

**Zeitschrift:** Mobile : die Fachzeitschrift für Sport  
**Herausgeber:** Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule  
**Band:** 5 (2003)  
**Heft:** 6

**Rubrik:** Mitteilungen

### **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:** 10.05.2025

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

# Die Zahlen sprechen für sich

Die Schweiz ist – auch sportpsychologisch betrachtet – kein Niemandland. Sowohl Trainer/-innen als auch Sportler/-innen machen von den Fortbildungs- und Beratungsmöglichkeiten regen Gebrauch.

Immer mehr Einzelsportler/-innen, aber auch Teams wollen nicht mehr länger auf psychologische Unterstützung verzichten. Es ist kaum ein Anstieg bei der im Sportbereich tätigen Psychologinnen und Psychologen festzustellen. Hingegen ist die Vermittlung von Psychologischen Trainingsverfahren und Beratungen viel verbreiteter als noch vor drei Jahren (siehe Kasten unten).

## Vermittlung von Trainingsverfahren

Die Arbeit im Team oder in der Mannschaft überwiegt. Grundkenntnisse und Einführungen in psychologische Trainingsformen (z. B. Entspannungstechniken, Visualisierungstechniken) können effizient und kostengünstiger in einer Gruppe vermittelt werden.

## Individuelle Beratungen

Hier finden wir genau das gegenteilige Bild: Einzelathleten nehmen mehr Beratungsstunden in Anspruch als Teams/Mannschaften. Das ist nachvollziehbar, müssen doch oft persönliche Gespräche mit den einzelnen Athletinnen geführt werden, um an individuellen Anliegen zu arbeiten.

Allgemein kann man sagen, dass alle Sportarten vertreten sind, ohne auffällige Häufungen. Die meist genannten Anliegen sind: «Allgemeine Leistungsverbesserung», «Aufheben von Blockaden», «Vergangenheitsbewältigung» und «Stärkung der Motivation und des Selbstvertrauens».

## Fortbildungskurse bei Swiss Olympic

Swiss Olympic bietet jährlich Fortbildungskurse in Form von ein- oder zweitägigen Seminaren an. Zielpublikum sind Athlet/-innen und Trainer/-innen, wobei sich einige Kurse, wie zum Beispiel «Visualisieren» und «Mentale Stärke» an beide Interessengruppen richten. Andere sind spezifisch dem Coaching gewidmet («Teambuilding», «Coaching», u. a.) und richten sich ausschliesslich an Trainer/-innen. Für Coaches im Spitzensport gibt es spezielle Angebote. **m**

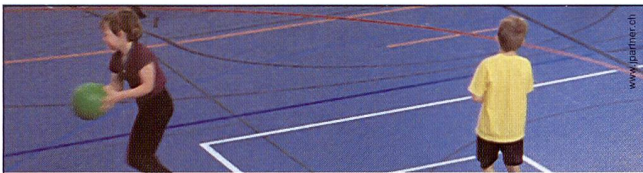
## Das Detailprogramm für

die Kurse des Jahres 2004 finden Sie unter [www.swissolympic.ch](http://www.swissolympic.ch).

## Grosse Nachfrage

	April 2000	April 01	April 02	April 03
<b>Vermittlung von psychologischen Trainingsverfahren (in Stunden)</b>				
Einzelathlet	145	127	184	383
Teams	574	364	748	639
<b>Beratungen (in Stunden)</b>				
Einzelathlet	779	954	1613	1856
Teams	111	87	502	462

Die Zahlen wurden anhand von Fragebögen ermittelt, mit welchen die Sportpsychologinnen und -psychologen der Schweiz (SASP-Mitglieder) ihre Arbeit dokumentieren.



