

Eine neue BISp-Serviceleistung stellt sich vor: Die Website „www.bisp-sportpsychologie.de“

G. Neumann

1 Vorbemerkungen

Im Februar 2002 wurde beim Bundesinstitut für Sportwissenschaft (BISp) im Fachgebiet Psychologie mit dem Aufbau einer Internet-Plattform für die Sportpsychologie im Leistungssport (www.bisp-sportpsychologie.de) begonnen.

Damit sollte dem Leistungssport ein Online-Informations- und Kontaktportal zur schnellen und leichten Informationsvermittlung und Nutzung sportpsychologischer Beratungs- und Betreuungsmöglichkeiten angeboten werden. Die Schaffung einer solchen zentralen sportpsychologischen Anlaufstelle für den Leistungssport, in der Angebote und Inhalte der Sportpsychologie transparent und verfügbar gemacht werden, wird schon seit Jahren in vielen Beiträgen und Diskussionen sowohl von der Sportpraxis als auch von den in der Praxis tätigen Sportpsychologinnen und Sportpsychologen gefordert. Demnach erfolgte mit unserer Initiative ein wichtiger Schritt, die Sportpsychologie neu zu positionieren und dem Leistungssport näher zu bringen.

2 Zur Entwicklung der Website

Die Internet-Plattform ist in enger Kooperation mit der „Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie in der Bundesrepublik Deutschland e.V.“ (asp) sowie dem Deutschen Sportbund/Bereich Leistungssport (DSB/BL) entstanden.

Zur Abklärung der Struktur und Inhalte des Sportpsychologie-Netzwerkes für den Internet-Auftritt als auch zur Diskussion anderer Möglichkeiten zur Verbesserung des Sportpsychologie-Images bzw. zur stärkeren Nutzung sportpsychologischer Betreuungsangebote im Spitzensport fanden in der ersten Jahreshälfte beim BISp zwei Workshops mit Sportpsychologinnen und Sportpsychologen statt, die selbst in der Praxis des Leistungssports tätig sind.

3 Zu den Inhalten der Website

Nachfolgend sollen die Inhalte und Serviceleistungen der Internetseite im einzelnen vorgestellt werden. Die Website besteht neben den gängigen Website-Bestandteilen (z.B. Links, Impressum, Feedback-Formular, Angaben über Ziele der Website, Hersteller und Kooperationspartnern) aus zwei Schwerpunktbereichen – einem Informationsportal und einem Kontaktportal für den Leistungssport.

3.1 Das Sportpsychologie-Informationsportal für den Leistungssport

In unserem Informationsportal werden umfassende Informationen über Inhalte, Themen und Arbeitsfelder der Sportpsychologie im Leistungssport gegeben. Zudem sind dort Erfahrungsberichte von Sportlerinnen und Sportlern und Trainerinnen und Trainern mit psychologischen Betreuungsmaßnahmen abrufbar, ausgewählte Literatur zum Thema Sportpsychologie, BISp-Datenbanken zu sportpsychologischen Projekten und Veröffentlichungen sowie ein Diskussionsforum für Trainerinnen und Trainer und Sportlerinnen und Sportler werden angeboten (siehe Abb. 1).

