



Das Österreichische Bundesnetzwerk Sportpsychologie (ÖBS)
ist ein Garant für Kompetenz in der
Sportpsychologie in Österreich!



Das ÖBS 2018

sportpsychologie.at

Für den Inhalt verantwortlich:
Österreichisches Bundesnetzwerk Sportpsychologie (ÖBS)
Mag. Dr. Fritz Weilharter (Geschäftsführer)
Copyright: Österreichisches Bundesnetzwerk Sportpsychologie
Schlossallee 49, 5400 Hallein, Austria
office@sportpsychologie.at

ÖBS KONTAKTADRESSEN

ÖBS Geschäftsführung:

**ÖBS Kompetenzzentrum
Salzburg**
Schlossallee 49, 5400 Hallein



Dr. Patrick Bernatzky
Tel.: +43(0)662/8044-4871

Mag. Dr. Fritz Weilharter
Tel.: +43(0)676/3226756



ÖBS Kompetenzzentrum Wien
Auf der Schmelz 6a, 1150 Wien



Mag. Simon Brandstätter
Tel.: +43(0)0676/88889331

Mag. Andrea Engleder
Tel.: +43(0)660/1270172



ÖBS Kompetenzzentrum Tirol
Fürstenweg 185, 6020 Innsbruck



Mag. Stefan Aigner
Tel.: +43(0)650/6812248

Mag. Simone Tscherntschitz
Tel.: +43(0)650/7612601



KOOPERATIONSPARTNER IN DEN LÄNDERN:

Österr. Leistungssportzentrum Südstadt:

Mag. Judith Draxler-Hutter Tel.: +43(0)680/2034561

Sportpsycholog. Kompetenzzentrum des Landes Kärnten:

Dr. Thomas Brandauer Tel.: +43(0)463/536 - 16153

Olympiazentrum Salzburg-Rif: **Dr. Christian Schiefermüller** Tel.: +43(0)662/8044-4895

Sportpsychologische Koordinationsstelle des Landes Tirol:

Mag. Mirjam Wolf Tel.: +43(0)664/3825523

Olympiazentrum Vorarlberg: **Mag. (FH) Simon Nussbaumer, MSc** Tel.: +43(0)664/60149201

