

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

**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

**Band:** 38 (1981)

**Heft:** 7

**Artikel:** Psychologische Beratung im Sport [Fortsetzung]

**Autor:** Bidder, Konstantin von

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-993817>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 30.06.2025

**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)

### 2. Teil

### 3. Aspekte und Ziele der psychologischen Beratung im Sport

Manchen Menschen kann die Sportwissenschaft und vor allem die Sportpsychologie überflüssig, sogar lästig, erscheinen. Sport soll Möglichkeiten zu freier und ungezwungener körperlicher Betätigung und geistiger Entspannung bieten. Jedes wissenschaftliche Forschen, Reflektieren und Problematisieren wird als unangebrachte Störung empfunden. Aber gerade im Sport handelt und erlebt der Mensch sich und seine Umwelt in einer Weise und mit einer Intensität, wie das in anderen Lebensbereichen selten zu beobachten ist. Dabei werden Emotionen der Freude und Begeisterung oder der Wut und Enttäuschung in aussergewöhnlicher Ausprägung spontan ausgelebt. Sportler sind freiwillig bereit, jahrelang alle verfügbaren körperlichen und geistigen Kräfte aufzuwenden, um im Sport ein bestimmtes Ziel zu erreichen.

Welchen Sinn, welchen Zweck erfüllt der Sport, der das Leben eines Menschen, sein Denken, Handeln und Erleben, seine Einstellung und seine sozialen Beziehungen bestimmen kann.

#### Sinn und Zweck des Sportes

Unsere Gesellschaft befindet sich im Umbruch. Viele Werte haben ihre Gültigkeit verloren und wurden nicht, oder noch nicht, durch andere, neue ersetzt. Das Festhalten an herkömmlichen Traditionen oder das unbedachte Überbordwerfen von Althergebrachtem lassen Verunsicherungen erkennen. Viele Menschen beklagen sich, dass dieses oder jenes im Leben keinen Sinn mehr hätte.

#### Sinn für den Sinn

«Der Sinn fehlt, weil man ihn nicht mit dem biologischen Leben vorfindet. Er sollte gegeben sein, und er ist es nicht.» (Hersch 1980, 7.) Der Sinn kann objektiv nie gegeben sein, da Tatsachen allein keinen Sinn ergeben können. Erst durch die Art und Weise, wie der Mensch mit diesen Tatsachen umgeht, sie deutet und verarbeitet, bekommen sie einen Sinn. Der Sinn ist also nicht durch Gegebenheiten oder Erkenntnisse, durch äussere Bedingungen vorgegeben. Es muss eine innere Einstellung dazukommen. Diese Einstellung wird durch das doppelte Verlangen des Menschen nach Erfüllung, als Ausmerzung eines Mangels, und nach Sinn geprägt. Dabei bekommt das Streben nach Erfüllung nur einen Sinn, wenn für den Menschen tatsächlich etwas auf dem Spiel steht. Dieser

Sinn verlangt den absoluten Einsatz, der den Menschen neben dem Gelingen dem Schmerz und dem Scheitern ausliefern kann. Darin liegt der wesentliche Sinn des Lebens.

«Wir haben als Menschen nur eine einzige tatsächliche, konkrete Verabredung mit der Wirklichkeit: Jetzt und nur jetzt können wir so oder anders handeln, so oder anders entscheiden, so oder so das Gegebene verändern.» (Hersch 1980, 16.)

#### Sinn für den Sport

Der Sport wird häufig, meist von Kritikern, als ein «Spiegelbild» unserer Leistungsgesellschaft gesehen.

In der Tat sind Gemeinsamkeiten festzustellen, da der Sport, wie wir ihn kennen, geschichtlich eng mit der sozialen Entwicklung, die zur Industriegesellschaft hinführte, verbunden ist.

«Beide, Sport und Industriegesellschaft, unterscheiden sich grundlegend von allem was es bis dahin in der Weltgeschichte an Formen körperlich-spielerischer Betätigung und an gesellschaftlich-wirtschaftlichen Ordnungen gegeben hatte.» (von Krockow 1972.)

