeit des Psychologen im Rahmen eines Beraterauftrages vor. Bezüglich der Anstellungsdauer werden die unterschiedlichsten Angaben gemacht. Allerdings fordern die meisten einen kontinuierlichen Einsatz über mehrere Jahre.

Diskussion der Ergebnisse

Entsprechend dem Fragebogen sollen die Ergebnisse unterteilt nach «Erfahrung», «Bedürfnissen» und «Wie weiter?» diskutiert werden.

Bereich «Erfahrungen»

Der zum Ausdruck kommenden, überwiegend positiven Einstellung zur psychologischen Beratung und den zahlreichen, vom «Hören-Sagen» bekannten Erfahrungen, stehen die Angaben gegenüber, dass im eigenen Verband mehrheitlich keine Massnahmen durchgeführt wurden und dass viele der Befragten keine eigenen Erfahrungen mit Psychologie im Sport gemacht haben.

Daraus stellt sich die Frage, woher diese positive Einstellung kommt. Ist dies der Ausdruck einer aufgeschlossenen Haltung «Neuem» gegenüber? Und wenn ja, wie weit ist jeder der positiv Eingestellten bereit, sich selbst für dieses «Neue» zu engagieren? Dass dieses Resultat zustande gekommen ist, liegt möglicherweise an der Haltung, dass man getrost etwas unterstützen kann, von dem man selbst nicht betroffen wird.

Ansichten über den Sinn und Unsinn, über Verantwortung und Grenzen einer psychologischen Beratung wurden nicht erhoben. Diese Themen müssen von Fall zu Fall zusammen mit den Interessierten erarbeitet werden.

Bereich «Bedürfnisse»

Der psychologische Berater soll hauptsächlich bei der Traineraus- und -weiterbildung eingesetzt werden. Er soll dabei innerhalb eines Auftragsverhältnisses teilzeitlich arbeiten.

In diesem Bereich wurden bis heute in den Verbänden die meisten bisher getroffenen Massnahmen durchgeführt. In den Turnlehrerkursen der Hochschulen und in der Ausbildung zum Diplomtrainer NKES wird regelmässig Psychologie unterrichtet.

Frage 4

«Welche Einstellung haben Sie persönlich zu diesen Massnahmen oder zur psychologischen Beratung ganz allgemein?»

Ergebnis 4

Eine starke Mehrheit (77 Prozent) äussert sich positiv zur psychologischen Beratung. Allerdings wird vielfach präzisiert, dass die Beratung hauptsächlich auf den Trainer ausgerichtet sein soll, und dass nur in Ausnahmefällen der Berater mit dem Athleten in direkte Verbindung treten soll.

Bereich «Bedürfnisse»

Frage 5

«In welchen Bereichen sehen Sie den Einsatz eines psychologischen Beraters in Ihrem Verband?»

a) Betreuung

Ergebnis 5a

Knapp die Hälfte (47,7 Prozent) der Antworter wünscht sich den Berater als Betreuer der Athleten während des Wettkampfes. Dabei soll er die Athleten vorwiegend bei der Vorbereitung auf den Wettkampf betreuen.

Daraus lässt sich schliessen, dass die Einsatzmöglichkeiten eines Beraters noch von vielen Praktikern unrealistisch gesehen werden.

Frage 5

«In welchen Bereichen sehen Sie den Einsatz eines psychologischen Beraters in Ihrem Verband?»

b) Beobachtung

Ergebnis 5b

Der Berater soll nach Wunsch vieler Trainer diese selbst beobachten.

Die Hälfte aller Antworten (49,4 Prozent) findet die Beobachtung der Athleten im Wettkampf wichtig.

Erwähnt wird auch die Beobachtung der Schiedsrichter und der Funktionäre.

Frage 5

«In welchen Bereichen sehen Sie den Einsatz eines psychologischen Beraters in Ihrem Verband?»

c) Aus- und Weiterbildung

Ergebnis 5c

Die meisten Beantworter (85,8 Prozent) sehen die Hauptaufgabe des Beraters in der Aus- und Weiterbildung der Trainer. Teilweise wird in den

Interessant ist das Bedürfnis der Trainer nach Beobachtung ihrer eigenen Person durch den Psychologen. Versprechen sich die Trainer davon eine regelmässige Rückmeldung über das eigene Verhalten? Dieser Wunsch ist verständlich. Der Athlet findet aufgabengebunden in seinem Trainer immer einen Gesprächspartner. An wen kann sich der Trainer wenden, der doch dieselben psychischen Spannungen verarbeiten muss, wie der Athlet? Der Psychologe als Berater des Trainers muss diesem Umstand in seinen Interaktionen Beachtung schenken.

