

## Was hat sich für uns in der Sportpsychologie verändert?

Überlegungen für die sportpsychologische Beratung in Zeiten von Corona

### Abstract

Die COVID 19 Pandemie stellt für alle eine neue Situation dar und hat zu massiven Einschränkungen in unserem Alltag und Berufsleben geführt. Vielfältige Einschnitte im Sport führen dazu, dass gewohnte Trainings- und Wettkampfabläufe nicht mehr gegeben sind und wir unsere gesamten Planungen bis auf Weiteres stoppen und neu anpassen müssen. Sportliche Ziele, wie die Olympischen Spiele oder Jugendweltmeisterschaften, auf die über Jahre hingearbeitet wurde, sind verschoben und teils abgesagt. Hinzu kommen widersprüchliche Meldungen über gesundheitliche Risiken und Zukunftsaussichten, wann sich die Situation wieder normalisieren kann. Bisher Selbstverständliches ist auf einmal nicht mehr selbstverständlich. Eine solche Krisensituation wirft viele Fragen auf, sowohl für Sportler\*innen als auch für Trainer\*innen. Wann und wie geht es weiter? Werden Wettkämpfe stattfinden können? Welche Konsequenzen hat die Verschiebung der Olympischen Spiele für mich? Welche Ziele kann ich mir noch setzen? Etc. Diese Fragen können Gefühle von Angst, Hilflosigkeit und Kontrollverlust hervorrufen sowie sorgenvolle Gedanken, Frust und Motivationsprobleme, was in den letzten Monaten auch in den Medien stark thematisiert wurde.

Unser Workshop legt den Fokus auf unsere Arbeit als Sportpsycholog\*innen. Wie hat sich die Corona Situation auf unsere tägliche Arbeit ausgewirkt? Was hat sich für uns dadurch in der Beratung verändert? Cristina Baldassarre berichtet in ihrem Beitrag von markanten thematischen Verschiebungen im Nachwuchsbereich und ihrer Arbeit mit Nachwuchsathlet\*innen insbesondere im Umgang mit einem erheblich gesteigerten Stresserleben. An einem Fallbeispiel zeigt Hanspeter Gubelmann, welche Maßnahmen notwendig wurden, um eine professionelle Golfspielerin durch eine kompletten „Shutdown“ – inklusive Quarantäne, Isolation, Corona-Erkrankung und Long-Covid – zu begleiten. Monika Liesenfeld reflektiert anhand konkreter Fallbeispiele aus ihrer letztjährigen Arbeitspraxis am OSP Berlin ihre Corona-Erfahrungen. Welche Möglichkeiten und Ideen für alternative Betreuungsformen aus einem aktuell eingeschränkten Beratungssetting entstehen können, präsentiert Oliver Stoll anhand seines online-gestützten Interventionsansatzes „Ab liefern – wenn es darauf ankommt“ (Liebing & Stoll, 2020).

Im Anschluss an die Kurzpräsentationen soll im Rahmen einer Plenumsdiskussion u.a. versucht werden, die aus der Fallarbeit gewonnenen Erkenntnisse in tragfähige Konzepte und Modelle einzuordnen. Dazu wird auf das ganzheitliche sportliche Karrieremodell von Wylle mann (2019) zurückgegriffen, wie auch auf Überlegungen zur Krisenbewältigung von Junker (2020) und konzeptuellen Beiträgen zum Umgang mit der Pandemie von Stambulova et al. (2020), um differenzierte Aussagen für die Betreuungsarbeit mit Nachwuchs- und Spitzensportler\*innen treffen zu können.

### Weitere Infos:

Die maximale Anzahl an Teilnehmer\*innen beträgt 20.

## Was hat sich für uns in der Sportpsychologie verändert?

Überlegungen für die sportpsychologische Beratung in Zeiten von Corona

### Informationen zur Referent\*innen



**Cristina Baldasarre** ist Fachpsychologin für Sportpsychologie FSP sowie für Psychotherapie FSP, sowie ehemalige Leistungssportlerin. Sie arbeitet zudem als Swiss-Olympic-Trainerin im Eislaufen. Ihre inhaltlichen Schwerpunkte liegen in der Beratung jugendlicher Leistungssportlerinnen und -sportler sowie in der therapeutischen Unterstützung junger Menschen in Lern- und Leistungsfragen.



**Hanspeter Gubelmann**, Fachpsychologe für Sportpsychologie FSP hat langjährige und vielfältige Praxiserfahrungen im Sport gesammelt. Aktuell ist er am Institut für Bewegungswissenschaften und Sport der ETH Zürich in der Ausbildung zukünftiger Sportlehrer\*innen engagiert. Daneben betreut er als Sportpsychologe seit 30 Jahren zahlreiche Spitzensportler\*innen. Obwohl die individuelle Leistungsoptimierung häufig im Vordergrund seiner Tätigkeit steht, liegt ihm auch die Eigenverantwortung in der Persönlichkeits- und Autonomieentwicklung am Herzen.



**Monika Liesenfeld** (Dipl. Psych., Dipl. Sportwiss.) ist seit 2005 hauptamtliche Sportpsychologin am Olympiastützpunkt Berlin (OSP). Hauptaufgabe ist die sportpsychologische Beratung und Betreuung von Spitzensportler\_innen und Trainer\_innen aus verschiedenen Sportarten zur Vorbereitung auf nationale und internationale Wettkämpfe. Die Schwerpunkte der sportpsychologischen Betreuung liegen in der hypno-systemischen und ressourcenorientierten Beratung bei Trainings- und Wettkampfdiskrepanzen sowie im mentalen Fertigkeitstraining zur Optimierung vorhandener Leistungspotentiale. Im Vordergrund der Arbeit steht dabei immer der Sportler, die Sportlerin als Ganzes in ihrer Persönlichkeitsentwicklung.



**Oliver Stoll** ist Professor für Sportpsychologie % Sportpädagogik an der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg und in der Coaching- und Beratungspraxis von Athlet\*innen selbstständig in Leipzig tätig.