Im Sport und in der Industriegesellschaft gelten die selben Prinzipien von Konkurrenz, Leistung und Gleichheit, die zueinander in dem folgenden Beziehungsgefüge stehen: Durch Konkurrenz wird das Streben nach Leistung geweckt. Konkurrenz und Leistung sind nur auf der Basis der Gleichheit möglich. Erst vor dem Hintergrund der Gleichheit kann Leistung verglichen werden. Das Vergleichen wiederum führt zur Konkurrenz, die neues Leistungsstreben weckt. Antrieb zu diesem Konkurrenzmechanismus ist weniger das Streben nach noch grösserer Befriedigung eigener Anerkennungs- und Machtgelüste, sondern vielmehr die Angst, das Erreichte zu verlieren, die Angst vor der Ohnmacht. Diese Angst vor der Ungewissheit in einer veränderungsoffenen Umwelt kann nur durch deren Beherrschung eingedämmt werden. Da alle Menschen aus denselben Ängsten die Vorherrschaft anstreben, werden die allgemeine Unsicherheit und die Sorge um die Zukunft nur noch vergrössert. Und damit ist ein erneutes Leistungsstreben geweckt worden.

Hier unterscheidet sich nun der Sport von der Industriegesellschaft durch sein viertes Grundprinzip, das von Krockow (1972) die «Weltausgrenzung» nennt.

Sport findet bei aller Leidenschaftlichkeit und Vehemenz, bei aller Intensität der Gefühle in einem durch Regeln, Räumlichkeiten und Zeit begrenzten Schonbezirk statt. Was immer an Dramatischem geschieht, es findet in diesem Schonbezirk statt und was gilt, gilt nur dort.

Damit wird deutlich, dass der sportliche Wettkampf gegenüber dem Existenzkampf der Gesellschaft nur «human» bleibt, solange diese «Weltausgrenzung» durchgesetzt wird.

«Spiel und Sport verlangen als Gegensphären zum Notwendigen nach Freiheit. Spiel und Sport hören auf, wo man zu ihnen gezwungen wird. Dort beginnt der Betrug, und wer andere zum Spielen und Sport zwingt – sei es sogar in der besten pädagogischen Absicht –, der ist ein betröger Bürger.» (von Krockow 1972, 102.)

#### *Zweck des Sports*

Sport ist ein spezifisch menschliches Handlungs- und Erlebnisfeld, in dem vielfältige Formen von Interaktionen, Kommunikation und Kooperation zwischen Menschen und Menschengruppen stattfinden.

Durch die «Weltausgrenzung», das heisst durch das Zerlegen der komplexen, unüberschaubaren und konfliktbeladenen Welt in einfache, überschaubare, durch Regeln klar umrissene Spiele, wird das Streben des Menschen nach Erfüllung und Sinn erleichtert.

Arbeitshandlungen sind zukunftsorientiert und zielgerichtet mit der Absicht, die Gesellschaft und ihre Mitglieder zu verändern oder den erwarteten Wandel zu verhindern. Spielhandlungen haben dagegen weitgehend nur symbolische oder kommunikative Bedeutung, bei denen die Interaktionen der Unterhaltung und Verständigung dienen. (Vergleiche Falk 1979, 67.) Im Sport sind nicht nur das Erleben, Perfektionieren und Erbringen sportlicher Bewegungsleistungen von Bedeutung. Durch die sportliche Aktivität werden zusätzlich psychische Prozesse in Gang gesetzt. Diese Prozesse werden durch die Konfrontation mit sozialen Werthaltungen, Einstellungen und Erwartungen beeinflusst und lösen somit Verhaltensänderungen aus.

Der Sport ist ein einzigartiges individuelles und soziales Lernfeld, in dem sich der Mensch durch Ausdrucks-, Darstellungs- und Handlungsleistungen als Individuum gegenüber seiner sozialen Umwelt mannigfaltig erklären kann. Über den Prozess der Selbstverwirklichung und der Auseinandersetzung mit der sozialen Umwelt werden Verhaltensnormen vermittelt und soziales Verhalten gelernt.

Im Sport können durch die «Weltausgrenzung» Persönlichkeitsentwicklung und Sozialisation ganz anders gefördert werden, da im Gegensatz zur Arbeitswelt kein Leistungszwang besteht. «Leisten können, ohne leisten zu müssen – dieses Wort gegen Leistungszwang, aber für Leistungsbereitschaft und Leistungsfreude, für eine Darstellung und Entwicklung der Person in und an ihren verantwortlich und selbständig

übernommenen Leistungsaufgaben kann als Leitwort für viele kulturelle Bereiche gelten – besonders aber für den Sport.» (Lenk 1976, 74.)

#### **Forderungen und Bedürfnisse**

Aus der Umfrage haben sich die Bedürfnisse nach «Traineraus- und -weiterbildung» und nach «Institutionalisierung der Sportpsychologie» im Schweizer Sport ergeben.