Inhalt

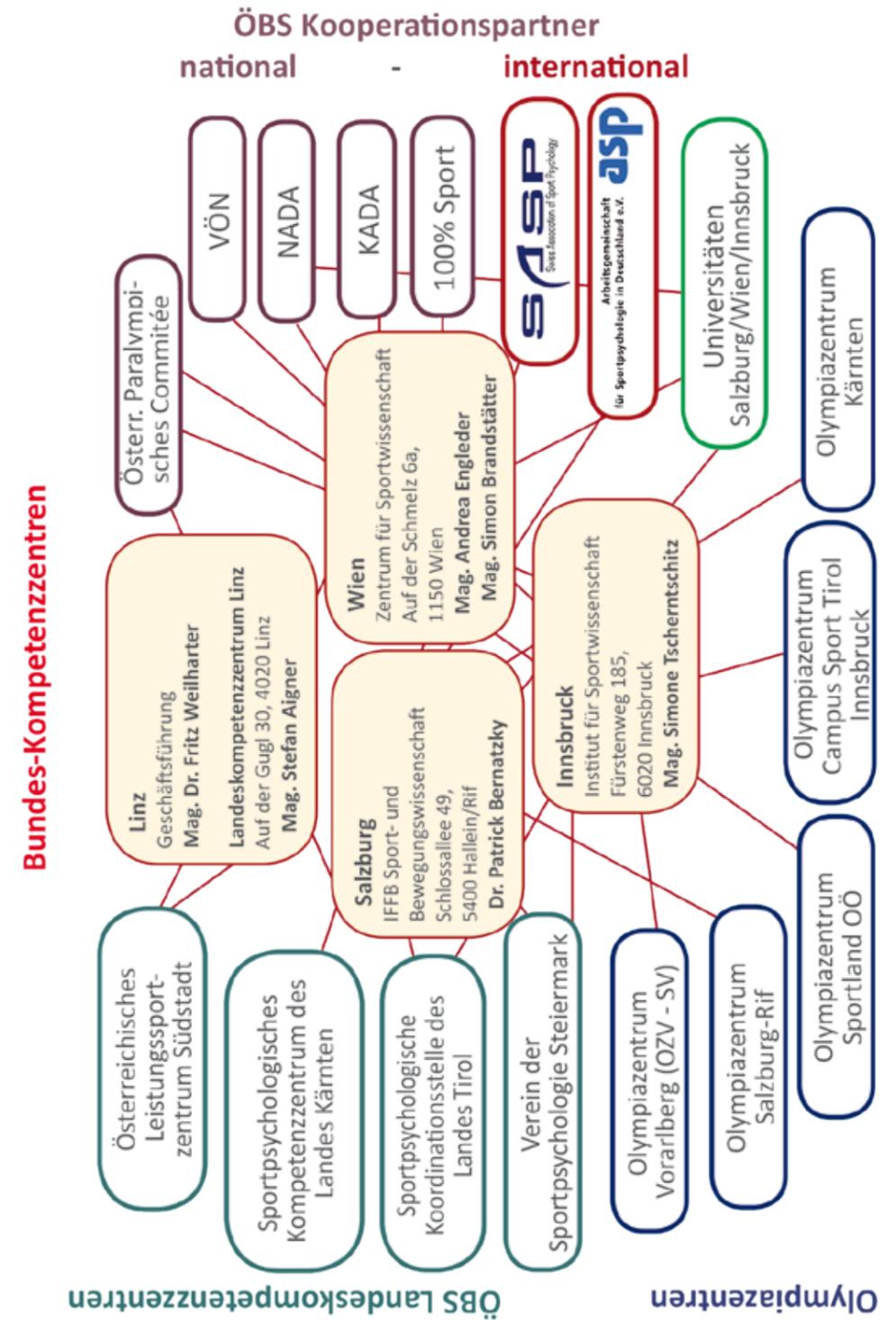
Das Leistungsangebot des ÖBS	2
Stark durch nationale und internationale Vernetzungen	3
Das österreichische Bundesnetzwerk Sportpsychologie (ÖBS)	4
Generalziele des ÖBS	
1 Gewährleistung einer österreichweiten Betreuung	5
2 Vernetzung der Mitglieder innerhalb des ÖBS	6
3 Qualitätssicherung an den ÖBS Kompetenzzentren	7
Die Ziele des ÖBS werden erreicht durch ...	
... zeitlich angepasste und bedarfsbezogene athletInnen- spezifische Betreuung	8
... Sicherstellung der Betreuung von SpitzenathletInnen im Rahmen der geförderten Projekte	9
... Sportpsychologische Betreuung von AthletInnen bei Großereignissen 2018	10
<i>Stellungnahme von Verbänden zum ÖBS</i>	4 - 7

Das LEISTUNGSANGEBOT des ÖBS



STARK DURCH nationale und internationale VERNETZUNG

ÖSTERREICHISCHES BUNDESNETZWERK SPORTPSYCHOLOGIE



Das österreichische Bundesnetzwerk Sportpsychologie (ÖBS) ...



... blickt auf eine über zehnjährige, erfolgreiche Umsetzung einer umfassenden sportpsychologischen Betreuung von Österreichs SpitzensportlerInnen, NachwuchssportlerInnen, TrainerInnen und Verbänden zurück.

... vernetzt relevante Institutionen im österreichischen Spitzensport und dient als Schnittstelle zwischen Forschung und Anwendung.

... das Österreichische Bundesnetzwerk Sportpsychologie ist auch 2018 angetreten, um einerseits die von ihm erwarteten Ziele und Leistungen zu erfüllen und andererseits weiterhin Strukturen und Konzepte für die Zukunft anzudenken und zu entwickeln.

Wir bedanken uns bei allen AthletInnen, TrainerInnen und Verbänden für das entgegen bebrachte Vertrauen!

GENERALZIELE des ÖBS

1 GEWÄHRLEISTUNG einer österreichweiten BETREUUNG

Das ÖBS bietet aktuell im Auftrag des Sportministeriums die komplette Infrastruktur für die Sportpsychologie im Leistungssport. Dazu gehören Diagnostik, Beratung und Betreuung, Krisenintervention, Fortbildung und wissenschaftliche Evaluation.

