

## Erfolgreicher Leistungssport ohne psychische Gewalt und verbale Misshandlungen

Wie können Sportpsycholog\*innen in der Praxis handeln – bei konkreten Fällen und präventiv.

### Abstract

In den letzten Jahren wurden in vielen Ländern Vorwürfe von Athlet\*innen öffentlich, die berichteten, während ihrer Zeit als Leistungssportler\*innen dem psychischen Missbrauch durch Trainer\*innen ausgesetzt gewesen zu sein. Auch in Deutschland sorgten insbesondere die deutschlandweiten Berichterstattungen über Turnerinnen am BSP Chemnitz für viele Schlagzeilen. Während die Einzelfälle immer wieder (auch öffentlich) kontrovers diskutiert werden, zeigt sich in Studien, dass psychische Gewalt im Leistungssport bei weitem keine Ausnahme ist. In einer aktuellen Studie (Ohlert et al., 2020) berichteten knapp 87% der befragten Bundeskaderathlet\*innen in Deutschland, im Rahmen ihres Sports schon einmal psychische Gewalt erfahren zu haben. Es scheint daher nicht die Frage, ob man als Sportpsycholog\*in irgendwann einmal mit dem Thema konfrontiert werden wird, sondern nur wann. Ich möchte mit den Teilnehmenden im Workshop folgendes diskutieren und gemeinsam an Beispielen erarbeiten: Wie ist psychische Gewalt im Sport definiert? Was genau fällt darunter? Was ist „rauer Ton“ und was „verbale Misshandlung“? Ist heute psychische Gewalt, was vor 20 Jahren noch „gesunde Härte“ war? Selbstreflexion: Was ist eure persönliche Haltung zu dem Thema? Wo ist eure rote Linie? Werden Athlet\*innen weniger erfolgreich sein, wenn mehr Wert auf ihre psychische Gesundheit gelegt wird? (sind dann alle „zu weich“?) Wie kann ich Trainer\*innen und Athlet\*innen in der Leistungssport-Kultur für das Thema sensibilisieren? Was können wir (als Sportpsycholog\*innen) konkret tun, wenn wir psychische Gewalt beobachten oder geschildert bekommen? Was für Möglichkeiten der Prävention gibt es auf den verschiedenen Ebenen (Trainer\*innen, Athlet\*innen, Verbände/ Vereine)? Der Workshop ist hauptsächlich dem praxisorientierten Austausch und gemeinsamen Entwickeln von Handlungsmöglichkeiten gewidmet und wird durch kurze Inputs zur aktuellen Literatur (Definition, Präventionsansätze etc.) ergänzt.

### Weitere Informationen:

Damit wir möglichst zügig in einen produktiven Austausch starten können bitte zur Vorbereitung meine Definition zum Begriff der psychischen Gewalt lesen, die der Deutsche Turnerbund unter folgendem Link veröffentlicht hat:

[https://www.dtb.de/fileadmin/user\\_upload/dtb.de/DTB/Der\\_Verband/PDFs/%C3%96A/21.01.2021\\_Definition\\_und\\_Herleitung\\_Psychische\\_Gewalt.pdf](https://www.dtb.de/fileadmin/user_upload/dtb.de/DTB/Der_Verband/PDFs/%C3%96A/21.01.2021_Definition_und_Herleitung_Psychische_Gewalt.pdf)

Die maximale Anzahl an Teilnehmer\*innen beträgt 20.

## Informationen zur Referentin



**Frauke Wilhelm**, als Diplom-Psychologin und Sportpsychologin Teil der Kommission zur Aufarbeitung der Vorwürfe der psychischen Gewalt am BSP Chemnitz. Zudem seit 1999 als freiberufliche Beraterin, Coach und Trainerin tätig, u.a. mehrere Jahre für den OSP Hannover sowie NLZ und Profimannschaft von Hannover 96 und in der Betreuung der U18 Junioren des DFB, zudem als Supervisorin, Workshopleitern und Vortragende, z.B. im Rahmen der asp-Ausbildung.