In den vorangegangenen Gedanken über Sinn und Zweck des Sportes kommt zum Ausdruck, dass der Sport neben der körperlichen Komponente einen ebenso wichtigen «sozialpsychologischen und pädagogischen Aspekt» aufweist. Zu allen drei Themen werden im folgenden etwas differenziertere Betrachtungen gemacht, um die Bedeutung für die psychologische Beratung aufzuzeigen.

#### *Trainerausbildung*

Die Trainer arbeiten in den meisten Sportarten ehrenamtlich. Sie unterscheiden sich nach Herkunft und Vorbildung. Motiviert durch die Erfahrungen aus der eigenen sportlichen Karriere, versuchen sie, sich eher zufällig das nötige Wissen anzueignen. Dabei sind die Anforderungen an einen Trainer enorm:

Der Trainer plant und organisiert das Training, überwacht die Durchführung und kontrolliert die Leistungsentwicklung, so dass eine optimale Wettkampfvorbereitung resultiert. Er betreut

und berät den Athleten während dieses Prozesses und er vertritt die Aufgaben, Inhalte und Ziele des Trainings nach aussen. (Vergleiche Hahn 1979, 520–521.)

Seine Trainingsgestaltung muss gleichzeitig den folgenden drei Zielen dienen:

- Hohe Effektivität der Leistung im Sinne eines Aufwand-/Nutzenverhältnisses
- Schutz des Athleten vor körperlichen und psychischen Schädigungen.
- Sicherung von Entwicklungsmöglichkeiten für Fähigkeiten und Einstellungen der Beteiligten.

Das Training vollzieht sich in einer wechselseitigen Abhängigkeit und Beeinflussung des Verhaltens von Trainer und Athlet.

In diesem Interaktionsprozess müssen diese drei untrennbar miteinander verbundenen Trainingsinhalte vermittelt werden:

- Training bedeutet Vermittlung von sportfachspezifischen Kenntnissen, Fähigkeiten und Einstellungen (Qualifikation).
- Training bedeutet Vermittlung von Wertvorstellungen, Handlungszielen und -normen, die schicht- und kulturspezifisch differenzieren (Sozialisation).
- Training bedeutet Gestaltung und Veränderung interpersonaler Beziehungen (Qualifikation und Sozialisation). (Vergleiche Ulich 1976, 68.)



In der Schweiz wird in der Trainerausbildung zum «Diplomtrainer NKES» Psychologie und Pädagogik unterrichtet. Unter anderen wurden die folgenden Lernziele formuliert:

«Die Einführung in die Psychologie und Pädagogik soll die Lehrgangsteilnehmer zudem befähigen, Phänomene individualpsychologischer und sozialpsychologischer Art im Umgang mit Sportlern besser zu erkennen.»

«Psychologisches Training: Der Trainer soll die verschiedenen Arten des psychologischen Trainings und ihre Wichtigkeit in seiner Sportart beschreiben können. Er soll die für seine Sportart geeigneten Methoden in seine Trainingsmassnahmen einfügen können.»

«Gruppendynamik/Gesprächsführung: Der Trainer soll die gruppendynamischen Vorgänge beim Training beobachten und deuten können. Insbesondere soll er die psychologische Wirkung seines Verhaltens und seiner Gespräche gegenüber anderen analysieren können.»

«Counseling: Der Trainer soll mit seinen Athleten Beratungsgespräche über Beruf, Schule und Familie durchführen können.» (Vergleiche Baur 1979, 524–525.)

Um diese Lernziele zu erreichen, stehen 37 Lektionen und drei Kompaktkurse von 1 bis 2 Tagen Dauer zur Verfügung.

Selbst wenn sich diese Ausbildung an den Aufgaben und der Praxis des Trainers orientiert, ist anzunehmen, dass der Trainer diese Anforderungen nicht erfüllen kann. Er ist auf die Möglichkeit einer psychologischen Beratung angewiesen. «Ich bin ziemlich sicher, dass der Trainingsprozess sich heute nur noch optimieren lässt durch ein arbeitsteiliges Team, das sich zusammensetzt aus zwei bis drei Trainern (einer verantwortlich), dem Sportmediziner, dem Psychologen, dem verantwortlichen Funktionär und dem Masseur. Diese Arbeitsgruppe muss auch die Athleten als gleichberechtigte Partner an der Planung beteiligen.» (Adam 1978, 275.)