- SportpsychologInnen und Mentalcoaches des ÖBS agieren österreichweit
- Flächendeckend gibt es Kompetenzzentren und Landeskompetenzzentren (NEU 2018: Oberösterreich)
- Implementierung der ÖBS Qualitätsstandards in den Olympiazentren österreichweit
- Implementierung der Modulserie und der Diagnostik in den Nachwuchsleistungssportmodellen (VÖN)
- Ausbildung von weiteren 18 ÖBS-Mitgliedern zu ReferentInnen im Rahmen der Prävention gegen sexualisierte Gewalt im Sport in Kooperation mit 100% Sport



„Integraler Bestandteil von jedem modernen Training muss auch die Sportpsychologie sein. Bei der Bewältigung der enormen Herausforderungen des modernen Spitzensports ist sportpsychologische Unterstützung für unsere Athletinnen und Athleten unabdingbar. Zusätzlich unterstützen Sportpsychologen/innen auch unsere Trainerinnen und Trainer dabei, in ihrem besonders anspruchsvollen Job besser zu werden. Die Erfolge können sich sehen lassen.“

Mag. Horst Nussbaumer, Präsident des ÖRV

„Der Österreichische Ruderverband wurde durch ein hervorragendes Coaching von Dr. Weilharter zum besseren Umgang zwischen Trainern und Sportlern unterstützt. Dr. Weilharter konnte den Kommunikationsaustausch zwischen Teammitgliedern optimieren und mögliche Differenzen frühzeitig ausglätten. Dies verhalf den Athleten zu einer zielorientierteren Zusammenarbeit.“

Norbert Lambing - Sportdirektor



„Voraussetzung für eine erfolgreiche sportpsychologische Zusammenarbeit ist der Einsatz wissenschaftlich fundierter Methoden zur Diagnostik und Interventionsplanung und da habe ich in Dr. Björn Krenn einen echten Experten gefunden. Auch Trainer, Coaches und Betreuer müssen performen. Um diese Herausforderungen zu meistern, setze ich auf sportpsychologische Unterstützung und Expertise.“

Helmut Oblinger – Cheftrainer Nationalteam



„Im Bogensport ist der mentale Bereich zu einer ganz wichtigen Komponente im Training und Wettkampf geworden. Durch die zwischenzeitlich schon jahrelange hervorragende Zusammenarbeit mit dem ÖBS, im Besonderen mit Dr. Patrick Bernatzky, können unsere SportlerInnen immer sehr gut gerüstet in die Wettkämpfe gehen.“

**Erich Schöber, ÖBSV
Bundestrainer 3-D**



„Die Zusammenarbeit mit dem ÖBS ist für den KVÖ seit vielen Jahren ein sehr wichtiger Bestandteil der täglichen Arbeit. Durch die hohe fachliche Kompetenz der MitarbeiterInnen erfahren sowohl Athletinnen und Athleten als auch Trainerinnen und Trainer wichtige Betreuung für ihre sportliche Karriere bzw. für ihre tägliche Arbeit. Die Unterstützung bei sensiblen Themen durch professionelle Beratung und Hilfestellung bei der Ausarbeitung von Konzepten, Richtlinien, Workshops, etc. ist neben der Betreuung eine weitere wichtige Säule in der Zusammenarbeit.“

Mag. Heiko Wilhelm, CEO



Kommunikation ist im Leistungssport immer ein zentrales Thema für mich, da man nie wissen kann wie sein Gegenüberdies aufnimmt. Im Rahmen des Coach to Coach Projektes konnten Hilfestellungen zu diesem und auch anderen Bereichen erarbeitet werden, welche für mich als Trainer in der Praxis einen großen Stellenwert einnehmen.“

**Mag. Christoph Peprnicek
Bundestrainer MTB-XC**



„In der Verknüpfung aller geforderten Leistungsbereiche zur Erbringung internationaler Höchstleistungen nimmt in der Zweikampfsportart RINGEN die Sportpsychologie eine zentrale Rolle ein. Durch die Betreuung des ÖBS wird die Leistungsentwicklung unserer ÖRSV-Athleten/innen, als auch des gesamten Trainerteams unterstützt und stetig optimiert. Sehr erfolgreich zeigt sich die Unterstützung des ÖBS auch in der Förderung jüngerster Talente in den Nachwuchs-Förderprogrammen, wo die Vermittlung der sportpsychologischen Grundlagen bereits den Einstieg in den langfristigen Leistungsaufbau darstellt. Im gesamten Entwicklungsprozess ist das frühzeitige, strukturierte Erlernen trainingsmethodischer Arbeitstechniken- und Vorgehen von „der Pike auf“ in allen Leistungsbereichen ein wesentliches Merkmal auf dem langen, steinigen Weg zum Erfolg. Danke für die engagierte Unterstützung und die gute Zusammenarbeit!“

