



## Bericht für den Förderungsgeber 2016

Österreichisches Bundesnetzwerk Sportpsychologie

## Inhalt

1	Leistungen des ÖBS 2016 .....	3
1.1	Generalziele .....	3
1.1.1	Sportpsychologische Arbeit und ihre Qualitätssicherung .....	3
1.1.2	Sicherung und Koordinierung eines österreichweiten sportpsychologischen Netzwerks	4
1.1.3	Gewährleistung einer österreichweiten Betreuung .....	4
1.1.4	Führen einer gesamtösterreichischen Übersicht.....	6
1.1.5	Vernetzung der Mitglieder innerhalb des ÖBS.....	7
1.1.6	Anpassung der bestehenden Struktur .....	9
1.2	Detailziele .....	10
1.2.1	Kompetenzzentren .....	10
1.2.1.1	Optimierung der Strukturen innerhalb der (Landes-) Kompetenzzentren .....	10
1.2.1.2	Aufgabenbeschreibung der ÖBS-Mitarbeiter/in.....	10
1.2.1.2.1	Aufgabenbeschreibung und Tätigkeitsprofile der MitarbeiterInnen.....	10
1.2.1.2.2	Prioritäten der Aufgabenbearbeitung.....	13
1.2.1.2.3	Spezielle Schwerpunkte der einzelnen ÖBS-Kompetenzzentren .....	14
1.2.1.2.4	Aufteilung der Verbandsbetreuung innerhalb der Kompetenzzentren .....	16
1.2.1.3	Optimierung der Kosten für Basisaufgaben .....	16
1.2.1.4	Evaluierung der Tätigkeiten der ÖBS-Mitarbeiter/in .....	18
1.2.2	Sportpsychologische Betreuung von SpitzenathletInnen.....	19
1.2.2.1	Begleitende Diagnostik .....	19
1.2.2.3	Betreuung der SpitzenathletInnen im Rahmen der geförderten Projekte .....	29
1.2.2.4	Qualitätssicherung der sportpsychologischen Arbeit .....	30
1.2.2.5	Fachliche Information und Begleitung der sportpsychologischen Arbeit.....	36
1.2.2.5.1	Fortbildungsveranstaltungen und Fachtagungen .....	36
1.2.2.5.2	Intervision / Supervision .....	37
1.2.2.5.3	Öffentlichkeitsarbeit.....	38
1.2.2.6	Krisenintervention.....	39
1.2.3	Qualitätssicherung im Nachwuchsleistungssport.....	40
1.2.3.1	<i>Entwicklung und Begleitung sportpsychologischer Maßnahmen im österreichischen Nachwuchsleistungssport .....</i>	40
2	Genderaufteilung im ÖBS.....	43
3	Entwicklungen und Ausblick.....	44

# 1 Leistungen des ÖBS 2016

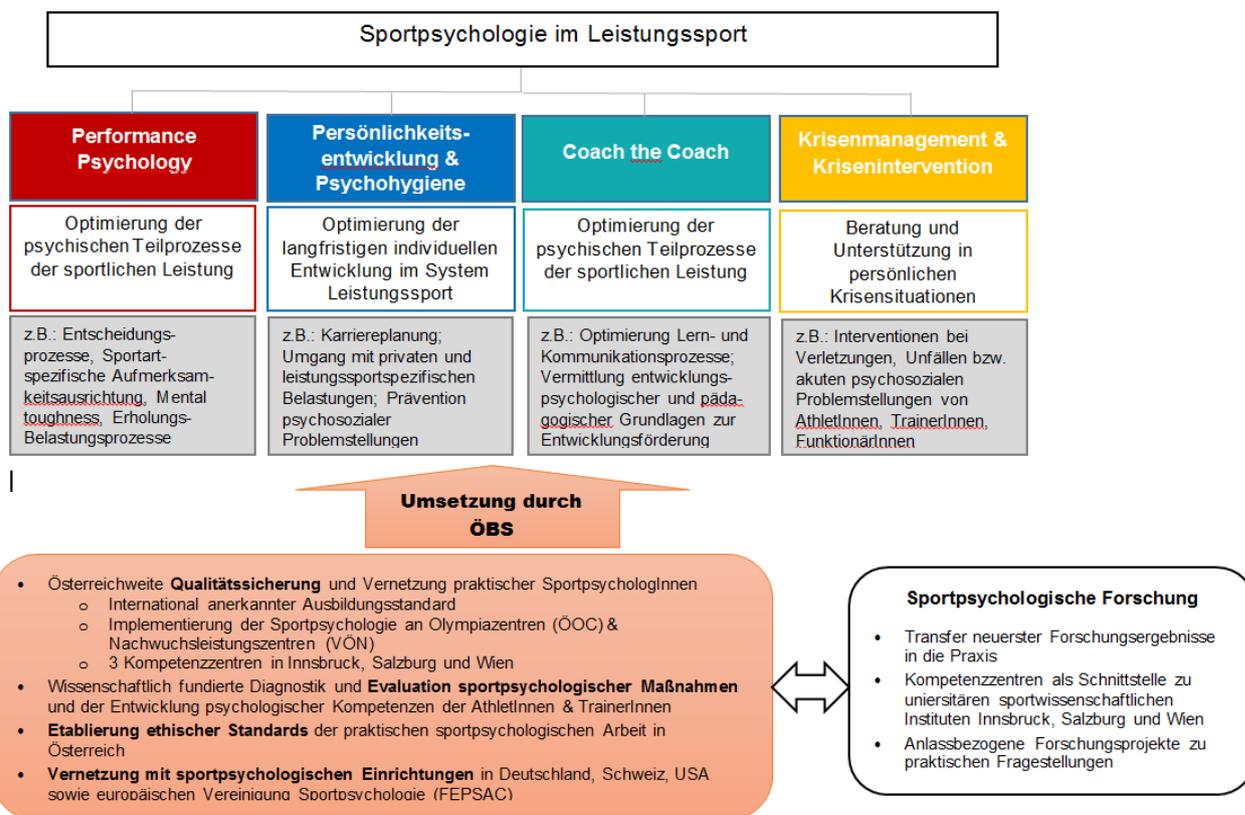


Abbildung 1: Wichtige Säulen der Psychologie im Leistungssport

Der Bericht ist im Wesentlichen entlang der Kriterien der Fördervereinbarung 2016 (abgeschlossen zwischen dem BM für Landesverteidigung und Sport und dem Österreichischen Bundesnetzwerk) gestaltet.

## 1.1 Generalziele

Das Österreichische Bundesnetzwerk Sportpsychologie ist 2016 angetreten, um einerseits die von ihm erwarteten Ziele und Leistungen zu erfüllen und andererseits Strukturen und Konzepte für die Zukunft anzudenken und zu entwickeln.

### 1.1.1 Sportpsychologische Arbeit und ihre Qualitätssicherung

Die Qualitätssicherung der sportpsychologischen Betreuung österreichischer SpitzenathletInnen entsprechend der neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse wird mit folgenden Strategien umgesetzt:

- Enge Zusammenarbeit des ÖBS mit den Universitäten (Salzburg, Wien und Innsbruck) im Sinne einer optimalen Anwendungs-Forschungskooperation
- Internationaler Austausch (asp, sasp, FEPSAC)
- Sportpsychologische Diagnostik: österreichweit standardisiert 2016 auch für Nachwuchsleistungssportmodelle, ab 2017 auch für Olympiazentren
- Fortbildung für die SportpsychologInnen durch Super- und Intervision, Fachtagungen, Informationen über die Webseite und Mitgliederinformationen per Mail.

### 1.1.2 Sicherung und Koordinierung eines österreichweiten sportpsychologischen Netzwerks

Dies erfolgt durch:

- Die Bundes-Kompetenzzentren des ÖBS (Wien, Salzburg, Innsbruck koordinieren die durch Bundesmittel geförderten Projekte und sichern deren Qualität.
- Finalisierung des Kooperationsvertrags mit der Koordinationsstelle Sportpsychologie des Landes Tirol, ein Beispiel wie Bundes- und Landesförderung transparent gemacht werden können und Doppelförderung im Bereich der Sportpsychologie ausgeschlossen wird, zudem Synergien (Diagnostik, Supervision, ...) geschaffen werden.
- Unterstützung der Steiermark im Aufbau der Landesstruktur mit dem Ziel eines Landeskompetenzzentrums für Sportpsychologie.
- Aufbau der Kooperation mit dem Olympiazentrum Linz, Beratung im Kontext der Implementierung der Sportpsychologie für das Land Oberösterreich.
- Vertiefung der Kooperation mit dem ÖOC (sportpsychologische Betreuung olympischer Missionen, diesmal insbesondere auch der Olympischen Sommerspiele durch erfahrene SportpsychologInnen des ÖBS)
- Beginn der Bedarfserhebung an Olympiazentren (Diagnostik, Beratung der TrainerInnen und PhysiotherapeutInnen bei sportpsychologischen Fragen, Förderung der interdisziplinären Kooperation und Trainingsentwicklung, Elternberatung sowie Krisenintervention)

Das Netzwerk wächst ständig. Nicht zuletzt durch den internationalen Austausch mit dem Arbeitskreis Sportpsychologie (asp) und der Swiss Assoziation of Sport Psychology (sasp), der 2016 zu einem Kooperationsverträgen mit den beiden Institutionen geführt hat.

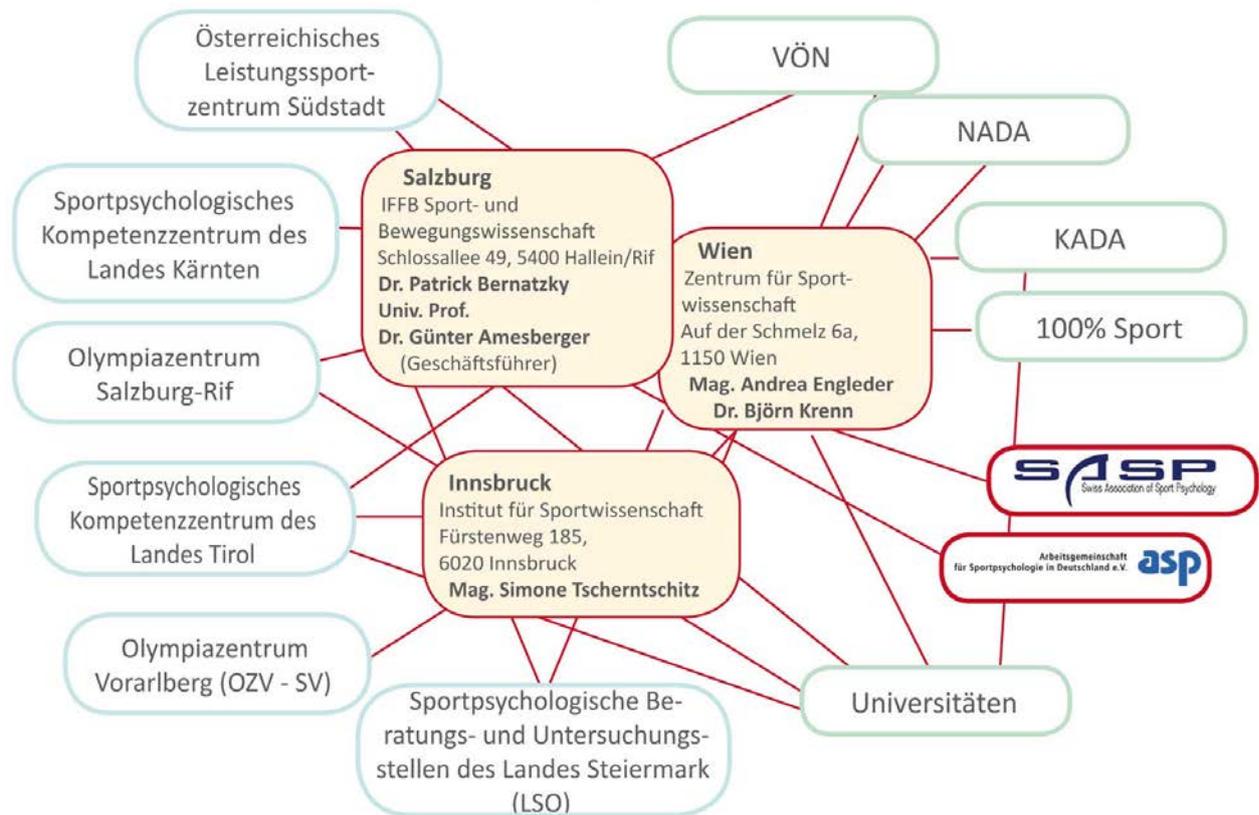
**Das Netzwerk**

## ÖSTERREICHISCHES BUNDESNETZWERK SPORTPSYCHOLOGIE

**ÖBS Landeskompetenzzentren**

**ÖBS Kooperationspartner**

### Bundes-Kompetenzzentren



### 1.1.3 Gewährleistung einer österreichweiten Betreuung

Gesamt wurde die österreichweite Abdeckung durch folgende Maßnahmen der ÖBS-Kompetenzzentren koordiniert:

- SportpsychologInnen und Mentalcoaches des ÖBS österreichweit
- Flächendeckend Kompetenzzentren und Landeskompetenzzentren
- Implementierung in Olympiazentren österreichweit
- Implementierung in den Nachwuchsleistungssportmodellen (VÖN)

### 1.1.4 Führen einer gesamtösterreichischen Übersicht

Wie auch in der Aufsichtsratssitzung ausführlich thematisiert und durch deren Mitglieder bestätigt, bedarf es für diese Aufgabe entsprechender Koordinationsgespräche des Bundes mit den Ländern bzw. Fachverbänden.