#### *Institutionalisierung der Sportpsychologie*

Die Sportpsychologie ist auf die Zusammenarbeit mit den Sportpraktikern angewiesen. Denn sie kann den Bedürfnissen der Sportpraxis nach psychologischer Hilfestellung erst entsprechen, wenn aus der praktischen Zusammenarbeit die nötigen Erkenntnisse und Ergebnisse gewonnen werden konnten. Der Sportpraktiker muss die Sportpsychologie als eine Wissenschaft begreifen lernen, die auf systematische Experimente und Verhaltensbeobachtungen angewiesen ist. Deshalb beinhaltet diese Zusammenarbeit zwangsläufig viele Ungewissheiten. Fehlleistungen durch Unzulänglichkeiten der psychologischen Theorien können zumindest in der Anfangsphase nicht ausgeschlossen werden.

Dieser Umstand verlangt von den Beteiligten ein hohes Mass an Kooperationsbereitschaft und Fähigkeit, Konflikte konstruktiv austragen zu können.

Die Institutionalisierung der Sportpsychologie ist ein organisationspsychologisches Problem, das nur durch einen Lernprozess aller Beteiligten gelöst werden kann. Deshalb muss der psychologische Berater in dieser Innovationssituation zum Organisationsentwickler werden.

Organisationsentwicklung (OE) ist ein institutionsumfassender, langfristiger, auf Lernen durch direkte Mitwirkung und durch praktische Erfahrung beruhender Entwicklungs- und Veränderungsprozess. Inhalt der Organisationsentwicklung ist die Bearbeitung konkreter Probleme der Zusammenarbeit und der gemeinsamen Zukunft. Durch das Prinzip der Beteiligung aller Betroffenen wird der Praxisbezug garantiert. Die Organisationsentwicklung charakterisiert sich durch:

- Eine systematische und geplante Veränderung des Verhaltens, der Prozesse und Strukturen in Institutionen.
- Eine Nutzung der Ergebnisse sozialwissenschaftlicher Forschung.
- Einen Prozess, bei dem nicht primär Stabilität und Sicherheit, sondern Veränderung und Innovation im Vordergrund stehen.
- Hilfe zur Selbsthilfe als Prinzip. (Vergleiche French/Bell 1977.)

Die Organisationsentwicklung geht davon aus, dass die Mitglieder einer Gruppe zusammen genügend Fähigkeiten mitbringen, um ihre Probleme selbständig lösen zu können. Allerdings sind in unserer Gesellschaft viele Menschen nicht gewohnt, in Gruppen mitzuarbeiten. Diese Fähigkeit kann der psychologische Berater in diesem Lernprozess mit seinen gruppendynamischen Kenntnissen fördern.

#### *Sozialpsychologischer und pädagogischer Aspekt*

«Mit Hilfe der persönlichkeitsfördernden Arbeitsgestaltung werden nicht nur das soziale Wohlbefinden und die Berufszufriedenheit erhöht, sondern es werden zugleich die nach bisherigem Wissen wirksamsten Leistungsmotive freigesetzt, womit die Effektivität gesteigert wird.» (Hacker 1978, 376.)

Sogar im Bereich der Arbeitspsychologie wird die Persönlichkeitsförderung als primäres Ziel gesehen, die erst sekundär als Nebenprodukt eine Effektivitätssteigerung zur Folge haben kann.

Auf den Sport übertragen heisst das, dass die Trainingsgestaltung das Leitbild des «mündigen Athleten» zum Ziel haben soll: Bei vielen Gelegenheiten kann der «mündige Athlet» seine Stellungnahmen mit Kameraden und Trainern erörtern und so ein Bewusstsein entwickeln, dass vernünftige Vorschläge bei den Partnern Berücksichtigung finden. Er lernt dabei, eigenständig und kritisch über Training und Wettkampf nachzudenken und beides eigenverantwortlich mitzugestalten. (Vergleiche Lenk 1976, 76.)



Diese Mitbestimmung des Athleten in einem demokratischen Training ist schon deshalb notwendig, da sich der Trainer vielfach nicht um alle Athleten gleichzeitig kümmern kann und weil einzig der Athlet für die korrekte Ausführung der Traineranweisungen im Training und Wettkampf verantwortlich sein kann. Die Übertragung der im Sport erworbenen Fähigkeiten und Eigenschaften auf andere Lebensbereiche ist wissenschaftlich nicht gesichert. In verschiedenen Untersuchungen (zum Beispiel Rudolph 1972) wird erwähnt, dass eine solche Übertragung keineswegs automatisch erfolgt, jedoch gelingen kann, wenn sie bewusst angestrebt wird. Der Sportler muss sich dazu bewusst und intensiv mit seinen spezifischen Lebensbedingungen auseinandersetzen. Der Trainer hat gegenüber dem Athleten die wichtige Verantwortung, dass er diesen Lernprozess mit gezielten pädagogischen Massnahmen anregen muss.