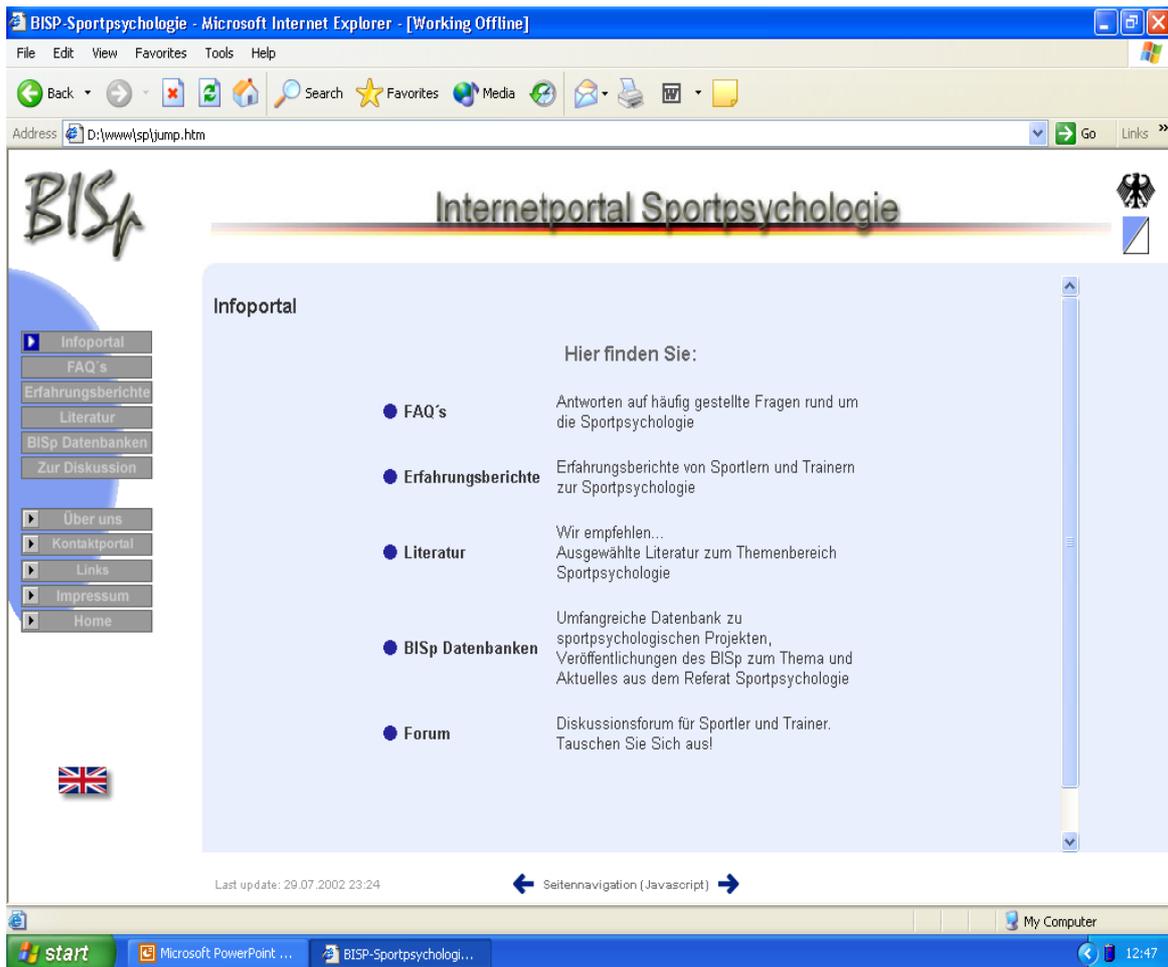


Abb.1: Überblick über die Inhalte des Informationsportals

Ein Blick auf die Inhalte der einzelnen Untersektionen des Informationsportals verdeutlicht die umfangreichen Serviceleistungen.

FAQ's (Frequently Asked Questions)

Mit Hilfe der unten aufgeführten Inhalte, Themen und Arbeitsfelder der Sportpsychologie sollen dem Leistungssport und allen Interessierten Antworten zu häufig gestellten Fragen rund um die Sportpsychologie angeboten werden. Folgende Aspekte werden hier im Einzelnen leicht verständlich beschrieben und anschaulich, z.B. über animierte Power-Point-Präsentationen, verdeutlicht:

- Sportpsychologie im Leistungssport – warum, für wen und wofür?
- Psychologisches Training

- Anforderungen an Psychologisches Training
- Psychologische Trainingsverfahren
- Psychologische Trainingstechniken
- Formen der Zusammenarbeit mit Sportpsychologen/Sportpsychologinnen
- Psychische Ursachen und Folgen von Verletzungen und deren Behebung

Erfahrungsberichte

Erfahrungsberichte von Leistungssportlerinnen und Leistungssportlern und ihren Trainern über selbst durchgeführte psychologische Trainingsmaßnahmen können dazu beitragen, Meinungen und Erfahrungen aus Sicht der Sportpraxis zu vermitteln und damit die Anwendungsmöglichkeiten psychologischer Trainingsmaßnahmen weiter zu verdeutlichen. Aus diesem Grund werden auf der Website Meinungen von Spitzensportlerinnen und Spitzensportlern sowie Trainerinnen und Trainern aus mehreren Sportarten (Badminton, Bogenschießen, Hockey, Kunstturnen, Leichtathletik, Schwimmen, Skispringen, Synchronschwimmen, Rudern, Tennis) zu den unten aufgeführten Fragestellungen vorgestellt, die selbst schon Erfahrung mit psychologischen Trainingsmaßnahmen gesammelt haben. Deren betreuende Sportpsychologinnen und Sportpsychologen kommen hier ebenfalls zu Wort.