Seitens des ÖBS wurden die für das Führen einer gesamtösterreichischen Übersicht aller geförderten sportpsychologischen Maßnahmen im Leistungssport Informationen abgefragt:

- Welche Art der Förderung sportpsychologischer Maßnahmen wird/wurde durch das Land 2016 finanziell unterstützt?
- Gibt es Arbeits- (dienst-)verträge mit SportpsychologInnen
- Wie hoch ist das Anstellungsverhältnis?
- Gibt es ein zugewiesenes Budget für sportpsychologische Betreuung/Maßnahmen von AthletenInnen/TrainerInnen? (Einzelbetreuungen und/oder Teambetreuungen)
- Wieviele AthletenInnen wurden im Rahmen sportpsychologischer Förderungsmaßnahmen 2016 unterstützt?
- Gibt es spezielle sportpsychologische Projekte die durch Landesmittel unterstützt werden?

In Tabelle 1 wird ein Überblick über die jeweiligen Charakteristika und Bedingungen gegeben. Umfang, Bedingungen, Förderzweck sowie adressierte Zielgruppe unterscheiden sich in den einzelnen Bundesländern deutlich. Im Burgenland, in Oberösterreich und Wien werden sportpsychologische Maßnahmen und Projekte nicht gefördert. Zu Kärnten liegen keine Informationen vor.

**Tabelle 1: Übersicht der Landesförderungen im Bereich Sportpsychologie**

Bundesland	Beschreibung	Zielgruppe
Salzburg	(1)Finanzierung sportpsychologischer Trainerfortbildungen im Umfang von 1.500,- Euro; (2) Förderung AthletInnen-spezifischer Projekte (Förderung 60%, Selbstbehalt 40%; gedeckelter Förderbetrag: 9.000,- Euro), max. 10 Einheiten je AthletIn	(1) Salzburger Landestrainer bzw. (2) AthletInnen, die Salzburger Sporthilfe beziehen
Steiermark	Landesverbände können optional um sportwissenschaftliche Projekte (u.a. Sportpsychologie) ansuchen. Der Förderrahmen bewegt sich zwischen 1000 und 4000 Euro	Steirische Landeskader-AthletInnen, die keine TRWR bzw. Hope/Rio16 Förderung erhalten
Tirol	50% der Kosten sportpsychologischer Einheiten werden übernommen (50% Selbstbehalt; gedeckelter Förderumfang: 25.000 Euro); Koordination durch sportpsychologische Koordinationsstelle des Landes Tirol	Tiroler AthletInnen, die keine Rio16, TRWR bzw. BSFF Förderung erhalten, Tiroler LandestrainerInnen
Niederösterreich	Sportpsychologische Beratung am Nachwuchsleistungszentrum NÖ, St. Pölten (Mag. Angelika Fetz-Hartmann, Mag. Georg Hafner und Mag. Reinhard Garger; Gedeckelter Förderumfang: 10.000,- Euro)	NachwuchsathletInnen des Sportleistungszentrums Niederösterreich, St. Pölten
Vorarlberg	Sportpsychologische Betreuung und Diagnostik im Rahmen des X-Men Projektes, Förderumfang: 8.000,- Euro	Vorarlberger LandestrainerInnen

Tabelle 2 gibt einen Überblick über die Rahmenbedingungen der sportpsychologischen Maßnahmen an den Olympiastützpunkten. Als Zielgruppe fungierten jeweils die trainierenden AthletInnen und agierenden TrainerInnen an den Olympiazentren

**Tabelle 2: Übersicht der Landesförderungen an den Olympiazentren**

Einrichtung	(Kosten)Beitrag der OZ	Beteiligte SportpsychologInnen	Erläuterung
Olympiazentrum Innsbruck	Büroraum Wird zur Verfügung gestellt	Mag. Simone Tschernitschitz	Abdeckung durch ÖBS-Kompetenzzentrum Innsbruck; keine zusätzliche Förderung
Olympiazentrum Klagenfurt		Dr. Thomas Brandauer	Abdeckung im Rahmen der Förderung des Sportpsychologischen Kompetenzzentrum des Landes Kärnten; keine zusätzliche Förderung
Olympiazentrum Linz	400-1200.- je AthletIn	Dr. Fritz Weilharter	Je Leistungsklasse des/der AthletIn wurden 400 bis 1.200 € für nicht Rio16, Hope bzw. TRWR AthletInnen gefördert (32 Euro Selbstbehalt je Einheit)
Olympiazentrum Salzburg	10.000	Mag. Mario Plessler	Einsatz für AthletInnen des OZ Salzburg/Rif

**Tabelle 3:**

Österreichisches Leistungssport-Zentrum Südstadt		Dr. Markus Aufderklamm	Vollzeitanstellung; Möglichkeit für ÖLSZ-AthletInnen und TrainerInnen sportpsychologisch zu arbeiten; keine zusätzliche Förderung
--	--	------------------------	---

### 1.1.5 Vernetzung der Mitglieder innerhalb des ÖBS

- In zahlreichen Veranstaltungen (Fachtagungen, Workshops (2), Fortbildungsveranstaltungen (2), Supervisionen/Intervisionen) kommt es zum Erfahrungsaustausch der Mitglieder untereinander.
- Mitglieder des ÖBS sind verpflichtet sich fortzubilden.
- Die Verbände und Athletinnen bestimmen, mit welchem/welcher Sportpsychologen/Sportpsychologin sie zusammenarbeiten wollen.
- Insbesondere in den Intervisionen werden interessierte Mitglieder unterstützt in der Betreuung Fuß zu fassen.
- 2016 wurden 140 Projekte von 44 Mitgliedern aus dem ÖBS Pool betreut

**Tabelle 4:** Betreuende ÖBS-Mitglieder in den sportpsychologischen Projekten 2016

**Gesamtüberblick ÖBS-Mitglieder nach Projekten und Athleten**

	ÖBS Mitglied Name	Projektart			Projekte Gesamt	AthletInnen		Coaches	
		BSFF	TRWR	Rio/ Hope		männl.	weibl.	männl.	weibl.
1	Amesberger Günter	4	0	1	5	4	0	6 <sup>1*</sup>	2 <sup>1*</sup>
2	Anzenbacher Clara	1	1	0	2	1	1	3	0
3	Aufderklamm Markus	0	1	0	1	0	1	0	0
4	Bernatzky Patrick	4	10	2	16	20	4	12*	0*
5	Bodner Daniela	0	1	0	1	1	0	0	0
6	Brandauer	0	1	0	1	0	1	0	0
7	Draxler-Hutter Judith	2	1	3	6	2	4	5*	4*
8	Ebner Christoph	0	1	0	1	1	0	0	0
9	Engleder Andrea	1	2	0	3	4	7	1	0
10	Fetz-Hartmann	1	1	0	2	0	1	*	*
11	Geifes Ulla	0	1	0	1	1	0	0	0
12	Gosch Johannes	1	0	1	2	1 <sup>2</sup>	0	*	*
13	Haslmaier Roland	1	0	0	1	0	0	5	0
14	Hochegger Manuel	1	0	0	1	0	0	*	*
15	Jopp Petra	1	1	0	2	2	0	1	0
16	Kayer Thomas	1	1	0	2	1	16	0	0
17	Keplinger Andrea	0	3	0	3	4	25	0	0
18	Kirschner Peter	0	1	0	1	1	0	0	0
19	Kogler Alois	1	1	0	2	1	0	6	0
20	Kolerus Robert	2	0	0	2	0	0	6	0
21	Krenn Björn	3	1	1	5	4	3	4 <sup>1</sup>	0 <sup>1</sup>
22	Lechner Christina	4	1	1	6	2	2	2	3
23	Meister Norbert	3	0	2	5	2	1 <sup>2</sup>	5	1
24	Michlmayr Friederike	1	3	0	4	10	9	1	0
25	Minatti Walter	0	2	0	2	6	6 <sup>2</sup>	4	0
26	Mitterwallner Christiane	2	1	1	4	1	1	3	2
27	Öhler Stefan	0	1	0	1	1	0	0	0
28	Plessner Mario	0	2	0	2	1	3	0	0
29	Pollany Wolfgang	0	1	0	1	1	0	0	0
30	Regös Rita	0	0	1	1	0	1 <sup>2</sup>	0	0
31	Reichel Silke	0	1	0	1	0	1	0	0
32	Richlan Fabio	1	0	0	1	0	0	2	0
33	Schroffenegger Thomas	4	8	0	12	34	7	9	1

### Gesamtüberblick ÖBS-Mitglieder nach Projekten und Athleten

	ÖBS Mitglied Name	Projektart			Projekte	AthletInnen		Coaches	
		BSFF	TRWR	Rio/ Hope	Gesamt	männl.	weibl.	männl.	weibl.
34	Steger Alexandra	0	1	0	1	0	1	0	0
35	Triebel Uwe	0	0	1	1	1 <sup>2</sup>	0	0	0
36	Tscherntschitz Simone	2	8	2	12	11	15 <sup>2</sup>	*	*
37	Uhl Maria-Christina	1	1	0	2	0	3	1	0
38	Unger Brigitte	0	0	1	1	0	1	0	0
38	Vogl Peter	1	0	0	1	0	0	2	5
39	Weilharter Fritz	2	1	2	5	19	1	1	1
40	Weiss Wolfgang	1	1	0	2	0	14	1	0
41	Weitlaner Johann	1	2	1	4	1	2	2	2
42	Willis Christopher	1	2	1	4	0	4	0	1
43	Wolf Mirjam	3	2	1	6	8	6	6	1
44	Wörz Thomas	0	0	1	1	1	0	0	0
		<b>51</b>	<b>66</b>	<b>23</b>	<b>140</b>	<b>145</b>	<b>139</b>	<b>88</b>	<b>23</b>

<sup>1</sup> CTC Segeln wurden 6 Trainer und 2 TrainerInnen sowohl von Amesberger als auch von Krenn betreut. Wird in der Endsumme nur einfach gezählt und fehlt daher bei Krenn in der TrainerInnenliste.

<sup>2</sup> AthletInnen sind in der Liste doppelt angeführt, da von 2 SportpsychologInnen / Mentalcoaches betreut. In der Gesamtsumme werden diese aber nur einmal angeführt.

\* Nur Workshops

Die Kontakte zu diesen Personen und deren Qualifikationen und Schwerpunkte sind unter [www.sportpsychologie.at](http://www.sportpsychologie.at) abrufbar.

Knapp ein Viertel der aktuellen ÖBS-Mitglieder sind in bundesgeförderten Projekten 2016 aktiv gewesen. An dieser Stelle sei betont, dass die Auswahl der SportpsychologInnen und Mental Coaches über die Bundesfachverbände läuft und diese entscheiden, mit wem sie ihr Projekt umsetzen. Bei diesem Auswahlverfahren kommen u.a. die Erfahrung im Spitzensport und vorhandene zeitliche Ressourcen der SportpsychologInnen und Mental Coaches zum Tragen.