Das Training dient also nicht nur der Vermittlung von Bewegungsfertigkeiten, sondern als individuelles und soziales Handlungs- und Erlebnissfeld in erster Linie der Persönlichkeitsentwicklung des Athleten. Dies verlangt vom Trainer einen entsprechenden Verhaltensstil. Aus der Praxis des Erziehungsverhaltens von Lehrern zeigen sich zwei bedeutsame Tendenzen:

1. «Das Unterrichtsverhalten von Lehrern ist durch ein hohes Mass an Lenkung und Kontrolle und nur durch ein geringes Mass an

Wertschätzung, emotionaler Wärme und Zuneigung gegenüber dem Schüler gekennzeichnet.

2. Lehrer und Erzieher verhalten sich meist anders, als es ihren eigenen Wünschen und Vorstellungen entspricht. Sie beurteilen ihr eigenes Erziehungs- und Unterrichtsverhalten positiver im Sinne eines sozial-integrativen Erziehungsstils, als es tatsächlich ist.» (Thomas 1978, 292.)

Verschiedene Trainerverhalten werden vermutlich diesen Tendenzen ähnlich sein.

Die Veränderung des eigenen Verhaltens ist ein mühsamer und länger dauernder Lernprozess, dessen Schwierigkeiten nur mit entsprechenden Methoden überwunden werden können. In der Praxis kommt deshalb für das gezielte Verhaltenstraining den gruppenspezifischen Seminaren eine immer grössere Bedeutung zu. Auf der Grundlage der Theorien und Ergebnisse über die Kommunikation und Interaktion in Kleingruppen, werden in diesen Seminaren die Möglichkeiten der gezielten und kontrollierten sozialen Intervention erfahren und geübt.

«Ziel der gruppenspezifischen Ausbildung ist zumindest eine Sensibilisierung der Teilnehmer zur Wahrnehmung von psychosozialen Prozessen, wie sie zwischen Personen innerhalb von überschaubaren Kleingruppierungen und zwischen Gruppen ablaufen. Es geht dabei um die dynamische Sicht der sozialen Realität von Einzelpersonen, Gruppen und Organisationen mit all ihren Wechselbeziehungen und Veränderungsprozessen, denen sie ausgesetzt sind. Soziale Realität wird dabei sowohl auf der kognitiven als auch auf der emotionalen Ebene als Einheit des Erlebens bestimmt.» (Lindner 1979, 697.)

#### Schlussfolgerung

Die Motive einer Teilnahme am Sport entsprechen einer zum Teil unbewussten Suchbewegung, die auf zwei Ebenen stattfindet:

- Sachbezogene Ebene:  
Als bewusstes Interesse an einem Lerngegenstand (Sportart) und/oder der lehrenden Person (Trainer).
- Emotionale Ebene:  
Als weitgehend unbewusste Suche nach «Ich-Erweiterung» aus Gründen des Machtstrebens («Wissen ist Macht»), der Auseinandersetzung mit Persönlichkeitsdefiziten oder zur Aufrechterhaltung sozialer Beziehungen. (Vergleiche Brocher 1979, 705.)

Jeder, der die Teilnahme an einem sportlichen Training anstrebt, muss im voraus damit rechnen, Mitglied einer neuen Gruppe zu werden.

Der rein sachbezogene Teilnehmer wird in jeder Gruppe in Schwierigkeiten kommen, wenn er der Wirkung seiner emotionalen Ebene zu wenig Beachtung schenkt. Dabei erfordert die Einbeziehung der emotionalen Vorgänge und der gruppenspezifischen Wirkungen beim Training grundsätzlich individuelle Veränderungen und oft frustrierende Einsichten über das bisherige Selbstbild.