Zu folgenden Fragen konnten die Beteiligten Stellung beziehen:

- Warum haben Sie sich für den Einsatz psychologischer Trainingsformen entschieden?
- Welche Bedeutung messen Sie dem Psychologischen Training bei?
- Welche Faktoren fördern eine positive Zusammenarbeit mit Sportpsychologinnen und Sportpsychologen?
- Wie werden die psychologischen Trainingsformen in den gesamten sportlichen Jahresablauf, von der Trainingsphase über die Wettkampfphase bis hin zur Erholungsphase eingebunden?
- Zu welcher Tageszeit führt man Psychologisches Training am günstigsten durch?
- Welcher Zeitaufwand ist mit dem Psychologischen Training verbunden?
- Wie bewerten Sie in diesem Zusammenhang als eine grundlegende Bedingung den Aspekt, Psychologisches Training kontinuierlich oder aber kurzfristig als eine Art „Feuerwehrfunktion“ einzusetzen?

- Wie kontrollieren Sie den Erfolg des Psychologischen Trainings?
- Wann wird, wenn überhaupt, Psychologisches Training beendet?

Buchtipps-Literatur

Hier können interessante allgemeine und sportartspezifische Fachbücher mit Informationen zur Psychologie im Sport, Berichte über durchgeführte psychologische Trainingsprogramme im Leistungssport sowie aktuelle Handbücher für Trainerinnen und Trainer sowie Sportlerinnen und Sportler zum selbständigen Durchführen psychologischer Trainingsmaßnahmen abgerufen werden. Unter den über 180 gelisteten Büchern mit Titelinformationen und Abstracts finden sich sowohl deutschsprachige als auch englischsprachige Literatur. Die Titel sind nach Jahr und Themenbereich geordnet.

BISp-Datenbanken

Mit Hilfe der BISp-Datenbanken werden dem Leistungssport weitere Informationsquellen zu sportpsychologischen Forschungsprojekten, Publikationen und aktuellen Betreuungsmaßnahmen, die vom BISp gefördert wurden, zur Verfügung gestellt. Dabei können die Ergebnisse der Projekte auch als pdf-Dateien eingesehen und ausgedruckt werden. Natürlich kann man von dieser Seite auch direkt auf die neu gestalteten BISp-Datenbanken (SPOLIT, SPOFOR, SPOMED) zugreifen. Außerdem findet man hier eine Übersicht über die Aktivitäten des Sportpsychologie-Referates im BISp.

Diskussionsforum

Das Diskussionsforum bietet sowohl dem Leistungssport als auch der Sportpsychologie die Möglichkeit, Meinungen, Wünsche oder Fragen zu sportpsychologischen Themen untereinander auszutauschen und bei Interesse auch eigene Arbeits- und Themenkreise zu initiieren.

3.2 Das Kontaktportal für den Leistungssport

Über unser Kontaktportal (siehe Abb. 2) wird nun erstmalig in Deutschland für den deutschen Leistungssport eine umfassende Expertendatenbank von knapp 40 in der Sportpraxis tätigen Sportpsychologinnen und Sportpsychologen zur Verfügung gestellt.

Die Experten werden nach strengen Kriterien in die Datenbank aufgenommen um ein hohes Maß an Qualifikation und Seriosität zu garantieren. Dazu gehören (a) als Ausbildungsnachweis ein sportwissenschaftlicher und/oder psychologischer Hochschulabschluss, (b) als erwünschte Zusatzausbildung die Teilnahme an der asp/bdp-Fortbildung „Sportpsychologie im Leistungssport“ oder anderer von der asp anerkannte sportpsychologische Ausbildungen sowie als weitere Referenzen (c) der Nachweis über die Zusammenarbeit mit einem Sportverband, Olympiastützpunkten oder sonstigen Sportinstitutionen und (d) der Nachweis über eine kontinuierliche sportpsychologische Tätigkeit in der Sportpraxis in den letzten vier Jahren.

