

Die Psychologie an den Olympischen Spielen

Vom 27. Juli bis 12. August finden in London die Olympischen Sommerspiele 2012 statt. Seit 2006 ist auch ein Schweizer Psychologe offiziell für die olympische Delegation vor Ort. Die Psychologin FSP Romana Feldmann erläutert die Herausforderungen und Aufgaben, die es dabei zu meistern gilt.

Die Teilnahme an Olympischen Spielen stellt für Athletinnen und Athleten sowie für das gesamte Betreuungsteam eine besondere Herausforderung dar und ist nicht selten Höhepunkt einer Sportlerkarriere. Im Vier-Jahres-Zyklus wird spezifisch darauf hingearbeitet, und entsprechend gross ist somit auch der Wunsch nach Erfolg. Nebst der langen Vorbereitungszeit weisen die Spiele aber noch weitere Besonderheiten auf, welche es zu meistern gilt – beispielsweise das grosse mediale Interesse, das enge Zusammenleben der Sportlerinnen und Sportler aus den unterschiedlichen Sportarten oder das Repräsentieren der eigenen Nation. Daraus resultierender Erfolgsdruck, soziale Konflikte oder sportliche Niederlagen sind nur wenige Beispiele, die das sportliche Umfeld als psychologisches Aufgabenfeld legitimiert.

Ein Arbeitsfeld entsteht

Im Sport führende Nationen wie die USA, Norwegen oder Australien haben eine langjährige Tradition von eingebundenen Sportpsychologinnen und -psychologen in die olympische Delegation. Swiss Olympic hat nachgezogen, indem sie 2006 zum ersten Mal einen offiziellen Sportpsychologen an die Winterspiele mitgenommen hat. Einer der Auslöser für diesen Schritt war, dass sich an vorangehenden Spielen unter den Athletinnen und Athleten beziehungsweise im Betreuerstab Krisen ereigneten, welche die Hilfe von lokalen Psychologen und Psychiaterinnen erforderten. Um einen Katalog der häufig auftretenden Anforderungen

und Probleme erstellen zu können, wurden empirische Untersuchungen durchgeführt: Verschiedene Befragungen mit Eliteathletinnen und -athleten erwiesen sich als wertvoll, anhand welcher gängige Anliegen, Sorgen und Nöte aller Delegationsmitglieder abgeleitet werden konnten. Diese gingen als Element in die sogenannten Swiss Olympic Reports ein, welche für die Spiele 2000, 2002, 2004, 2006 unter Mitarbeit des Bundesamts für Sport (BASPO), der ETH Zürich, der Universität Zürich und Swiss Olympic verfasst wurden.

Analysen bestätigen die Bedeutung

Seit der erstmaligen Berufung 2006 ist der Sportpsychologe an allen Spielen offizieller Teil der olympischen Delegation gewesen – mit dem Auftrag, Athleten und Betreuer im Bedarfsfall vor Ort mit psychologischen Interventionen zu unterstützen. Zur Qualitätssicherung analysierten der Fachpsychologe für Sportpsychologie FSP Daniel Birrer von der Eidgenössischen Hochschule für Sport Magglingen EHSM und Mitarbeiter die vom jeweiligen Sportpsychologen protokollierten Interventionen: Zwischen 11 und 25 Prozent der Schweizer Delegation haben das sportpsychologische Angebot genutzt, was 2,1 bis 4,6 Interventionen pro Tag bedeutet. Rund 30 Prozent der Ratsuchenden waren Trainer, die Hälfte der Anliegen wurde im Rahmen von Kurzinterventionen behandelt. Die häufigsten Fragen betrafen die Leistungserbringung, etwa wie eine Selbstregulation gelingt oder wie sich der Sportler oder die Sportlerin unmittelbar vor dem Wettkampf mental

vorbereiten und verhalten soll.

Diese Auswertungen weisen auf einen Bedarf nach sportpsychologischen Leistungen an grossen Sportanlässen hin. Die Erfahrungen aus den vergangenen drei Olympischen Spielen zeigen weiterhin, dass die psychologische Betreuung vor Ort eine vielseitige und anspruchsvolle Aufgabe ist, welche den Sportpsychologen auslastet. Bei Krankheit des Psychologen oder in Notfallsituationen, wie etwa nach dem tödlichen Unfall eines Rodlers an den Spielen in Vancouver, wäre zusätzliche fachliche Unterstützung notwendig. Zudem scheint es günstig, Interventionen in einer zweiten Landessprache anbieten zu können, was zurzeit noch nicht der Fall ist.

Ein wichtiger Beitrag

Für den reibungslosen Ablauf und damit für eine erhöhte Chance auf eine Medaille ist somit nicht nur vorgängiges körperliches und mentales Training ausschlaggebend, sondern auch die psychologische Betreuungsmöglichkeit während der Spiele. Wenn die Sportpsychologie in Zusammenarbeit mit anderen Disziplinen einen Beitrag leisten dazu kann, dass die Athleten ihr Potenzial auszuschöpfen vermögen, hat sie einen wichtigen Teil ihrer Aufgabe erfüllt.

Romana Feldmann

Vorstandsmitglied der Schweizerischen Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie

Studie:

Birrer, D., Wetzel, J., Schmid, J., & Morgan, G. (in press). Analysis of sport psychology consultancy at three Olympic Games: Facts and figures. *Psychology of Sport and Exercise*.