Nach Wunsch der Trainer soll der Berater die Athleten während des Wettkampfes beobachten. Soll nun der Berater den Trainer bei der Leistungsbeurteilung und der Wettkampfauswertung unterstützen oder soll er diesem die heikle Aufgabe der Wettkampfkritik abnehmen? Ein Konzept, entsprechend dem Berater-Trainer-Athletenmodell (siehe Beratungsziele), muss bei solchen Fragen zu klaren Verhältnissen beitragen.

Veständlicherweise werden über den Umfang einer Beraterstelle sehr unterschiedliche Angaben gemacht. Die sportart- und verbandsspezifischen Bedürfnisse unterscheiden sich zu sehr. Ebenso können die verschiedenen Vorstellungen über den Einsatz eines Beraters erst bei der Planung eines konkreten Einsatzes auf einen Nenner gebracht werden. Dass dies erkannt wurde, zeigt der beachtlich grosse Wunsch nach einer verbandsspezifischen Auswertung dieser Umfrage.

Bereich «Wie weiter?»

Das Interesse an einer Diskussion der Umfrageergebnisse ist gross. Der Interessentenkreis ist durch die Umfrage geklärt.

Aufgrund der Aussagen kann man vermuten, dass in verschiedenen Verbänden die Möglichkeiten einer psychologischen Beratung im Hinblick auf einen längerfristigen Berater Einsatz diskutiert werden. Allerdings scheint es, dass ohne gezielte Aufklärung und tatkräftige Unterstützung durch Fachleute dieser Prozess leicht durch unklare Vorstellungen und unerfüllbare Erwartungen gefährdet werden kann. Die Psychologen müssen erkennen, dass ihnen der Sport viel bieten kann. Die Psychologie hat sich bis heute hauptsächlich mit den geistigen Leistungen des Menschen befasst und dabei dessen Handlungen und Bewegungen als Forschungsfeld vernachlässigt. Diese Lücke gilt es in der psychologischen Forschung zu schliessen. (Vergleiche Thomas 1978, 26.)

Zusammenfassung

Die persönliche Einstellung zur psychologischen Beratung ist überwiegend positiv. Bisher wur-

den wenig persönliche Erfahrungen gemacht, und in den Verbänden kamen kaum entsprechende Massnahmen zur Durchführung.

Das Bedürfnis nach dem Einsatz eines Psychologen ist vorhanden. Dieser soll bei der Aus- und Weiterbildung der Trainer eingesetzt werden. Ein solcher Einsatz im Rahmen eines Beraterauftrages von unterschiedlicher Zeitdauer soll über mehrere Jahre fortgeführt werden.

Die Einsatzmöglichkeiten eines Psychologen sind wenig bekannt oder werden unrealistisch gesehen. Vermutlich werden daher auch verschiedene Vorbehalte gegenüber einem Einsatz gemacht.

Die meisten Befragten sind an einer Diskussion der Umfrageergebnisse in Form eines allgemeinen Erfahrungsaustausches interessiert. Beinahe ebensoviele wünschen bereits eine konkretere, verbandsspezifische Auswertung.

Mit dieser Umfrage galt es, abzuklären, was bisher in schweizerischen Sportverbänden an Erfahrungen gemacht wurde, wie gross das Bedürfnis und wie stark die Bereitschaft zum Engagement für eine psychologische Beratung ist. Aus einer möglichst grossen Vielzahl von Meinungen und spontanen Äusserungen galt es, gemeinsame Tendenzen abzuleiten. Man kann annehmen, dass die Umfrageergebnisse die aktuelle Situation im Schweizer Sport wiedergeben.

Schlussfolgerung

Mit dieser Umfrage wurde ein aktuelles Thema angeschnitten. Einige der im Schweizer Sport Engagierten wollen, dass im Bereich der psychologischen Beratung kontinuierliche Massnahmen getroffen und Erfahrungen gesammelt werden.