**Jörg Helmdach
Sportdirektor**

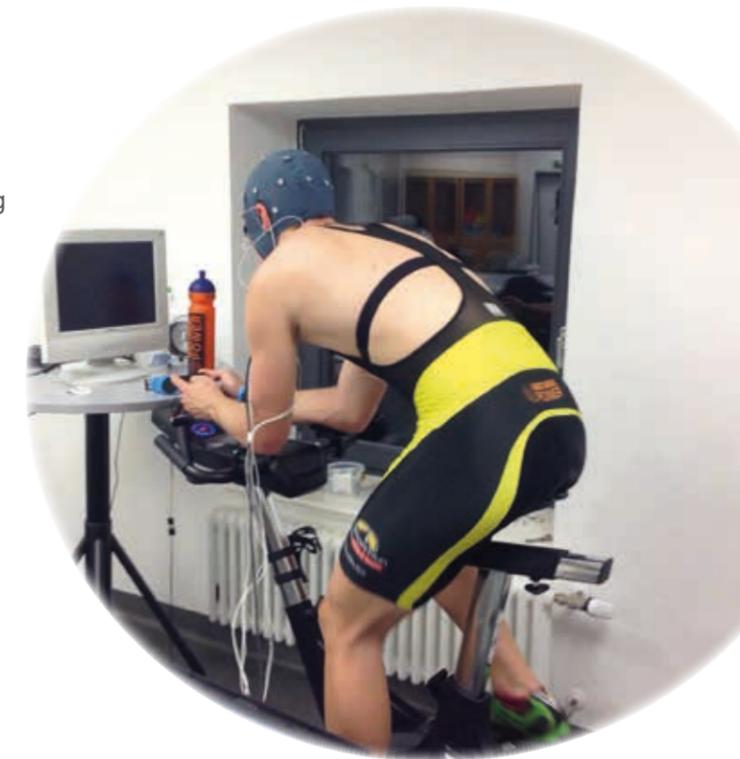


2 VERNETZUNG der Mitglieder innerhalb des ÖBS

- Die Mitglieder des ÖBS (187 im Jahr 2018) sind verpflichtet sich fortzubilden
- In zahlreichen Veranstaltungen (Zweitägige Herbst-Fachtagung, interne Fortbildungsveranstaltungen, Supervisionen/Intervisionen) kommt es zum Erfahrungsaustausch der Mitglieder untereinander.
- Die Mitglieder des ÖBS sind verpflichtet sich fortzubilden.
- Insbesondere in den Intervisionen werden interessierte Mitglieder unterstützt in der Betreuung Fuß zu fassen.
- Unabhängigkeit: Die Verbände und AthletInnen bestimmen, mit welchem/welcher Sportpsychologen/Sportpsychologin sie zusammenarbeiten wollen.
- 2018 wurden 117 Projekte von 40 Mitgliedern aus dem ÖBS Pool betreut.

3 QUALITÄTSSICHERUNG an den ÖBS-Kompetenzzentren

- Sportpsychologische Beratung und Betreuung
- Verbandskoordination
- Sportpsychologische Diagnostik
- Koordination des ÖBS-Mitgliederpools
- Qualitätsentwicklung
- Wissenstransfer in die Praxis
- Kooperation mit den Partnerinstitutionen im Sport
- Repräsentationsaufgaben, Öffentlichkeitsarbeit und Berichterlegung
- Betreuung der Website
www.sportpsychologie.at



Die Kooperation zwischen dem ÖBS und dem Österreichischem Frisbee Sport Verband ist eine außerordentlich gute. Die inzwischen zahlreich abgehaltenen Workshops und Coachings, zeichnen sich durch eine hervorragende Verknüpfung von Theorie und Praxis aus, die es den TrainerInnen ermöglicht sich in ihrem Coaching stetig zu verbessern.

Wie professionell und inhaltlich gut aufbereitet die Seminare ablaufen, kann man an der großen Euphorie, mit der die TeilnehmerInnen diese verlassen, erkennen. Der ÖFSV freut sich, dass die Coaches im EM Jahr 2019, weiterhin auf die Expertise von Mag. Norbert Meister zählen darf.

Mit einem verheißungsvollen Blick in die Zukunft bedanke ich mich hiermit für die bisherige Zusammenarbeit!

Peter Scheruga
Sportdirektor ÖFSV



„Die psychologische und mentale Betreuung unserer AthletInnen wird durch die gute Zusammenarbeit mit dem ÖBS und seinen SportpsychologInnen bestens abgedeckt. Um im absoluten Spitzensegment des Sports bestehen zu können erhalten die AthletInnen und auch BetreuerInnen die richtigen praxisnahen Werkzeuge von den ÖBS-ExpertInnen. Vielen Dank dafür!“

Dr. Gottfried Rath
Sportdirektor Volleyball



Die professionelle Zusammenarbeit mit dem ÖBS bei unseren fünf Nationalteams seit mittlerweile über 10 Jahren funktioniert sehr gut und lösungsorientiert, und ist ein wichtiger Mosaikstein für unsere sportlichen Erfolge. Herzlichen Dank nicht nur an Andrea Engleder, sondern besonders auch an jene SportpsychologInnen, die uns in den letzten Jahren am und neben dem Spielfeld begleitet haben! Wir freuen uns auf die weiteren gemeinsamen & erfolgreichen Jahre!