Der Prozess vom unmündigen, aussengeleiteten, entscheidungsunfähigen Athleten zum aufgeklärten, selbstverantwortlich mitgestaltenden Partner des Trainers kann nur gelingen, wenn die folgenden Forderungen berücksichtigt werden:

1. Der Verlauf einer Lerngruppe und ihr Lernerfolg hängen weitgehend davon ab, welchen Führungsstil der Lehrende anwendet und wie weit er mit den verschiedenen Stadien, Konflikten und Prozessverläufen der Gruppendynamik vertraut ist.
2. Bildung als Suchbewegung ist motiviert durch Sachinteresse und gleichzeitiges Bedürfnis nach emotionalem und psychosozialen Lernen im Interesse der Persönlichkeitsreife und Selbstverwirklichung.
3. Emotional-affektive, psychosoziale Lernprozesse in Erwachsenengruppen sind unvermeidbar. Sie dienen der Korrektur von irrationalen Sozialstereotypen, Vorurteilen, Fehleinstellungen und Fehlwahrnehmungen des Selbst, anderer Personen und überwertiger Ideen im Interesse besserer Realitätsanpassung.

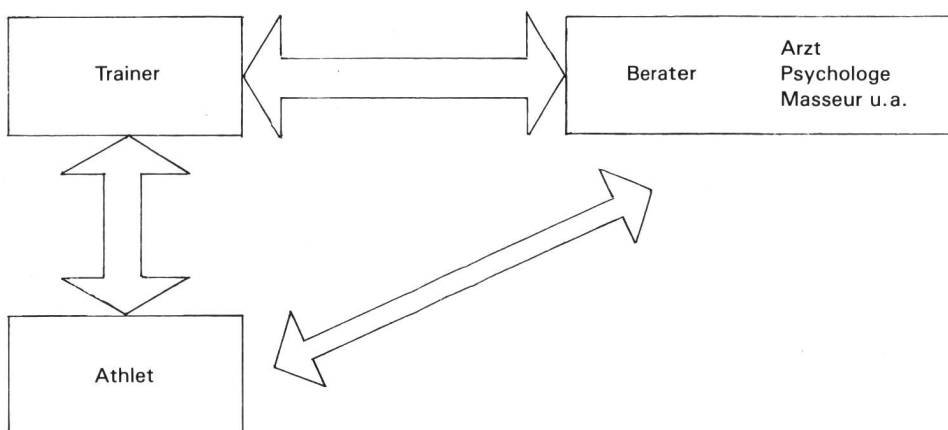
4. Führung als Funktion ist teilbar. Teilung ist notwendig zur Herstellung von Verantwortlichkeit und zur Vermeidung unnötiger Abhängigkeiten. (Brocher 1979, 707.)

Der rein sachbezogene Trainer, ohne fundierte und selbsterfahrene Kenntnisse gruppenspezifischer Phänomene wird sich und seine Athleten unweigerlich in Schwierigkeiten bringen.

#### Beratungsziele

Viele der zuvor an die Trainer gestellten Forderungen können genauso an den psychologischen Berater gestellt werden, wenn dieser in den Bereichen «Beratung» und «Lehre» Theorien und Erkenntnisse aus dem Bereich «Forschung» der Sportpsychologie an die Trainer vermitteln soll.

Der Berater hält sich dabei an das folgende Grundprinzip: «Starke, wechselseitige Verbindungen bestehen zwischen Trainer und Athlet einerseits sowie zwischen Trainer und Betreuer-/Beraterteam andererseits. Direkte Verbindungen zwischen Athlet und Betreuer-Team sind zwar auch vorhanden und durchaus normal, aber sie beschränken sich im Normalfall auf einen einzelnen Betreuungsaspekt, zum Beispiel auf die ärztliche Behandlung oder auf physiotherapeutische Massnahmen. Direkte Verbindungen zwischen Psychologe und Athlet bedarf es demnach auch nur in speziellen Betreuungsfällen.» (Eberspächer/Schilling 1979, 511.)



Integrales Betreuungsmodell im Spitzensport  
(Eberspächer/Schilling 1979, 511)

Der psychologische Berater wird in folgenden Bereichen tätig:

1. Lehrer für Trainer, Betreuer und Athleten in Fragen der Sportpsychologie.
2. Betreuer, Berater und Vermittler in Training und Wettkampf.
3. Berater und Betreuer bei der Bewältigung von aussersportlichen Problemen (Schule, Beruf, Familie).
4. Berater und Betreuer bei der «Resozialisierung nach Abschluss der sportlichen Laufbahn» (Eberspächer/Schilling 1979, 512.)

Der psychologische Berater wird in der Ausbildung, aber auch in der Betreuer- und Beratersituation immer wieder Lernprozesse auslösen und leiten müssen.