#### 1.1.6 Anpassung der bestehenden Struktur

Das ÖBS basiert 2016 auf folgenden Strukturen: Der Aufsichtsrat mit seinen 8 Vertretern aus BMLVS, TRWR, BSO, ÖOC, BMB, BMWFW, Sporthilfe, BSFF und einer Vertretung der ordentlichen Mitglieder setzt aktuell den ÖBS Vorstand ein. Dieser Vorschlag des Aufsichtsrats wird in einer ordentlichen Generalversammlung den Mitgliedern zur Abstimmung gegeben. 2016 wurde der Vorstand neu gewählt. Die aktuellen Vorstandsmitglieder umfassen Univ.-Prof. Dr. Günter Amesberger (Obmann), Dr. Fritz Weilharter (Obmann-Stellvertreter und Finanzreferent), Mag. Andrea Engleder (Schriftführerin), Dr. Thomas Brandauer (Vertreter der Landeskompentenzentren), Univ.-Prof. Dr. Martin Kopp, Mag.

Thomas Kayer und Mag. Mirjam Wolf als weitere Vorstandsmitglieder. Im Laufe des Jahres 2016 wurde klar, dass sich die Sportförderung grundlegend ändern soll. Entsprechend machen Überlegungen zur Reform der Strukturen des ÖBS nur begrenzt Sinn, solange die Rahmenbedingungen hierfür nicht klar sind. Dennoch wurden Überlegungen und Maßnahmen in zwei Richtungen angestellt:

- (1) Es wurden die Ablaufprozesse des ÖBS intern optimiert sowie die Kommunikationsprozesse weiter verbessert. Z.B. Optimierung der Darstellung der Projekte und deren Evaluation. Optimierung der Rückmeldeschleifen, ...
- (2) Es wurden die Kernaufgaben des ÖBS weiter herausgearbeitet. In diesem Zusammenhang strebt das ÖBS folgende Ziele an:
  - a. Aufbau einer langfristigen und stabilen Struktur
    - i. Klärung der Anzahl, Aufgaben und Anbindungen der Kompetenzzentren
    - ii. Leistungs- und Entwicklungsplan der Kompetenzzentren in Vier-Jahresperioden
  - b. Zentrale Funktion der Kompetenzzentren ist die Konzeptions- und Entwicklungsarbeit
  - c. Die Kompetenzzentren verstehen sich auch als Wissensmanagementeinrichtung an der Schnittstelle zwischen Forschung und Anwendung
  - d. Klare Differenzierung zwischen Mitarbeitern der Kompetenzzentren und den weiteren ÖBS-Mitgliedern. Trennung zwischen Aufgaben der Kompetenzzentren und „Projektaktivitäten“ der ÖBS-Mitglieder (TRWR-Projekte, BSFF-Projekte)
  - e. Entschlackung der Struktur (Aufsichtsrat, Mitgliederversammlung, Controlling durch Ministerium)
  - f. Weitere Qualitätsentwicklungsmaßnahmen für die sportpsychologische Arbeit und Unterstützung der Mitglieder in allen Fragen sportpsychologischer Kompetenzen.
  - g. Intensivierung der fachlichen Kommunikation sowohl innerhalb der Sportpsychologie als auch zwischen den Wissenschaftsdisziplinen und der Sportpraxis.

Die strukturellen Änderungen können erst konkretisiert und umgesetzt werden, wenn die weitere Entwicklung der Sportförderung klar ist.

## 1.2 Detailziele

### 1.2.1 Kompetenzzentren

#### 1.2.1.1 Optimierung der Strukturen innerhalb der (Landes-) Kompetenzzentren

Die Erweiterung der bestehenden Kooperationsvereinbarungen mit den Landeskompentenzentren wurde bereits in Pkt. 1.1.2 besprochen

#### 1.2.1.2 Aufgabenbeschreibung der ÖBS-Mitarbeiter/in

##### 1.2.1.2.1 Aufgabenbeschreibung und Tätigkeitsprofile der MitarbeiterInnen

### Das Leistungsprofil der ÖBS-Kompetenzentren

Sportpsychologische Beratung und Betreuung

- Beratung und Betreuung der BSFF, TRWR und Rio16 Projekte
  - Psychologisches Training: z.B. Gezielte Optimierung kognitiver Entscheidungsprozesse der sportlichen Leistungserbringung im Rahmen der Handlungsvorbereitung, Handlungsdurchführung und (Beobachtung, Betreuung und Begleitung der SportlerInnen unter Trainings- und Wettkampfbedingungen.)
  - Persönlichkeits- und Kompetenzentwicklung
  - Kommunikation, Teamentwicklung
  - Personen- und Teamführung (coach the coach)

Diesen Teil der Betreuung und Durchführung sportpsychologischer Maßnahmen wird nur noch im Kompetenzzentrum Salzburg im Rahmen des Dienstverhältnisses durchgeführt. Die restlichen MitarbeiterInnen betreuen auf selbständiger Basis und verrechnen ihre Arbeit mit den Verbänden. In Innsbruck beginnt Frau Mag. Tschernitschitz im Oktober 2016 im Rahmen eines Gesamtprojekts für den Kletterverband Österreich auch Betreuungen innerhalb ihres Dienstverhältnisses durchzuführen, die dann über das ÖBS dem Verband verrechnet werden.

- Krisenintervention bis hin zu klinischer Abklärung und folgender Vernetzungsarbeit: Finden der optimalen Versorgung/Behandlung bei psychischen Beeinträchtigungen/psychiatrischen Diagnosen.

#### Verbandskoordination

- Unterstützung der BFV bei der inhaltlichen Konzeption von Projekten.
- Fachliche Koordinations- und Informationsaufgaben zu BSFF, TRWR und Rio 16 Projekten.
- Ansprechstelle für jegliche Fragestellung rund um sportpsychologische Maßnahmen als auch psychische Gesundheit aller im Sport betroffenen Zielgruppen.
- Unterstützung bei der Implementierung sportpsychologischer Projekte in den BFV

#### Sportpsychologische Diagnostik

- Durchführung der Individualdiagnostik
- Entwicklung sportartspezifischer Diagnostik zur zielgenauen Erfassung psychischer Leistungs- sowie Persönlichkeitsvariablen

Die Diagnostik dient der Messung zentraler psychologischer Merkmale und Prädiktoren der sportlichen Leistungserbringung. Somit wird der Abgleich der individuellen Ergebnisse mit Referenzwerten anderer LeistungssportlerInnen bzw. mit in der Vergangenheit erbrachten Testleistungen ermöglicht,

- Aussagen über die aktuelle Ausprägung zentraler Indikatoren der sportlichen Leistungserbringung, darauf aufbauend
- das Aufzeigen konkreter Möglichkeiten der sportlichen Leistungsoptimierung sowie bei mehrmaligen Testungen
- die Analyse und Reflexion der Reifung und Entwicklung der AthletInnen und
- die Evaluation der in einem definierten Zeitraum durchgeführten Maßnahmen bzw. Interventionen für AthletInnen, TrainerInnen und SportpsychologInnen.

Die sportpsychologische Diagnostik beinhaltet folgende Arbeitsleistungen der ÖBS-MitarbeiterInnen:

- Reflexion und Planung hinsichtlich der Auswahl der zu erhebenden Leistungsindikatoren und deren Operationalisierung
- Koordination der Termine der diagnostischen Erhebung je AthletIn
- Durchführung der Diagnostik an den ÖBS-Kompetenzzentren

- Gespräch mit AthletInnen hinsichtlich der individuellen Leistungs- und Persönlichkeitsdaten
- Berichterstellung und schriftliche Rückmeldung der Ergebnisse
- Dokumentation der Ergebnisse sowie Analyse der Gesamtdaten zur Evaluation sportpsychologischer Maßnahmen
- Wartung und Adaptation der diagnostischen Messgeräte
- Optional: Rücksprache mit SportpsychologInnen hinsichtlich Abgleich diagnostischer Leistungs- & Persönlichkeitsdaten und Interventionsplanung bzw. –durchführung.

#### Koordination SportpsychologInnen

- SportpsychologInnen erfahren durch die hauptamtlichen MitarbeiterInnen organisatorische und inhaltliche Unterstützung sowie die Möglichkeit zur Fortbildung, Supervision und Intervention, wodurch eine mittelfristige Qualitätsentwicklung der SportpsychologInnen sichergestellt wird
- Gezielte Qualitätssicherung und -kontrolle durch Evaluation der sportpsychologischen Maßnahmen (Feedback, Absprache bzgl. Konzeptionen, regelmäßige Berichtslegungen)

#### Qualitätsentwicklung

- Durch die weitreichenden eigenständigen Durchführungen sportpsychologischer Maßnahmen im Spitzensport, die Koordination sportpsychologischer Projekte in diversesten Sportarten und den kontinuierlichen Austausch mit neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen durch die Kooperation mit den Universitäten besteht ein vielschichtiges und umfassendes Reservoir an sportpsychologischer Expertise, welches von allen Adressaten im österreichischen Leistungssport genutzt werden kann.
- Entwicklung sportartspezifischer Betreuungsmodelle

#### Wissenstransfer

Die hauptamtlichen MitarbeiterInnen sind das Bindeglied zwischen neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen und der praktischen Tätigkeit der betreuenden SportpsychologInnen bzw. Mentalcoaches. Die universitäre Anbindung, eigene fachspezifische Weiterbildungen, sowie das Erfassen neuer relevanter Literatur ermöglichen es, immer am neuesten Stand der Forschung zu sein. Als ReferentInnen bei internen Fachtagungen und externen Weiterbildungsveranstaltungen (Kooperation mit der BSO-Trainerfortbildung) bereiten ÖBS-MitarbeiterInnen diese Themen für ÖBS-Mitglieder und TraineeInnen fachgerecht auf.

#### Kooperation mit dem ÖOC

- Optimale mentale Vorbereitung der SportlerInnen auf die Olympischen Spiele
- Sportpsychologische Diagnostik und Betreuung von SportlerInnen
- Übergeordnete Maßnahmen zur Vorbereitung auf Großereignisse wie das Coaching von TraineeInnen und FunktionärInnen, der Aufbau eines entsprechenden Teamprozesses und eines Teamspirits der OlympiateilnehmerInnen, die Beratung der Leitung in wesentlichen Fragen der Olympiavorbereitung und -durchführung sowie Fragen der sportpsychologischen Betreuung bei den Spielen vor Ort.
- Coaching der TrainerInnen, PhysiotherapeutInnen und Erstellung einer Elternbroschüre
- Begleitung der SportlerInnen und TrainerInnen zu allen olympischen Missionen des ÖOC

#### Repräsentationsaufgaben

- Vortragstätigkeit bei unterschiedlichen Veranstaltungen (z.B. Trainerfortbildungen) und internationalen Kongressen (u.a. asp Tagung)
- Öffentlichkeitsarbeit: Vertretung der Sportpsychologie nach außen im Rahmen von sportrelevanten Veranstaltungen, Tag des Sports, etc.; Newsletter.

### Betreuung der Websites

Die ÖBS-Website ist das erste, schnell verfügbare und praktisch von überall aus erreichbare Medium, mit den Basisinformationen über eine sportpsychologische Betreuung. Sie wendet sich vorrangig an AthletInnen, genauso aber an TrainerInnen bzw. FunktionärInnen, die für ihre AthletInnen eine Optimierung des Leistungsverhaltens anstreben. Die Website dient als Kommunikations- und Informationsmedium: themenzentriert werden im internen (Password-geschützten) Bereich Austausch und Kommunikation von Fortbildungsinhalten speziell für Projekt-SportpsychologInnen/Mentalcoaches ermöglicht. Im internen Bereich erfolgt auch die Honorarerstellung für projektbetreuende SportpsychologInnen und Mentalcoaches und somit die Einbindung in die ÖBS Datenbank. Die ÖBS-MitarbeiterInnen erbringen großteils einen fachlichen Input, die Umsetzung ist in die Administration und eine verantwortliche ÖBS-Mitarbeiterin ausgelagert.