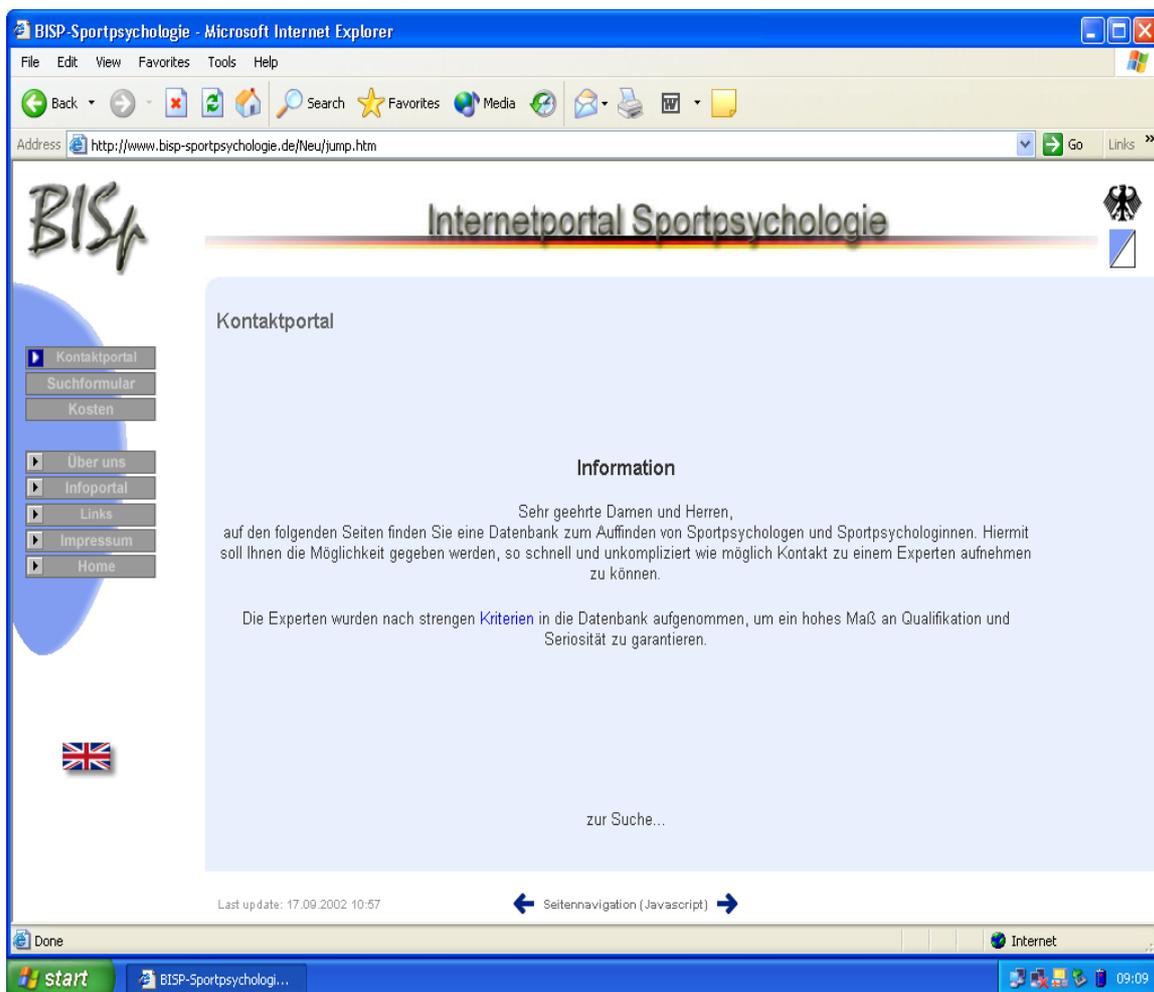


Abb. 2: Überblick über die Inhalte des Kontaktportals

Über unser Suchformular (siehe Abb. 3) können Trainerinnen und Trainer, Sportlerinnen und Sportler sowie alle anderen Interessierten ohne Umwege und zeitraubenden Nachfragen eine schnelle und direkte Kontaktaufnahme mit Sportpsychologinnen und Sportpsychologen ihrer Wahl initiieren. Damit sind für die Sportpraxis viele Vorteile

verbunden, wie z.B. eine schnelle, direkte und individuelle Auswahl möglicher Ansprechpartnerinnen und -partner und die Möglichkeit einer sportartspezifischen als auch problembezogenen Expertenauswahl.