Der Prozess des zielgerichteten Lehrens und Lernens wird durch den Lerninhalt (Thema), durch die Interaktion zwischen Lehrendem und Lernendem und durch das materielle und soziokulturelle Umfeld, in dem dieser Lernprozess stattfindet, bestimmt.

In der psychologischen Beratung geht es darum, diesen Lernprozess allen Beteiligten transparent zu machen, um so das Lernen durch Einsicht (kognitive Ebene) und durch Nachahmung (soziale Ebene) zu ermöglichen. Deshalb muss diese Art von Wissensvermittlung drei Aspekte berücksichtigen:

- Der Inhaltsaspekt berücksichtigt die aus den Lernzielen abgeleiteten Themen, Gegenstände und Sachverhalte.
- Der Vermittlungsaspekt vermittelt Kenntnisse über Ablauf, Steuerung und Lenkung der Kommunikations- und Verständigungsprozesse.
- Der Beziehungsaspekt befasst sich mit der Entwicklung der wechselseitigen Beziehung zwischen Lehrendem und Lernenden in der «Hier-und-jetzt-Situation» der Gruppe, um so eine Übertragung der gemachten Erfahrungen auf andere Lebensbereiche zu ermöglichen. (Vergleiche Thomas 1978, 287.)

Mit dieser Art von umfassendem, lebendigem Lernen soll durch die Berücksichtigung der kognitiven, emotionalen und motorischen Aspekte allen Beteiligten das volle Begreifen und Erleben der Bedeutung zwischenmenschlicher Beziehungen und Interaktionen ermöglicht werden. Der psychologische Berater muss daher neben fundierten sportpsychologischen und sportart-spezifischen Kenntnissen über gruppendynamische Erfahrungen verfügen, die er sich durch oben geschildertes Erfahrungslernen in entsprechenden Seminaren angeeignet hat.



#### Literaturverzeichnis

- Adam, Karl: Leistungssport – Sinn und Unsinn. München: Nymphenburger, 1975.
- Adam, Karl: Leistungssport als Denkmodell. München: Fink, 1978.
- Anger, Hans: Befragung und Erhebung. In: K. Gottschaldt u.a. (Hrsg.): Handbuch der Psychologie. 7. Band, 1. Halbband: Sozialpsychologie. Göttingen: Hogrefe, 1969.
- Baur, Walter: Psychologie in der Trainerausbildung in der Schweiz. In: H. Gabler u.a. (Hrsg.): Praxis der Psychologie im Leistungssport. Berlin: Bartels und Wernitz, 1979, 518–523.
- Bläsch, Hans: Angewandte Psychologie als Lebensaufgabe. Bern: Huber, 1977.
- Bidder, Konstantin von/Nordmann, Dani: Situation junger Arbeitsloser. Semesterarbeit, Seminar für angewandte Psychologie Zürich. Zürich: 1978.
- Brocher, Tobias: Gruppendynamik der Erwachsenenbildung. In: A. Heigl – Evers (Hrsg.): Lewin und die Folgen. Zürich: Kindler, 1979, 703–709.
- Bunzl, Christiane: Methoden der psychischen Vorbereitung im Hochleistungssport. In: Jugend und Sport. Magglingen: 1978, Nr. 35, 288–296.
- Cohn, Ruth C.: Von der Psychoanalyse zur Themenzentrierten Interaktion. Stuttgart: Klett, 1975.
- Cohn, Ruth C.: Themenzentrierte Interaktion – ein Ansatz zum Sich-Selbst- und Gruppenleiten. In: A. Heigl – Evers (Hrsg.): Lewin und die Folgen. Zürich: Kindler, 1979, 873–883.
- Deutsche Hochschule für Körperkultur (Hrsg.): Psychologische Beiträge zu Trainings- und Wettkampfproblemen. Leipzig: o.J.