### Berichtlegung

Das ÖBS fasst jährlich einen Bericht, der dem Aufsichtsrat und insbesondere dem Förderungsgeldgeber vorgelegt wird. Dieser wird nach den Kriterien der Zielvereinbarung mit dem Aufsichtsrat verfasst. Der Bericht dokumentiert die gesamte Betreuungsleistung, der hauptamtlichen MitarbeiterInnen und ÖBS-Mitglieder in den einzelnen sportpsychologischen Projekten. Die einzelnen Projektberichte und Feedbacks der TrainerInnen und SportlerInnen werden dabei erfasst und statistisch dargestellt. Dies ist ein wesentlicher Beitrag zur Qualitätssicherung der sportpsychologischen Betreuung.

### Inhaltliche Strukturierung der Kompetenzzentren

Neben den für alle Kompetenzzentren gleichen Basistätigkeiten, wurde die strukturelle und inhaltliche Ausdifferenzierung der drei Kompetenzzentren weiterentwickelt: Dies ergibt sich aus der Zuteilung einzelner Fachverbände zu den einzelnen Kompetenzzentren im Sinne einer sportartspezifischen Schwerpunktsetzung sowie weiterer inhaltlicher Schwerpunktsetzungen. Diese sind unter Punkt 1.2.1.2.3. beschrieben.

Mit dieser verstärkten Spezifizierung konnten die Kommunikationsstrukturen zu den einzelnen Fachverbänden optimiert sowie sportartspezifische Konzepte weiterentwickelt und vertieft werden.

#### 1.2.1.2.2 Prioritäten der Aufgabenbearbeitung

Erste Priorität haben die **Arbeit mit den Verbänden und AthletInnen**, die Projektkoordination, Beratung, Diagnostik und die Krisenintervention. Diese Tätigkeiten sind so vollständig, wie es die Bedingungen ermöglichen, durchzuführen. Die zeitliche Reihung innerhalb dieser Aktivitäten folgt pragmatischen Gesichtspunkten (terminliche Möglichkeiten etc.)

An zweiter Stelle folgen Aufgaben der Berichtlegung und Koordination der ÖBS-SportpsychologInnen. Auf der dritten Prioritätsstufe sind Kooperationen (100% Sport, KADA, ÖOC, ...), Qualitätsentwicklung und Wissenstransfer angesiedelt.

Die Betreuung der Website, Durchführung von Fortbildungen und Repräsentationsaufgaben stehen an der vierten Stelle der Prioritätenliste.

### 1.2.1.2.3 Spezielle Schwerpunkte der einzelnen ÖBS-Kompetenzzentren

Die unten angeführten Schwerpunkte der Kompetenzzentren wurden Anfang des Jahres noch weiter geschärft, um die Arbeit der hauptamtlichen MitarbeiterInnen an die sich ständig ändernden Strukturen anzupassen und klarere Verantwortungen zu schaffen. Auch die Zuteilung der Bundesfachverbände wurde noch einmal überarbeitet. Dadurch sollen die Arbeitsabläufe weiter optimiert werden.

#### Kompetenzzentrum WIEN

- Zuordnung der Verbände → siehe Kap.1.2.1.2.4
- Betreuungsschwerpunkt: Sommersportarten
- Allgemeine Verbandskoordination
- Individualdiagnostik des gesamten östlichen Raumes Österreichs (W,NÖ,BGL, STMK)
- Gesamte Teamdiagnostik (durchschnittlich 4 - 5 Mannschaften/Jahr), Auswertung, Nachbesprechung, Einbindung der SP in die Umsetzung der Testergebnisse, fragestellungsbezogene Anpassung der Diagnostik mit dem BFV.
- Fortbildungskoordination → Planung, inhaltliche Abstimmung der ÖBS-Fachtagungen
- Mitgliederkoordination
- Anbindung an die Universität Wien, Abt. Sportsoziologie und -psychologie: gemeinsame Forschungsarbeit zu projektrelevanten Fragestellungen.
- Repräsentanz des ÖBS beim Tag des Sports
- Langfristiges Verbandsprojekt SEGELN

#### Kooperation und Ansprechperson für die BSO

- Beratende Funktion im Rahmen der Trainerausbildung
- Planung und Umsetzung von Trainerfortbildungen

#### Kooperation und Ansprechperson für 100% Sport

- Beratende Funktion im Rahmen sportpsychologischer Fragestellungen im Bereich Gleichstellung im Sport

#### Kooperation und Ansprechperson für BSFF, RIO16 und Sporthilfe

#### Kompetenzzentrum SALZBURG

- Allgemeine Verbandskoordination
  - Zuordnung der Verbände → siehe Kap. 1.2.1.2.4
- Betreuungsschwerpunkt: Wintersportarten
- Individualdiagnostik des gesamten mittleren und südlichen Raumes Österreichs (Sbg, OÖ, Stmk., Ktn.)
- Optimierung der internen Kommunikation
- Datenbank-Koordination
- Wissensmanagement durch Anbindung an die Universität Salzburg, IFFB Sport- und Bewegungswissenschaft, Arbeitsgruppe Sportpädagogik, Sportpsychologie und Sportsoziologie sowie das Olympiazentrum Salzburg.

- Schnittstelle KADA
- Langfristiges Projekt SKISPORT

Kooperation und Ansprechperson für TRWR/Olympia

Kooperation und Ansprechperson für VÖN

- Konzeption und Entwicklung von Qualitätsstandards für die Betreuung an Nachwuchsleistungssportmodellen.

### Kompetenzzentrum INNSBRUCK

- Zuordnung der Verbände → siehe Kap. 1.2.1.2.4
- Betreuungsschwerpunkt: Wintersportarten
- Individualdiagnostik des gesamten westlichen Raumes Österreichs (Vorarlberg, Tirol)
- Koordination Länderförderungen
- Anbindung an die Universität Innsbruck, Bereich Sportpsychologie und Sportwissenschaften und das Olympiazentrum Tirol
- Langfristiges Projekt WETTKLETTERN und RODELN

Kooperation und Ansprechperson für

- Ti-Sport (Tiroler Modell der Sportpsychologie)
- Institut für Sport- Alpinmedizin - und Gesundheitstourismus der Universitätsklinik Innsbruck (ISAG)

### Ehrenamtliche Geschäftsführung (Günter Amesberger)

- Vertretung des ÖBS nach innen und außen (zahlreiche Sitzungen, Gespräche und Telefonate)
- Vorsitz der Vorstandssitzung
- Vorsitz der Generalversammlung
- Führen der laufenden Geschäfte, rechtsgeschäftliche Bevollmächtigung
- Wissenschaftliche und fachliche Leitung
- Internationale Vernetzung (asp, FEPSAC), internationaler Kongresse mit Referats- und Publikationsleistung
- Leitung, fachliche Beratung und Koordination der MitarbeiterInnen sowie Leitung regelmäßiger Einzel- und Teamsitzungen
- Inhaltliche Diskussion und Genehmigung von Fachtagungsthemen
- Vertretung bei den fördernden Institutionen ( TRWR – Sportministerium, BSFF) regelmäßige Kontakte
- Letztverantwortung bei strategischen Entscheidungen und Finanzen
- Vertretung bei einschlägigen Kooperationspartnern (ÖOC, Olympiazentren, BMUKK, BMWF, VÖN, KA:DA, NADA, 100%Sport, Sporthilfe)
- Konzeptentwicklung und Kooperationsverhandlungen mit dem ÖOC im Kontext der Weiterentwicklung des ÖBS
- Verbindung Wissenschaft – Praxis
- Krisenintervention und Supervision von Kriseninterventionen
- Ehrenamtliche Arbeitsleistung für das ÖBS 2016 ca. 450 Stunden

### 1.2.1.2.4 Aufteilung der Verbandsbetreuung innerhalb der Kompetenzzentren

Die Aufteilung der Verbände innerhalb der Kompetenzzentren, Wien, Salzburg und Innsbruck ergibt sich neben dem Hauptsitz der einzelnen Bundesfachverbände auch durch die Betreuungskompetenz einzelner MitarbeiterInnen in diversen Sportarten. Die MitarbeiterInnen der Kompetenzzentren koordinieren folgende Verbände/Sportarten:

**Tabelle 5 Übersicht und Zuordnung der Verbände zu den Kompetenzzentren 2016**

WIEN		SALZBURG	INNSBRUCK
Basketball	Leichtathletik	Alpin	Bob/Skeleton
Badminton	Moderner Fünfkampf	Biathlon	Curling
Behindertensport	Pferdesport	Bogensport	Eishockey
Billard	Radfahren	Golf	Eisschnelllauf
Boxen	Rudern	Judo	Rodeln
Eiskunstlauf	Schach	Karate	Rollsport
Faustball	Schwimmen	Langlauf	Sportschützen
Fechten	Segeln	Nordische Kombination	Taekwondo
Frisbee	Tanzsport	Orientierungslauf	Wettklettern
Gehörlosensport	Tennis	Ringen	
Gewichtheben	Tischtennis	Ski Cross	
Hockey	Triathlon	Snowboard	
Jiu Jitsu	Turnen	Sprung	
Kanu	Volleyball		
Kickboxen	Wurfscheibe- und Kombination		

### 1.2.1.3 Optimierung der Kosten für Basisaufgaben

Die Forderung der Förderungsgeldgeber mehr als 50 % der Dienstzeit der MitarbeiterInnen für projektorientierte Betreuungen (Individualcoaching, Coach the Coach) zu erbringen, kommt aus einer Zeit, in der die MitarbeiterInnen Betreuungen im Rahmen ihrer Dienstverhältnisse erbracht haben. Das ist aber, außer bei Dr. Bernatzky in Salzburg, seit Mitte 2015 nicht mehr der Fall. Aber auch ohne Betreuungsleistung, kommt der überwiegende Arbeitsaufwand AthletInnen, TrainerInnen und Verbänden zugute, wie man Tabelle 5 entnehmen kann. In Salzburg, wo die Betreuungen im Rahmen des Dienstverhältnisses abgehalten werden, wird 2/3 der Arbeitszeit direkt für Leistungen für AthletInnen, TrainerInnen und CtC erbracht.

Die Anstellungsverhältnisse der MitarbeiterInnen in Wochenstunden sind:

Wien: Dr. Björn Krenn 12 WoStd, Mag. Andrea Engleder 20 WoStd; Innsbruck: Mag. Simone Tschernschitz 24 WoStd; Dr. Patrick Bernatzky 40 WoStd (Anstellung über die Universität Salzburg als Projektmitarbeiter).

## Leistungsanalyse der Kompetenzzentren

**Tabelle 6: Übersicht zur Tätigkeitsverteilung 2016**

	Salzburg	Wien	Innsbruck	Gesamt
<b>Basistätigkeit:</b> Statistik, Auswertungen, Datenpflege, Softwareprobleme, Berichtlegung; Weiterentwicklung von Diagnostik, Betreuungskonzepten, wissenschaftlichen Anbindung ; Organisation, Durchführung und Teilnahme an/von Fortbildungen, Fachtagungen, Supervisionen, Repräsentative Maßnahmen; VÖN	33 %	48 %	46%	41 %
<b>Leistungen für AthletInnen, TrainerInnen, Verbände:</b> Testungen, Diagnostik, Erstellen von Maßnahmenpaketen, Qualitätssicherung der sportpsycholog. Arbeit, Koordination der Umsetzung; Krisenintervention;	26 %	52 %	54 %	41 %
Betreuung von AthletInnen und CtC (Bezahlung über Verbände). Wird im Kompetenzz. Szbg. ganzjährig über Universität mit Verbänden abgerechnet;	41 %			18 %
Leistungen für AthletInnen, TrainerInnen, Verbände inkl Coaching (in Salzburg)	67 %			59 %
<b>Gesamtstunden</b>	<b>1.908 Std</b>	<b>1.490 Std</b>	<b>1.048 Std</b>	<b>4.452 Std</b>

### 1.2.1.4 Evaluierung der Tätigkeiten der ÖBS-Mitarbeiter/in

Die Evaluierung der Tätigkeiten im Rahmen der Kompetenzzentren ist unmittelbar mit den Zielen des ÖBS verbunden und kann zum Teil auch an Parametern festgemacht werden.