Mag. Hannes Dinböck
Generalsekretär
Faustball Austria - ÖFB



„Die Zusammenarbeit mit den Sportpsychologen/innen des ÖBS ist ein wichtiger Bestandteil in der Entwicklung und Leistungserbringungen der Athleten/innen des österreichischen Schwimmverbandes. Ohne die permanente Betreuung, welche vor allem ein ständige Betreuung aber auch Interventionen umfasst, wäre eine Erbringung von Topergebnissen im modernen Spitzensport nicht möglich!“

Walter Bär, Sportdirektor
Österreichischer Schwimmverband

Die Ziele des ÖBS werden erreicht durch ...

... zeitlich angepasste und bedarfsbezogene athletInnenspezifische Betreuung

Das ÖBS und seine betreuenden Mitglieder haben das Ziel eine qualitativ hochwertige Betreuung zu gewährleisten. Im Sinne dieser Zielsetzung werden zwischen Sportpsychologe/in und Athlet/in Jahreskonzepte und Betreuungsziele vereinbart. In den meisten Fällen spielen dabei natürlich **Großveranstaltungen** bzw. vom Verband oder Athleten/in festgelegte **Jahreshöhepunkte** eine entscheidende Rolle. Die Betreuungszeiten werden dementsprechend koordiniert und angepasst.



Ein weiterer Anspruch in der Betreuung ist es, sportpsychologische Maßnahmen möglichst ganzjährig kontinuierlich durchzuführen, um eine umfassende Betreuung zu gewährleisten. Dies erfolgt im Sinne aller Beteiligten (Verband, Athlet/in, Förderungsgeber,..). „Nach den Spielen ist vor den Spielen“...diese Aussage hört man in der Sportwelt immer wieder. Insbesondere die Verarbeitung und Nachbereitung von Erfolg oder Misserfolg ist auch aus sportpsychologischer Sicht ein wesentlicher Baustein in der Entwicklung eines Athleten, einer Athletin.

Die Entwicklung mentaler Kompetenzen erfolgt nicht nur kurz vor Wettkämpfen, sondern ist ein langfristiger auch interdisziplinärer Prozess. Das optimale Zusammenspiel aller Betreuungsmaßnahmen im Training und Wettkampf ist die Basis für Spitzenleistungen.

... Sicherstellung der Betreuung von SpitzenathletInnen im Rahmen der geförderten Projekte

Das durchwegs positive Fazit der sportpsychologischen Arbeit wird ergänzt durch die ebenso positive Beurteilung der Verhaltensoptimierung durch die AthletInnen.

- Sportpsychologische Arbeit führt zur Verbesserung mentaler Kompetenzen
- Die AthletInnen führen an, durch die sportpsychologische Arbeit ihr Verhalten im Training, im Wettkampf und im Alltag zu verbessern
- AthletInnen und TrainerInnen nehmen sportpsychologische Maßnahmen hoch intrinsisch motiviert in Anspruch

Tabelle: Betreute SportlerInnen und TrainerInnen 2018

	Frauen	%	Männer	%
SportlerInnen	154	55	128	45
TrainerInnen	42	28	108	72
GESAMT	196	46	226	54

Tabelle: ÖBS Mitgliederstruktur 2018 – Summe 187
(2013 waren es noch 139 – 64 weiblich/75 männlich)

	Frauen	%	Männer	%
Burgenland	2	100	0	0
Wien	19	47,5	21	52,5
Niederösterreich	18	78	5	22
Oberösterreich	5	36	9	64
Salzburg	9	45	11	55
Steiermark	7	33	14	67
Kärnten	2	18	9	82
Tirol	22	52	20	48
Vorarlberg	5	50	5	50
Deutschland	1	33	2	67
Südtirol	0	0	1	100
GESAMT	90	48	97	52

... Sportpsychologische Betreuung von AthletInnen bei Großereignissen 2018

Olympischen Winterspielen 2018 in PyeongChang



YOG – Youth Olympic Games in Argentinien



Fotos YOG: ©GEPA Pictures/ÖOC