Abb.3: Suchformular zum Auffinden der Sportpsychologinnen und Sportpsychologen in der Expertendatenbank

Persönliche Informationen über die Ausbildung, das derzeitige Arbeitsverhältnis, dem eigenen sportlichen Background, den sportpsychologischen Arbeitsschwerpunkten sowie sportlichen Tätigkeitsbereichen der Sportpsychologinnen und Sportpsychologen der Expertendatenbank werden über das Aufrufen der Profile der Sportpsychologinnen und Sportpsychologen möglich (siehe Abb. 4).



Abb. 4: Beispiel eines angezeigten Profils aus der Sportpsychologen-Expertendatenbank

Weitere Leistungen des Kontaktportals umfassen Informationen über die gängigen Kosten sowie Tipps über mögliche Finanzierungswege einer psychologischen Beratung/Betreuung und anderer Dienstleistungsangebote der Sportpsychologie.

Eine Liste der Olympiastützpunkte und der dort als Ansprechpartner zur Verfügung stehenden Sportpsychologinnen/Sportpsychologen sollen gerade den Kaderathletinnen und Kaderathleten im Leistungssport weitere mögliche Anlaufstellen für psychologische Beratungs- und Betreuungsmaßnahmen aufzeigen.

4 Ausblick

Die Website www.bisp-sportpsychologie.de wurde am 18. September 2002 im Internet freigeschaltet. Ein erster öffentlicher Internet-Auftritt der Website erfolgte im Rahmen des diesjährigen DSB-Bundestrainer-Großseminars am 24. September 2002 in Lahnstein. Hier bekamen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in den Pausen Gelegenheit, sich über die neueste Serviceleistung des BISp für den Leistungssport zu informieren. Die Darstellung

der vielfältigen Leistungsangebote der Website erfolgte über eine animierte Power-Point-Präsentation und Flyer. Zudem hatten die Trainerinnen und Trainer die Möglichkeit, die Website am PC vor Ort auszuprobieren. Die Rückmeldung auf diese BISp-Leistungen von Seiten der Bundestrainerinnen und -trainer war überaus positiv.

Genauso erfreulich ist anzumerken, dass ab 2003 in Abstimmung mit dem DSB/BL und der asp ausschließlich Sportpsychologinnen und Sportpsychologen, die in der BISp-Expertendatenbank gelistet sind, als Ansprechpartner für den Leistungssport bzw. als Projektnehmer für psychologische Betreuungsprojekte beim DSB oder BISp berücksichtigt werden sollen. Damit wird nicht nur dem Anspruch an höchste Fachkompetenz, Qualität und Seriosität für psychologische Beratungs- und Betreuungsmaßnahmen im Spitzensport nachgekommen. Gleichzeitig kann so auch durch die hier verankerten Vereinbarungen mit den Sportpsychologinnen und Sportpsychologen zur Qualitätssicherung sportpsychologischer Leistungen beigetragen werden.

Zur konsequenten Verbreitung und Nutzung der Angebote im Leistungssport sind für 2003 natürlich Veranstaltungen mit den Spitzenverbänden und Informationsinitiativen geplant. Dass ein großes Interesse an unserer Serviceleistung besteht, wird durch die bisher ermittelten Nutzungsdaten deutlich: so zeigen sich nicht nur stetig ansteigende Besucherzahlen und lange Besuchszeiten bei den Serviceangeboten, sondern auch ein starker Wachstum an Zugriffen auf die einzelnen Seiten. Eine erste differenzierte Analyse und Präsentation der Angebotsnutzung der Website wird 2003 erfolgen.