#### Ziel: Verbandskoordination - Sportpsychologische Beratung und Betreuung

- ➔ Bundesfachverbände können auf die Serviceleistungen des ÖBS zugreifen und erhalten eine qualitativ hochwertige Beratung und Betreuung ihrer AthletInnen und TrainerInnen. Die Mehrzahl der Bundesfachverbände nehmen das Angebot in Anspruch und haben sportpsychologische Maßnahmen und Betreuungen in ihren Strukturen implementiert;
  - ✓ **Ziel 2016 erreicht - alle Verbände (siehe Zuordnung 1.2.1.2.4) wurden betreut und in 34 Verbänden wurden sportpsychologische Maßnahmen umgesetzt.**
- ➔ 80% der genehmigten Projekte sollen umgesetzt werden;
  - ✓ **Ziel 2016 erreicht – 140 (93%) von 151 genehmigten Projekten wurden umgesetzt**
- ➔ Die ÖBS-Kompetenzzentren sind Ansprechstellen für jegliche Fragestellung rund um sportpsychologische Maßnahmen als auch psychische Gesundheit aller im Sport betroffenen Zielgruppen. Hauptamtlichen MitarbeiterInnen stehen für Krisenintervention zur Verfügung.
  - ✓ **Ziel 2016 erreicht – Alle Anfragen konnten zur Zufriedenheit bedient werden**

#### Ziel: Wissenstransfer neuester Forschungsergebnisse in die Praxis

- ➔ Hauptamtliche MitarbeiterInnen nehmen an wissenschaftlichen Fortbildungen/Tagungen/Kongressen/fachlichen Workshops teil;
  - ✓ **Ziel 2016 erreicht – Mitarbeiter waren z.B. bei der Int. asp-Tagung, dem ECSS (European Congress of Sports Science) und am ICSS (Int. Congress on Science and Skiing) vertreten.**
- ➔ Das ÖBS bietet an den Kompetenzzentren für seine Mitglieder jährlich fachspezifische Fachtagungen, Workshops und Intervention/Supervisionen an.
  - ✓ **Ziel 2016 erreicht – Herbstfachtagung und Fachworkshops wurden durchgeführt (1.2.2.5.1)**

#### Ziel: Diagnostische Begleitung der Projekte

- ➔ 80% der betreuten Athletinnen werden prozessdiagnostisch begleitet;
  - ✓ **Ziel 2016 erreicht – mit 261 Testungen wurden über 91% prozessdiagnostisch begleitet**
- ➔ Optimierung der psychischen Teilprozesse der sportlichen Leistung. AthletInnen können in ausgewählten mentalen Kompetenzen ihre Leistungsfähigkeit signifikant steigern;
  - ✓ **Ziel 2016 erreicht – (1.2.2.1)**
- ➔ 80% der AthletInnen verbessern ihr Trainings- bzw. Wettkampfverhalten subjektiv;
  - ✓ **Ziel 2016 erreicht – (1.2.2.4)**
- ➔ 80% der AthletInnen / TrainerInnen sind mit der Zusammenarbeit der SportpsychologInnen zufrieden;
  - ✓ **Ziel 2016 erreicht – (1.2.2.4)**

#### Ziel: Öffentlichkeitsarbeit

- ➔ Homepage: Hauptamtliche MitarbeiterInnen bringen kontinuierlich einen fachlichen Input zu aktuellen Themen und Ereignissen.
  - Dies ist ein Punkt den es 2017 zu optimieren gilt.
- ➔ Tag des Sports: Das ÖBS ist am Tag des Sports präsent.
  - ✓ **Ziel 2016 erreicht – (1.2.2.5.3)**

## 1.2.2 Sportpsychologische Betreuung von SpitzenathletInnen

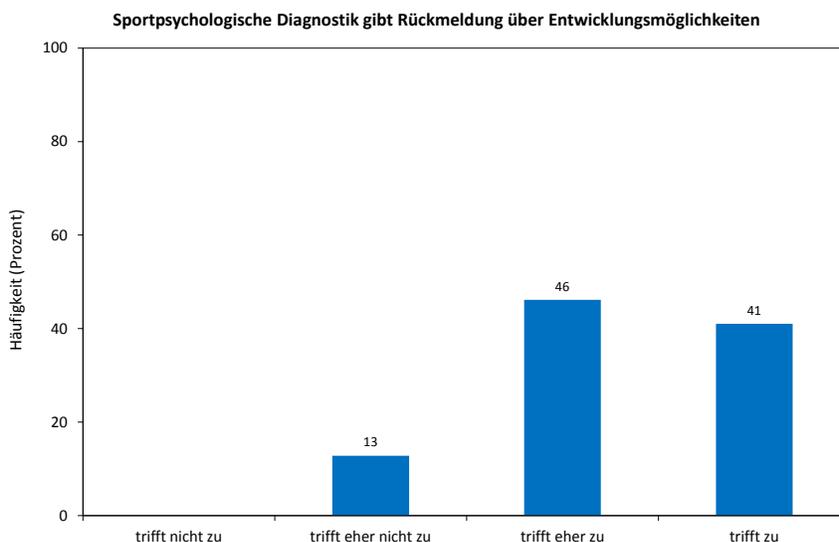
### 1.2.2.1 Begleitende Diagnostik

Die Diagnostik wird jährlich durchgeführt, sodass eine Eingangsdiagnostik, wenn das Projekt fortgesetzt wird (was in der Regel der Fall ist) zur Ausgangstestung für das vorherige Jahr wird. *Wesentlich ist die prozessbegleitende Funktion der Diagnostik.*

Im Jahr 2016 wurden an den ÖBS-Kompetenzzentren 261 begleitende Diagnostiken durchgeführt.

Kompetenzzentrum	Diagnostiken 2016
Kompetenzzentrum Wien	118
Kompetenzzentrum Salzburg	80
Kompetenzzentrum Innsbruck	63
<b>Gesamt</b>	<b>261</b>

**87% der befragten SportlerInnen sind vom Nutzen der Diagnostik für ihre leistungssportliche Entwicklung überzeugt.**



**Abbildung 2:** Nutzen der Diagnostik für die Beratung und Entwicklungsziele

### Psychologische Leistungsparameter (Objektive Diagnostik)

Im Jahr 2015 und 2016 wurden die bisher verwendeten objektiven Leistungstests durch eine umfassende Testbatterie zur Erfassung kognitiver Leistungen (exekutive Funktionen) weiter entwickelt. Insbesondere bedeutsame kognitive Leistungsparameter zur Erbringung von sportlicher Höchstleistung erfassen. Auf Basis der Testbatterie können Aussagen über folgende kognitive Bereiche getroffen werden:

- Informationsverarbeitungsgeschwindigkeit
- Inhibitions geschwindigkeit
- Inhibitionsleistung
- Arbeitsgedächtnisleistung

### Kognitive Leistungstests – erste Ergebnisse mit der neuen Leistungsdiagnostik

Im folgenden Abschnitt werden kognitive Fähigkeiten von NachwuchsportlerInnen mit jenen von TRWR-AthletInnen verglichen<sup>1</sup>. Damit wird ersichtlich, dass exekutive Funktionen, sich im Rahmen der leistungssportlichen Karriere bedeutsam entwickeln.

Da exekutive Funktionen auch gut trainierbar sind, ist dies ein wichtiger Hinweis auf die Bedeutung der Informationsverarbeitungskapazität in der sportlichen Entwicklung. Entsprechend kommt der Förderung exekutiver Funktionen durch sportpsychologisches Training künftig große Bedeutung zu.

### Arbeitsgedächtnis (N-back)

Das Arbeitsgedächtnis hat einen zentralen Stellenwert im Leistungssport. In entscheidenden Situationen können Informationen, die sich im Arbeitsgedächtnis befinden, für das Treffen von z. B. taktischen Entscheidungen herangezogen werden.

Das folgende Diagramm veranschaulicht den Unterschied zwischen Talenten in den einzelnen Nachwuchsleistungssportmodellen und TRWR-AthletInnen hinsichtlich der Leistung beim N-back Test. TRWR-AthletInnen arbeiten signifikant präziser – sie haben mehr richtige und weniger falsche Reaktionen VÖN-AthletInnen. Zudem ist

auch in diesem Test die Reaktionsgeschwindigkeit von TRWR-AthletInnen signifikant schneller.

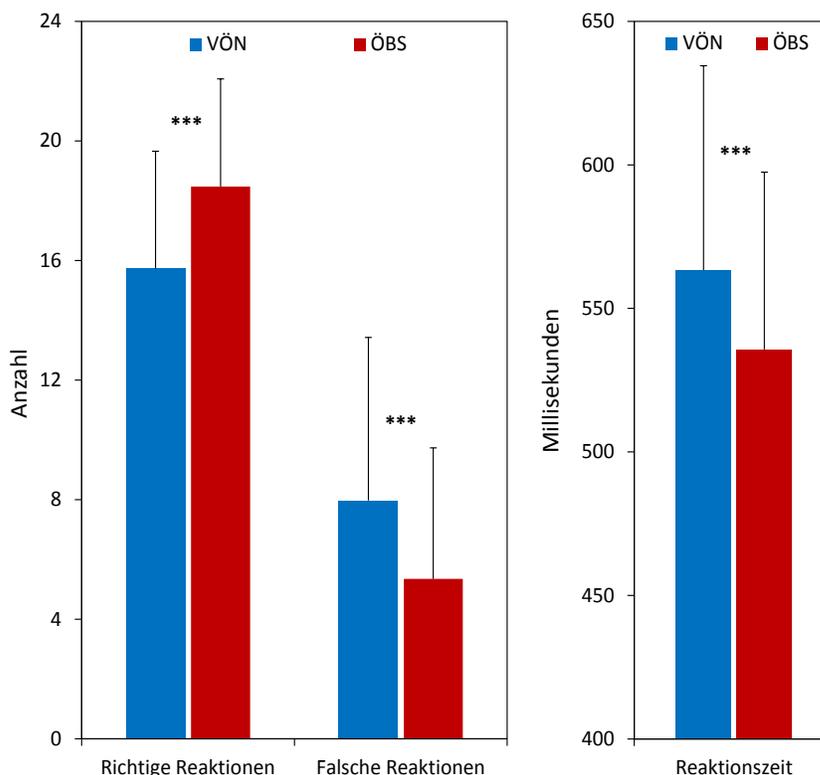
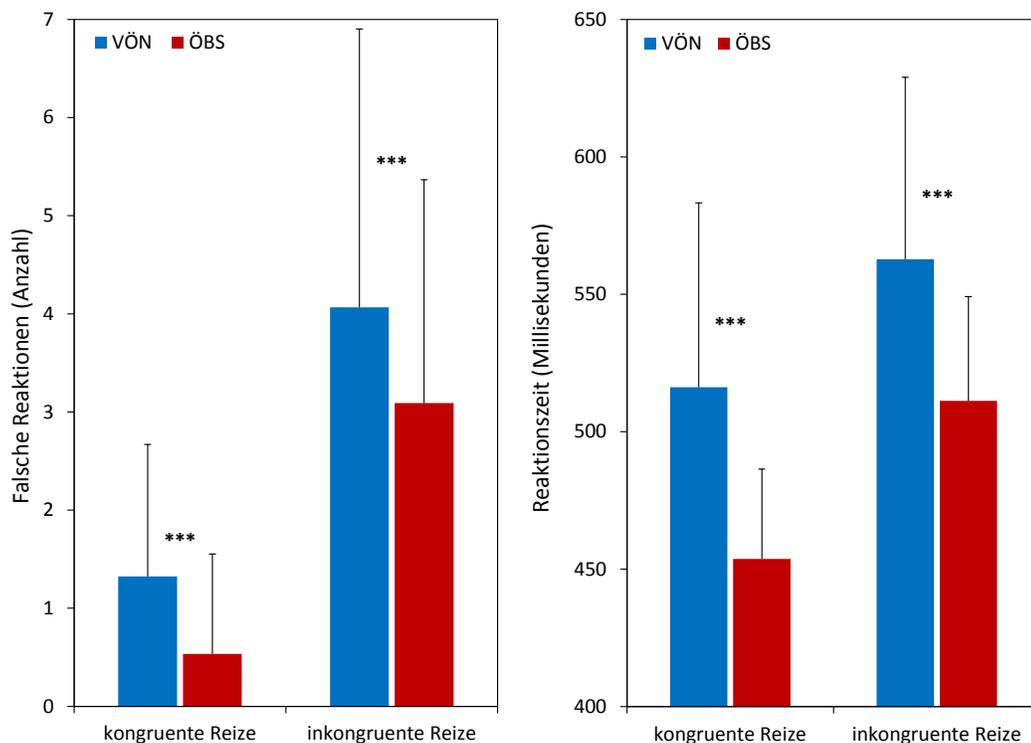


Abbildung 3: Vergleich der Testleistung beim N-back Test von Nachwuchs- und TRWR-AthletInnen.