Wie weit allerdings die nötige Geduld und Bereitschaft, Rückschläge hinzunehmen, vorhanden ist, kann erst die Praxis zeigen.

Für die an psychologischen Fragen interessierten Fachleute gilt es, diese Bereitschaft durch ein verständnisvolles und aufklärendes Klima zu fördern.

Der zukünftige Berater muss dem Sportpraktiker behilflich sein, psychologische Prozesse im Sport verstehen zu können, um gemeinsam den Sport in seinen verschiedensten Erscheinungsformen immer besser als ein spezifisch menschliches Handlungsfeld erkennen und gestalten zu können. Beide müssen sich dabei bewusst sein, dass der Berater selbst ein Lernender ist. Die Sportpsychologie hat in ihrer noch jungen Geschichte keine ausreichenden theoretischen und methodischen Erkenntnisse entwickelt, um bei jedem auftauchenden Problem eine passende Lösung anbieten zu können. Jede Problemstellung aus der Praxis ver-

langt eine spezielle, auf das jeweilige Problem abgestimmte Lösungsstrategie. Dadurch bietet der Sport dem Psychologen ein hervorragendes Erfahrungs- und Forschungsfeld zur Erarbeitung und Überprüfung psychologischer Theorien, Methoden und Erkenntnisse.

Leider ist die Sportpsychologie als eine Disziplin der angewandten Psychologie bei vielen Fachleuten noch nicht als eigenständiges Arbeitsgebiet anerkannt. So entsteht die Situation, dass sich aus der Sportpraxis eine Fülle von psychologischen Problemen ergibt, die mangels interessierter Psychologen nicht aufgearbeitet werden können. Dies ist mit ein Grund, weshalb sich der unter Leistungsdruck stehende Praktiker leicht zweifelhaften Methoden zuwendet. Der angehende Sportpsychologe kommt nicht ohne Idealismus aus. Er wird in den ersten Jahren seinen Lebensunterhalt nicht ausschliesslich mit Tätigkeiten im Bereich des Sports bestreiten können. Denn für viele Verbände, die nebenamtliche Dienstleistungen ihrer Mitglieder gewohnt sind, wirken die Honorarkosten einer Beratung abschreckend.

Deshalb müssen Lösungen gesucht werden, die für beide Seiten akzeptabel sind, da sich sonst immer wieder interessierte Fachleute vom Sport abwenden.

Eine Möglichkeit ist die teilamtliche Anstellung an der Eidgenössischen Turn- und Sportschule (ETS) in Magglingen, die einem angehenden Sportpsychologen einen genügenden Lebensunterhalt sichert und daneben ausreichende Freiheit zur Bearbeitung eigener Projekte lässt.

Die so gemachten Erfahrungen kommen durch dieselbe Person der Sportschule wieder zugute. Eine weitere Lösungsvariante wäre, die feste Anstellung durch den Schweizerischen Landesverband für Sport (SLS) für wechselnde Einsätze bei den Sportverbänden.

Für die Weiterentwicklung der Sportpsychologie in der Schweiz zeichnen sich nach dieser Umfrage zwei Hauptaufgaben ab:

- Auf sportpraktischer Ebene soll hauptsächlich die Traineraus- und -weiterbildung gefördert werden.
- Auf organisatorischer Ebene müssen im Dialog zwischen den Psychologen und den Sportpraktikern Einsatzmodelle entworfen werden, die eine kontinuierliche Arbeit über mehrere Jahre ermöglichen.

Als erste organisatorische Massnahme wurde für alle an psychologischen Fragen Interessierten die Möglichkeit geschaffen, über den Chefarzt des Arztdienstes der Olympischen Spiele 1980, Herrn Dr. med. Heinz Fahrer, mit einem Psychologen in Verbindung zu treten.

Ausserdem fand im Winter 1980 eine Podiumsdiskussion statt, damit der durch die Umfrage angeregte Dialog zustande kommen konnte. Bei dieser Veranstaltung wurden Möglichkeiten der psychologischen Beratung vorgestellt und bei einem allgemeinen Ideenaustausch Einsatzmodelle diskutiert.

Der 2. Teil erscheint in der Juli-Ausgabe.