- Duttweiler-Institut, Gottlieb (Hrsg.): Leistung zwischen Stress und Spiel. Zürich: Ex Libris, Nr. 6 des 5. Jhrg., 1975. (?)
- Eberspächer, Hans/Schilling, Guido: Aufgaben und Funktionen des Psychologen im Leistungssport. In: H. Gabler u.a. (Hrsg.): Praxis der Psychologie im Leistungssport. Berlin: Bartels und Wernitz, 1979, 505–513.
- Eberspächer, Hans: Psychoreglatives Training. In: H. Gabler u.a. (Hrsg.): Praxis der Psychologie im Leistungssport. Berlin: Bartels und Wernitz, 1979, 255–298.
- Falk, Gunter: Über die Theorie der symbolischen Interaktion. In: A. Heigl – Evers (Hrsg.): Lewin und die Folgen. Zürich: Kindler, 1979, 58–69.
- French, Wendell L./Bell, Cecil H.: Organisationsentwicklung. Bern: Haupt, 1977.
- Frisch, Ingrid: Darstellung und Diskussion verschiedener Verfahren von Lehrertraining. Diplomarbeit zur Diplomprüfung in der Psychologie an der Universität München. München: 1978.
- Hacker, Winfried: Allgemeine Arbeits- und Ingenieurpsychologie. Berlin: VEB Deutscher Verlag der Wissenschaften, 1978. Lizenzausgabe: Bern: Huber, 1978.
- Hahn, Erwin: Psychologie in der Trainerausbildung der Bundesrepublik Deutschland. In: H. Gabler u.a. (Hrsg.): Praxis der Psychologie im Leistungssport. Berlin: Bartels und Wernitz, 1979, 518–523.
- Hersch, Jeanne: Von der Einheit des Menschen. Zürich: Ex Libris, 1980.
- Kemmler, Reiner: Psychologisches Wettkampftraining. München, BLV Verlagsgesellschaft, 1973.
- Krockow, Christian Graf von: Sport und Industriegesellschaft. München: Piper, 1972.
- Lenker, Hans: Sozialphilosophie des Leistungshandelns. Stuttgart: Kohlhammer, 1976.
- Lindner, Traugott: Gruppendynamik in der berufsbegleitenden Fortbildung von Angehörigen der Wirtschaft. In: A. Heigl – Evers (Hrsg.): Lewin und die Folgen. Zürich: Kindler, 1979, 696–702.
- Ockel, Anita/Wrage, Karl Horst: Die Themenzentrierte Interaktion – Ein Wegweiser für die Fort- und Weiterbildung. Zürich: WILL – Europa, 1980.
- Rogers, Carl R.: Lernen in Freiheit. München, Kösel, 1977.
- Rothschild, Berthold: Seele in Not – Was tun? Zürich: Fachverlag, 1980.
- Rudolph, E.: Zur Struktur und Entwicklung der Persönlichkeit des Sportlers unter psychologischer Sicht. In: Theorie und Praxis der Körperkultur. Berlin: 1972, Nr. 21, 411–418.
- Sader, Manfred: Das Aktionsforschungsmodell der T-Gruppe und des T-Laboratoriums. In: A. Heigl – Evers (Hrsg.): Lewin und die Folgen. Zürich: Kindler, 1979, 646–651.
- Scheidt, Jürgen vom: Humanistische Psychologie. In: H. Schiefele (Hrsg.): Handbuch der pädagogischen Psychologie. München, 1981, im Druck.
- Scheidt, Jürgen vom: Singles – Alleinsein als Chance des Lebens. München: Heyne, 1979.
- Schilling, Guido: Möglichkeiten und Grenzen der Betreuung und Beratung durch den Psychologen im Leistungssport. In: Jugend und Sport. Magglingen: 1972, Nr. 6, 199–203.
- Schilling, Guido/Pilz, Gunter (Hrsg.): Sportpsychologie – wofür? Basel: Birkhäuser, 1974.
- Schmidtchen, Gerhard: Das Interview in der Sozialpsychologie. In: A. Heigl – Evers (Hrsg.): Lewin und die Folgen. Zürich: Kindler, 1979, 136–147.
- Skinner, Burrhus F.: Futurum Zwei, «Walden Two», Die Vision einer aggressionsfreien Gesellschaft. Hamburg: Rowohlt, 1972.
- Svoboda, Helmut: Knaurs Buch der modernen Statistik. München: Droemersch Verlagsgesellschaft, 1971.
- Thiess, Günter/Schnabel, Günter/Baumann, Rainer (Hrsg.): Training von A bis Z. Berlin (Ost): Sportverlag, 1978.
- Thomae, Hans: Psychologie in der modernen Gesellschaft. Hamburg: Hoffmann und Campe, 1977.
- Thomas, Alexander: Einführung in die Sportpsychologie. Göttingen: Hogrefe, 1978.
- Ulrich, K.: Sozialisation in der Schule. München: Ehrenwirth, 1976.
- Volkamer, Meinhard: Zum Schluss. In: G. Schilling/G. Pilz (Hrsg.): Sportpsychologie – wofür? Basel: Birkhäuser 1974, 152–153.