<sup>1</sup> Zur genaueren Erklärung exekutiver Funktionen siehe Jahresbericht 2015.

### Inhibitionsleistung und Informationsverarbeitungsgeschwindigkeit (Flanker)

Die Fähigkeit schnell und richtig zu reagieren sowie irrelevante Reize effizient auszublenden (Inhibition) ist von zentraler Bedeutung im Leistungssport. Das folgende Diagramm veranschaulicht den Unterschied zwischen Talenten und TRWR-AthletInnen hinsichtlich der Leistung bei der Flanker Aufgabe. Die Effektivität des Inhibitionsprozesses ist **bei TRWR-AthletInnen deutlich höher**, da sie weniger Fehler bei inkongruenten Reizen machen. Zudem reagieren TRWR-AthletInnen auch hier etwas schneller. TRWR-AthletInnen reagieren **signifikant schneller** und arbeiten in Hinblick auf inkongruente Reize weniger fehlerhaft als VÖN-AthletInnen.



**Abbildung 4: Vergleich der Testleistung beim Flanker Test von Nachwuchs- und TRWR-AthletInnen**

Das nächste Diagramm gibt unter anderem Aufschluss über die Informationsverarbeitungsgeschwindigkeit. TRWR-AthletInnen reagieren signifikant schneller und arbeiten in Hinblick auf inkongruente Reize weniger fehlerhaft als VÖN-AthletInnen.

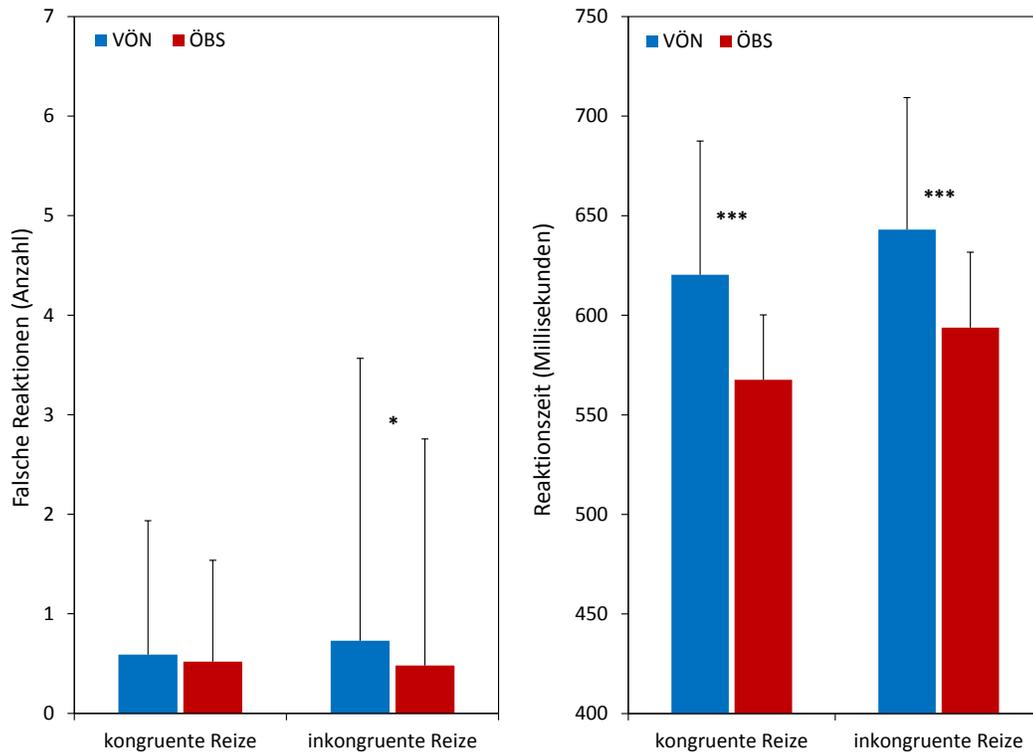


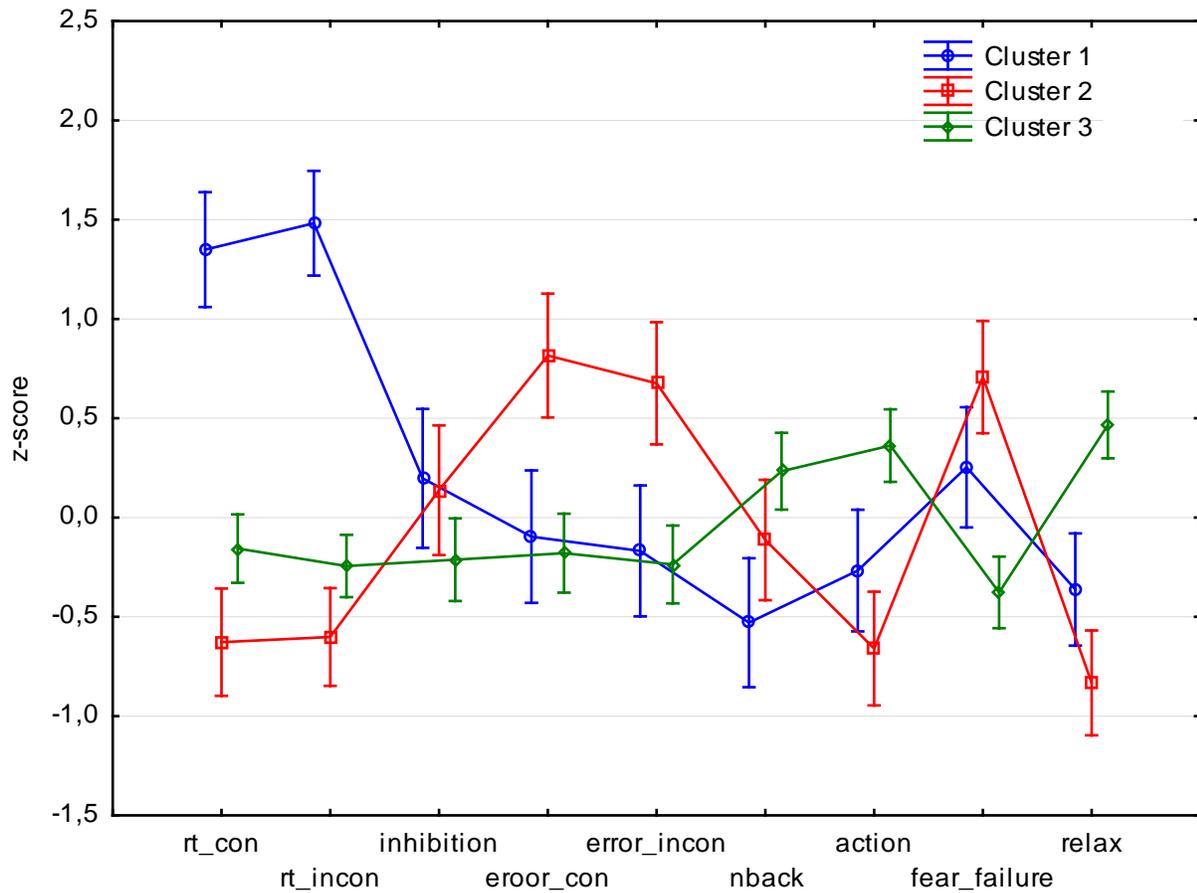
Abbildung 5: Vergleich der Testleistung beim Flanker Komplex Test von Nachwuchs- und TRWR-AthletInnen

**Erwartungsgemäß entwickelt sich die kognitive Leistungsfähigkeit von NachwuchsleistungssportlerInnen hin zu TRWR-AthletInnen höchst bedeutsam.**

Exekutive Funktionen und mentale Kompetenzen hängen spannend zusammen

Kombiniert man die Leistungsdaten mit Aspekten der mentalen Kompetenz, die SportlerInnen subjektiv einschätzen, so konnten drei wichtige Cluster herausgearbeitet werden:

- Cluster 1: SportlerInnen die Cluster eins angehören reagieren sehr schnell, haben eine lange Inhibitionszeit und machen viele Fehler, sie haben erhöhte Angst vor Misserfolg und tun sich schwer, nach Fehlern konzentriert weiter zu arbeiten. Für SportlerInnen dieser Kategorie ist es wichtig, die Aufmerksamkeit auf die Informationen zu lenken, störende Gedanken abzubauen und die Psychoregulation zu verbessern.
- Cluster 2: Diese SportlerInnen sind schnell, haben eine geringe Inhibitionszeit, beschreiben sich als wenig ängstlich und sind in der Lage, nach Fehlern wieder schnell zu fokussieren.
- Cluster 3: SportlerInnen, die diesen Cluster angehören, sind durch langsame Informationsverarbeitungsgeschwindigkeit gekennzeichnet, sie haben niedrige Werte im Arbeitsgedächtnis und wenig auffällige Werte in den mentalen Kompetenzen. Sollten SportlerInnen dieses Clusters in Sportarten mit hoher Informationsverarbeitungsbeanspruchung aktiv sein, ist es wichtig, dass sie sich umfassen mit dem Training ihrer exekutiven Funktionen auseinandersetzen, dies sowohl sportartspezifisch als auch allgemein.



**Abbildung 6: Ausgewählte exekutive Funktionen und mentale Kompetenzen im Bezug**

Abkürzungen in der Abbildung

rt\_con: Reaktionszeit auf kongruente Reize (einfache Reaktionssituation ohne „Störungen“)

rt\_incon: Reaktionszeit auf inkongruente Reize (komplexere Reaktionssituation)

inhibition: Differenz zwischen rt\_incon und rt\_con

error\_con / error\_incon: Fehler bei kongruenten und inkongruenten Reizen

nback: Arbeitsgedächtnis

action: Fähigkeit, nach Fehlern rasch wieder auf das Ziel ausgerichtet zu sein

fear\_failure: Angst vor Misserfolg

relax: Entspannungsfähigkeit

Die Testbatterie stellt somit wertvolle Informationen über kognitive Funktionen, die zusehends immer mehr in den Fokus sportpsychologischer Forschung im Leistungssport rücken. Das durch die Diagnostik gewonnene Wissen kann einerseits differentialdiagnostisch sowie prozessdiagnostisch genutzt werden. In der Praxis hat sich gezeigt, dass die neue Diagnostik sehr hilfreich für die Ableitung sportpsychologischer Maßnahmen ist.

Vor dem Hintergrund derartige Diagnosen können sowohl Trainingsmaßnahmen für exekutive Funktionen und Entscheidungsverhalten entwickelt als auch entsprechende mentale Kompetenzen trainiert werden.

Weitere Einflüsse der sportpsychologischen Betreuung konnten bestätigt werden:

**1. Im Laufe sportpsychologischer Betreuung verbessern SportlerInnen ihre Reaktions-schnelligkeit bei gleichbleibender Präzision der Reaktionen.**

**2. Sportpsychologische Betreuung über einen längeren Zeitraum führt zu einer positiven Entwicklung der Entspannungskompetenz, die wiederum Voraussetzung für optimale Aufmerksamkeit ist.**

**3. Eine längerfristige sportpsychologische Betreuung führt zu einer positiven Entwicklung wesentlicher mentaler Kompetenzen von SportlerInnen.**

### 1.2.2.2 Erstellen von Konzepten und Zielvereinbarungen

Im Folgenden wird dargestellt, wie beispielhaft Projektkonzepte entwickelt werden.

Jedes einzelne sportpsychologische Maßnahmenpaket wird immer in Kooperation mit den Bundesfachverbänden und den betreuenden ÖBS-SportpsychologInnen geschnürt. Zugleich ist das ÖBS eine fachliche Koordinations- und Informationsstelle für TRWR, bringt die konzipierten Projekte in Abstimmung mit den Förderrichtlinien und stellt sicher, dass Fördermittel verantwortungsvoll eingesetzt werden.

Nach Genehmigung der Fördermittel koordiniert das ÖBS die Abwicklung der Projekte durch qualifizierte SportpsychologInnen und Mentalcoachs.