www.floortec.ch

## Wir bauen Sportbeläge mit System: Indoor und Outdoor



**Sport- und Bodenbelagssysteme AG**

Bächelmatt 4 • 3127 Mühlethurnen  
Tel. 031 809 36 86 • m.wenger@floortec.ch

Christelirain 2 • CH-4663 Aarburg  
Tel. 062 791 12 63

Schachenstrasse 15a • CH-6010 Kriens  
Tel. 041 329 16 30

*Wir machen Platz für Sport!*

**PERMANENTE AUSSTELLUNG  
IN MÜHLETHURNEN**

**INN LODGE**

**CELERINA**  
Die Sonnenkönigin bei St. Moritz

Gruppen- und Familienhotel  
Celerina - St. Moritz

[www.innlobby.ch](http://www.innlobby.ch)

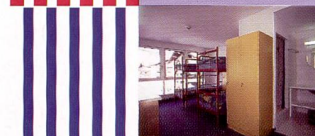
Modernes, preisgünstiges Gruppen- und Familienhotel mit 4-, 6- & 8-Bett Zimmern. Zweckmässig und grosszügig eingerichtet.

Dusche/WC/Lavabo im Zimmer. Aufenthaltsraum, Trocknungsraum etc. Zimmer Frühstück oder Halbpension. Bergbahnen, öffentliche Verkehrsmittel und Parkplätze in unmittelbarer Nähe.



*Ferien zu fairen Preisen*

**INN LODGE**  
Postfach 113, 7505 Celerina  
Tel. 0041 (0)81 834 47 95  
Fax 0041 (0)81 834 47 96  
[innlobby@celerina.ch](mailto:innlobby@celerina.ch)



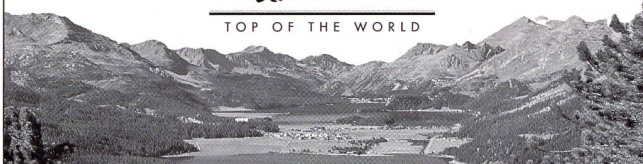
## INTERNATIONALES HÖHENTRAININGS-ZENTRUM ST. MORITZ

1800 m ü. M., einzigartiges, trockenes Reizklima. Moderne Sportanlagen für alle Sommer- und Wintersportarten.

Leichtathletik, Eissport, Ski Alpin und Nordisch, Wassersport, Pferdesport, Ballsport, medizinische Betreuung

### Auskunft

Sportsekretariat  
CH-7500 St. Moritz  
Tel. ++41 (0)81 837 33 88  
Fax ++41 (0)81 837 33 89  
e-mail: [sports@stmoritz.ch](mailto:sports@stmoritz.ch)



**DAVOS**  
SPORT-GYMNASIUM  
[www.sportgymnasium.ch](http://www.sportgymnasium.ch)



Wo Sport Schule macht....

Wo Schule Sport macht....

### Schulische Angebot

Das Schweizerische Sport-Gymnasium Davos führt ein Gymnasium mit kantonal und eidgenössisch anerkannter Hausmatura und eine vom BBT anerkannte Handelsschule mit Berufsmatura.

Beide Ausbildungsgänge sind um ein Jahr verlängert. Der Stundenplan, spezielle Nachholgefässe sowie Absenzen- und Prüfungsreglement ermöglichen den Schülern trotz sportlicher Absenzen die schulischen Leistungsziele zu erreichen.

### Sportliches Angebot

Das Schweizerische Sport-Gymnasium Davos beschäftigt eigene Trainer in den Sportarten Ski Alpin, Langlauf und Snowboard. Dienstag-, Mittwoch- und Donnerstagnachmittag bietet die Schule Trainings an.



Die schulischen Aufnahmeprüfungen für das Schuljahr 2004/2005 finden in der Woche vom 15. - 19. März 2004, die sportlichen Aufnahmeprüfungen am 20./21. April 2004 statt.

**Anmeldeschluss für Schüler aus dem Kanton Graubünden ist der 15. Januar 2004, für alle anderen Schüler der 20. Februar 2004.**

Nähere Informationen oder einen persönlichen Gesprächstermin erhalten Sie unter 081 410 01 70 von Urs Winkler, Rektor oder unter [www.sportgymnasium.ch](http://www.sportgymnasium.ch) / [info@sportgymnasium.ch](mailto:info@sportgymnasium.ch)