Die sportpsychologischen Projekte werden von Beginn an diagnostisch begleitet:

Die sportpsychologische Individualdiagnostik der AthletInnen ermöglicht Aussagen über die aktuelle Ausprägung zentraler Indikatoren der sportlichen Leistungserbringung. Darauf aufbauend das Aufzeigen konkreter Möglichkeiten der sportpsychologischen Leistungsoptimierung sowie bei mehrmaliger Testungen die Evaluation der in einem definierten Zeitrahmen durchgeführten Maßnahmen bzw. Interventionen für SportlerInnen, TrainerInnen und SportpsychologInnen.

Die Ergebnisse der Individualdiagnostik werden mit den AthletenInnen besprochen und werden in den BFVkonzepten (Interventionsplanung bzw. – durchführung) eingearbeitet.

Jede/r Sportpsychologe/in bzw. Mentalcoach muss vor Beginn ihrer/seiner Arbeit ein standardisiertes und vom ÖBS ausgearbeitetes Projektkonzept vorlegen. Dieses beinhaltet Fragen zum Thema Zielvereinbarung, Maßnahmen und Jahresplanung:

- Welche konkreten Ziele möchte/n der/die Betreute/n durch die Inanspruchnahme der Betreuung erreichen? Führen sie entsprechende Zielindikatoren an?
- Welche sportlichen Ziele hat/haben die/die Betreuten im kommenden Betreuungsjahr?
- Welche Themen sind aus heutiger Sicht für den geplanten Beratungsprozess relevant?
- Wie sieht die konkrete Jahresplanung des sportpsychologischen Projektes aus? (Aufstellung der geplanten Trainingslager, Turniere, Wettkämpfe, Betreuungseinheiten, - tage)

Nach Abschluss eines Projektes legt die betreuende SportpsychologIn bzw. Mentalcoach Bericht ab. Im Projektbericht, der ebenfalls standardisiert ist, wird der Betreuungsprozess evaluiert und enthält auch Fragen nach getroffenen Zielvereinbarungen:

- Wie viele Beratungsstunden haben Sie durchgeführt?
- Wie viele Tage Trainings- und Wettkampfbetreuung haben Sie durchgeführt?
- Wie hoch war der Stellenwert der Diagnostik-Ergebnisse für die Umsetzung der Beratung/Betreuung?
- Genaue Darstellung der Interventionsmaßnahmen?
- Wurden die Maßnahmen/das Projekt wie geplant umgesetzt oder waren Änderungen erforderlich? Wie lassen sich diese begründen?
- Geben sie einen Überblick über die erreichten Ziele (inkl. Zieleerreichungsindikatoren)!

Zusätzlich zu den Konzepten, Berichten der ProjektpsychologInnen werden Feedbacks (standardisierte Feedbackfragebogen) von den betreuten SportlerInnen und TrainerInnen eingeholt. Somit werden alle am Prozess beteiligten Personen einer Evaluation unterzogen, die dazu beiträgt, die Qualität in den Projekten zu kontrollieren und zu sichern.

**Verbandskonzept - ein Beispiel:**

Projektablauf:

1. Schritt: Bedarfserhebung
2. Schritt: Schaffen der Compliance auf Funktionärs- und Trainerebene
3. Schritt: Schaffen der Compliance der Athleten/innen
4. Schritt: Trainings- und Wettkampfbeobachtungen
5. Schritt: sportpsychologische Testung der Sportler/innen

<b>ÖBS-Diagnostik</b>		
<p style="text-align: center;"><b>FEMKES-</b></p> <p>Fragebogen zur Erfassung mentaler Kompetenzen und Einstellungen im Sport</p>	<p style="text-align: center;"><b>Wahlreaktionstest- Determinationstest (DT)</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Test der exekutiven Funktionen</b></p> <p>(Flanker, n-back), incl. Biofeedbackmessung</p>

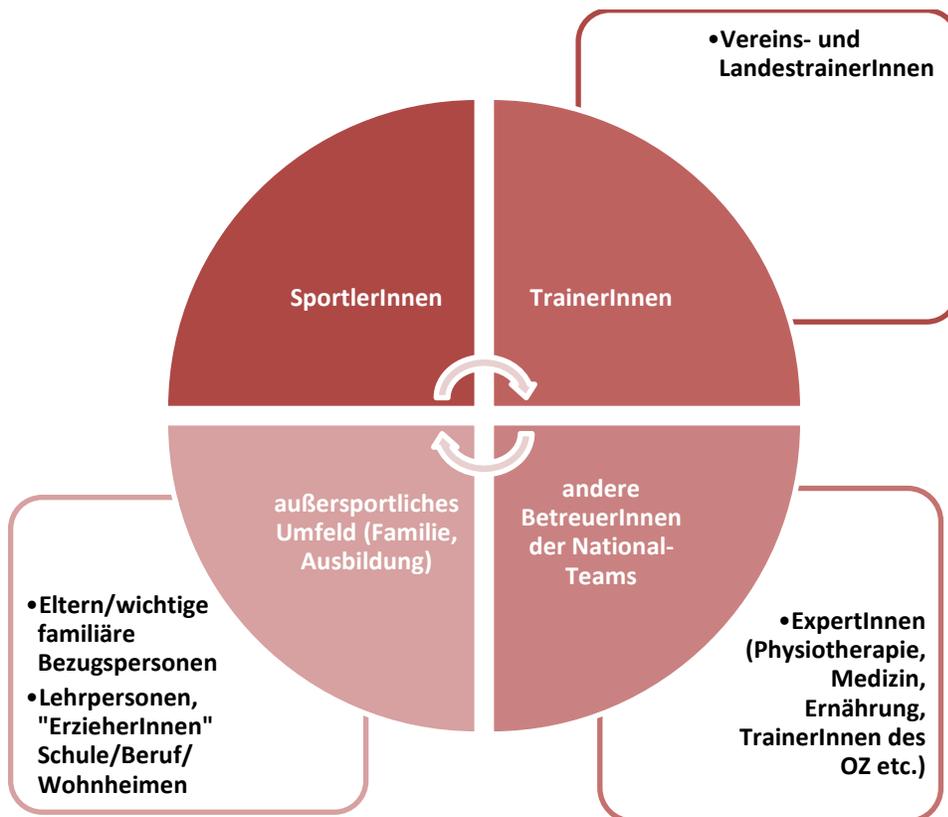
6. Schritt: Auswertung der Testergebnisse und Besprechung mit den Sportler/innen

7. Schritt: Erarbeiten der Interventionsmaßnahmen aufgrund der Testergebnisse, Gespräche mit Athleten/innen, Trainer/innen
8. Schritt: TRWR- Konzeptantrag, Einbindung der Sportpsychologen/innen
9. Schritt: Umsetzung : Betreuung der Sportler/innen, Betreuung der Coaches usw.
10. Schritt: Erarbeiten eines „Mentalen Kompetenzkatalogs“ für Sportler/innen
11. Evaluierung der Projekte in Hinblick auf die Zielvereinbarung: Diagnostik, ÖBS-Feedbackfragebogen für Sportler/innen und Trainer/innen, Berichterlegung der Sportpsychologen/innen bzw. Mentalcoachs, Interventionen und Supervisionen für die Sportpsychologen/innen

Mit dem Verbandsprojekt sollen Voraussetzungen für die Sportler/innen geschaffen werden, welche eine optimale Entwicklung auf folgenden Ebenen ermöglichen: Sport, Schule/Beruf, Persönlichkeitsentwicklung

Das Ziel ist, Sportler/innen auszubilden/zu begleiten, die den Sport langfristig auf höchsten internationalem Niveau (Jugend und Erwachsenenbereich) betreiben und dabei ihre Persönlichkeitsentwicklung um das Spektrum Leistungssport positiv erweitern können.

**Die systematische, langfristige und nachhaltige Betreuung im Bundes-Fachverband umfasst folgende Bereiche:**



**Und wird wie folgt finanziert:**

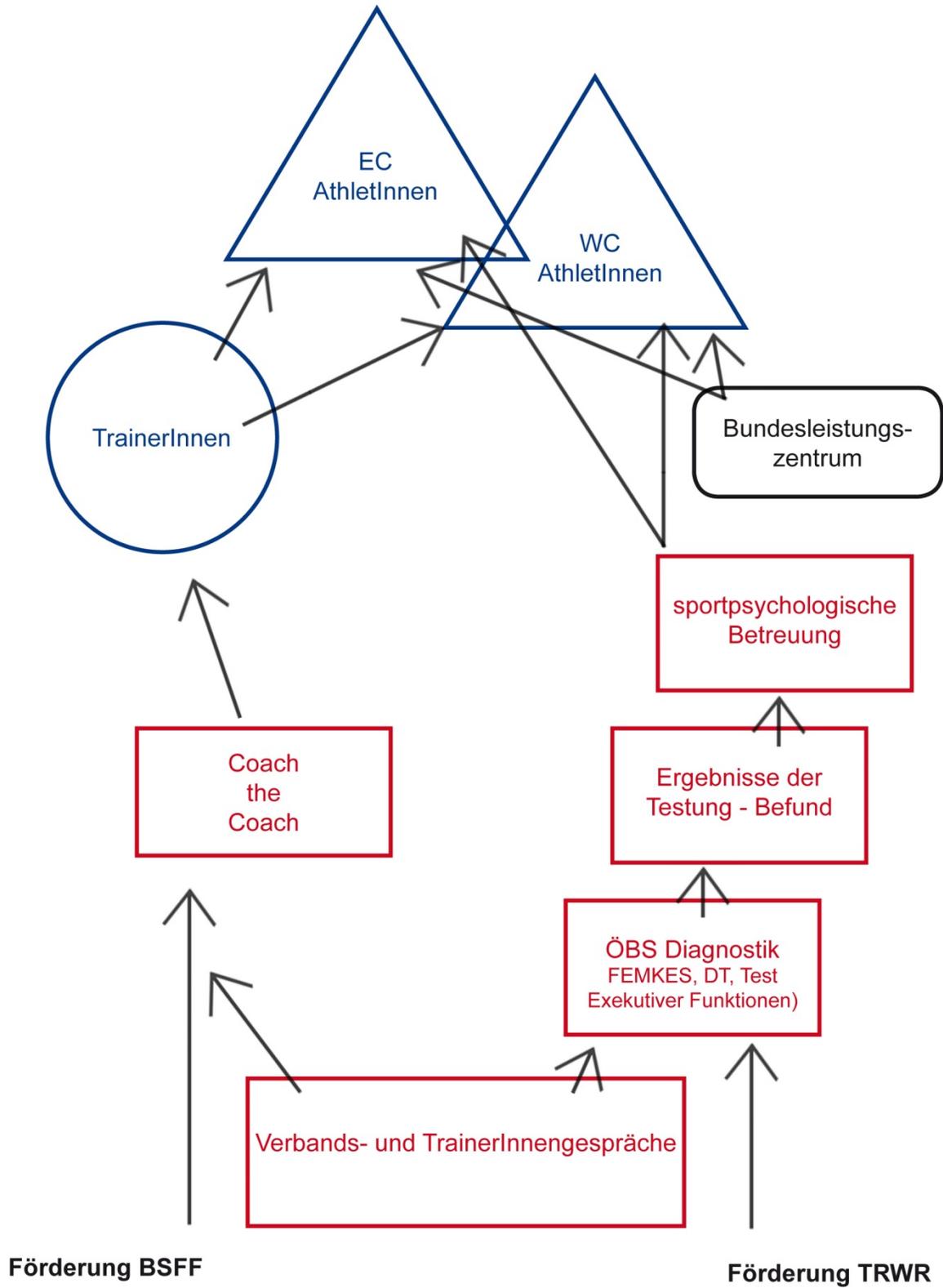
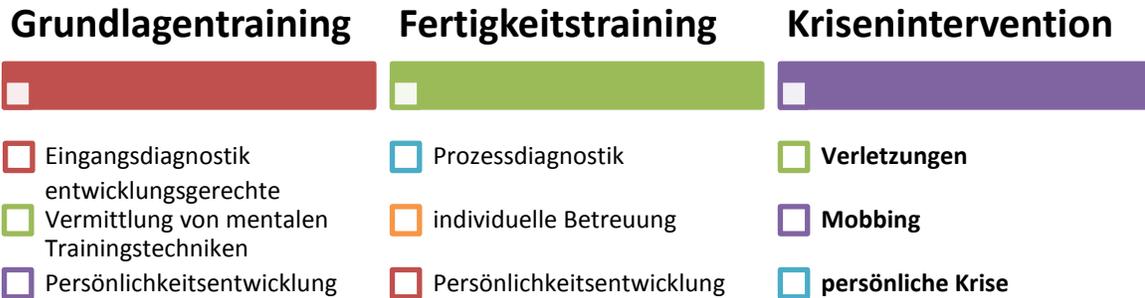


Abbildung 7: Überblick zum Zusammenspiel von BSFF und TRWR Förderung im Rahmen einer Verbandsbetreuung am Beispiel Sportklettern.

**Modell sportpsychologischer Betreuung - Nachwuchs**



**Modell sportpsychologischer Betreuung im Spitzensport (Erwachsene):**



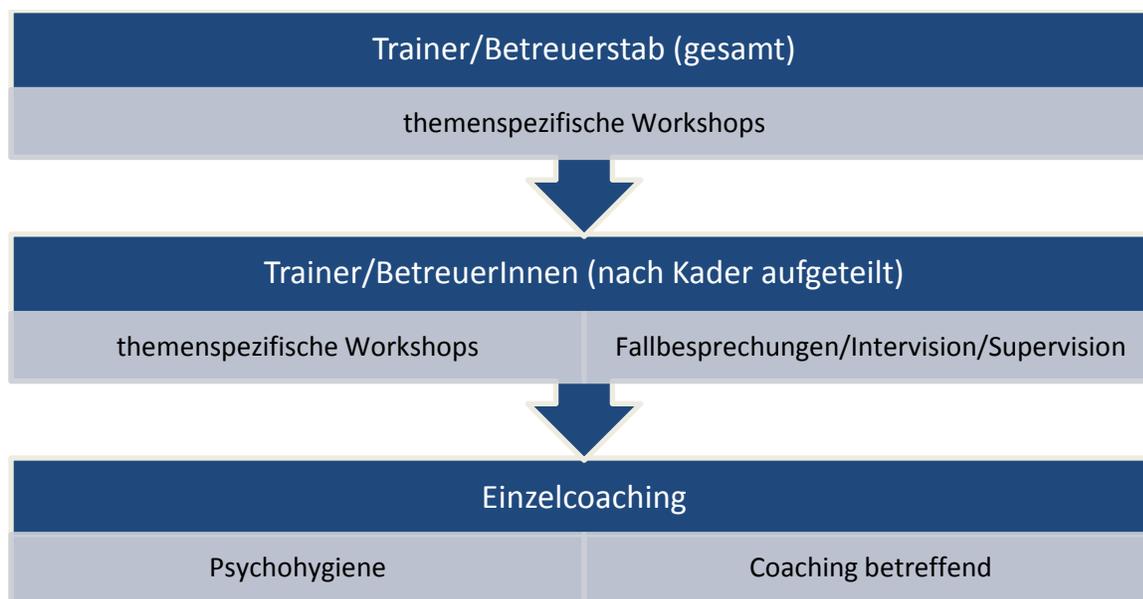
**Coach the Coach**

Damit die Einzelbetreuung der Sportler/innen bestmöglich greift und der Trainings- und Wettkampfprozess optimiert werden kann, soll das Coaching der Trainer/innen und Betreuer/innen in den diversen Kader installiert werden. Denn eine gut abgestimmte und transparente Zusammenarbeit zwischen den Athleten/innen, Trainern/innen, Betreuer/innen, Experten/innen und Psychologen/innen erhöht die inhaltliche Qualität der sportpsychologischen Beratung.

**Ziele** des Coachings sind der Verständnisaufbau durch Wissensvermittlung, die handlungsorientierte Anwendung des Wissens in praxisnahen und herausfordernden Aufgaben und die Reflexion.

Dazu wird in unterschiedlichen Settings (Einzelcoaching der Trainer, Coaching in Kleingruppen, Coaching von Trainer plus Athlet/in sowie Begleitung während eines Trainingslager und einer Wettkampfwochen) an den verschiedensten Themen (s. u.) gearbeitet.

Diese Maßnahme ist ganzjährig und langfristig ausgerichtet



### 1.2.2.3 Betreuung der SpitzenathletInnen im Rahmen der geförderten Projekte

#### *Kenndaten der betreuten Projekte*

Im Jahr 2016 wurden sportpsychologische Projekte durch Mittel des TRWR, BSFF, Hope und Rio16 mit einer Gesamtsumme von Euro 256.590,-- gefördert. Insgesamt konnten SportlerInnen und Coaches aus 34 Verbänden unterstützt werden. Die Förderungssumme wurde auf 140 Projekte aufgeteilt. Aufgrund unterschiedlicher dynamischer Entwicklungen im Sport (Verletzung, Umstrukturierungen im Verband, Trainerwechsel, Karriereende, Karenz, ...) wurden 11 Projekte nicht gestartet. Somit wurden 93 % der geplanten Projekte durchgeführt. In Kooperation mit dem VÖN wurden zusätzlich Mittel für die Diagnostik der Talente und Durchführung der Modulsysteme in den einzelnen Nachwuchskompetenzzentren gefördert. Hierfür wurden 2016 vom Ministerium € 92.000.- gefördert. **Somit wurden sportpsychologische Maßnahmen 2016 mit einer Gesamtfördersumme von € 348.590. — unterstützt.**

Kosten der durchgeführten Projekte nach Fördergruppen			
	€	%	Anz.
<b>BSFF</b>	98.802	28	51
<b>RIO</b>	53.664	15,5	15
<b>HOPE</b>	8.208	2,5	8
<b>TRWR</b>	95.916	27,5	66
<b>VÖN</b>	92.000	26,5	
<b>Gesamt</b>	<b>348.590</b>	<b>100</b>	<b>140</b>

Tabelle 7: Budgetverteilung in den durchgeführten Projekten 2016

Anz	Verbände	Summe in € durchgeführt
1	Badminton	8688
2	Behindertensport	4968
3	Bogensport	3400
4	Bob/Skeleton	3900
5	Eishockey	6.000
6	Eiskunstlauf	3.204
7	Eisschnelllauf	1404
8	Faustball	9000
9	Frisbee	1548
10	Flag Football	3.948
11	Gehörlosen	720
12	Jiu-Jitsu	2628
13	Judo	2.016
14	Karate	1.650
15	Kanu	2.700
16	Kickboxen	3024
17	Leichtathletik	1728
18	Moderner Fünfkampf	2.100

Anz	Verbände	Summe in € durchgeführt
19	Pferdesport	12480
20	Radsport	3528
21	Ringern	9372
22	Rodeln	2472
23	Schießen	6528
24	Schach	2088
25	Schwimmen	4632
26	Segeln	43.032
27	Skiverband-ÖSV	57.990
28	Sportschießen	2.004
29	Tennis	6744
30	Tischtennis	2160
31	Triathlon	6096
32	Turnen	5508
33	Volleyball/Beach	20190
34	Wettklettern	9120
	<b>GESAMTSUMME</b>	<b>256.590</b>

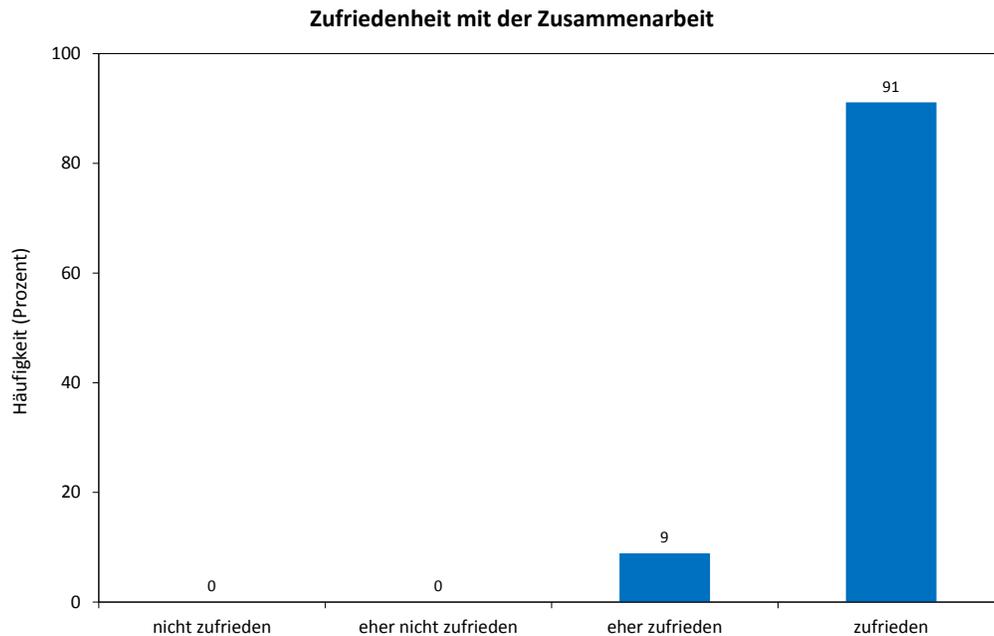
Tabelle 8: Wert der Betreuungsleistung pro Verband im Jahr 2016

#### 1.2.2.4 Qualitätssicherung der sportpsychologischen Arbeit

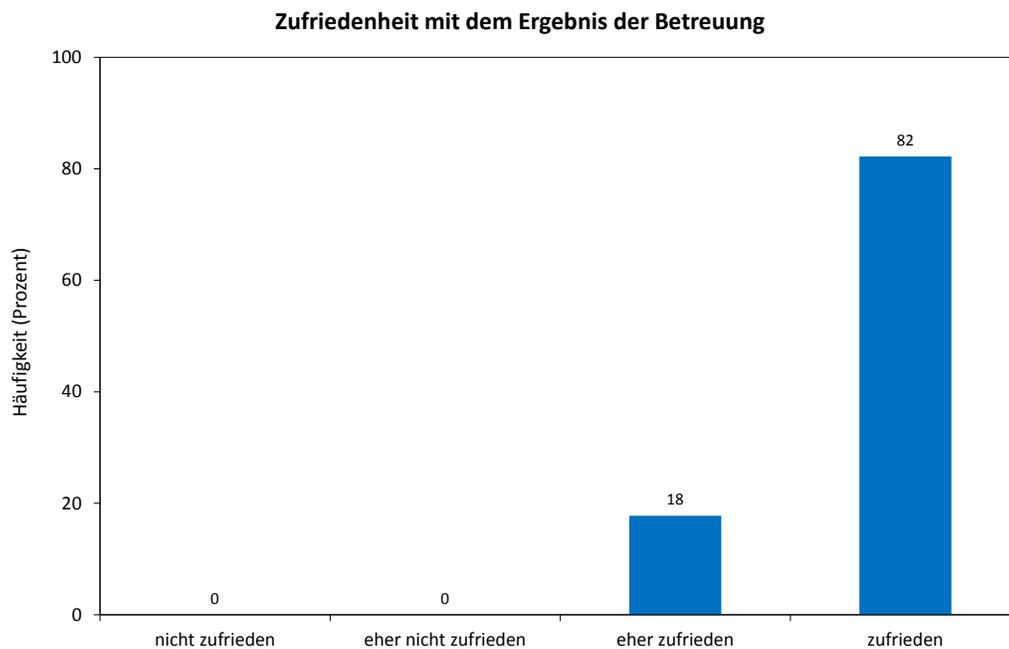
In der jährlichen, anonymisierten Evaluierung mittels Fragebögen bestätigen die SportlerInnen und TrainerInnen auch 2016 die positive Wirkung der sportpsychologischen Maßnahmen und damit die engagierte und qualitätsvolle Arbeit aller ÖBS-SportpsychologInnen und Mentalcoachs in den einzelnen Projekten.

Diese Wertschätzung der sportpsychologischen Arbeit durch SportlerInnen und TrainerInnen ist über die 10 Jahre des ÖBS ungebrochen stabil.

Der überwiegende Teil der betreuten **AthletInnen** und **TrainerInnen** bewertet die Effekte der sportpsychologischen Arbeit positiv und ist mit der Zusammenarbeit (**91%**) und mit dem Ergebnis (**82%**) zufrieden.



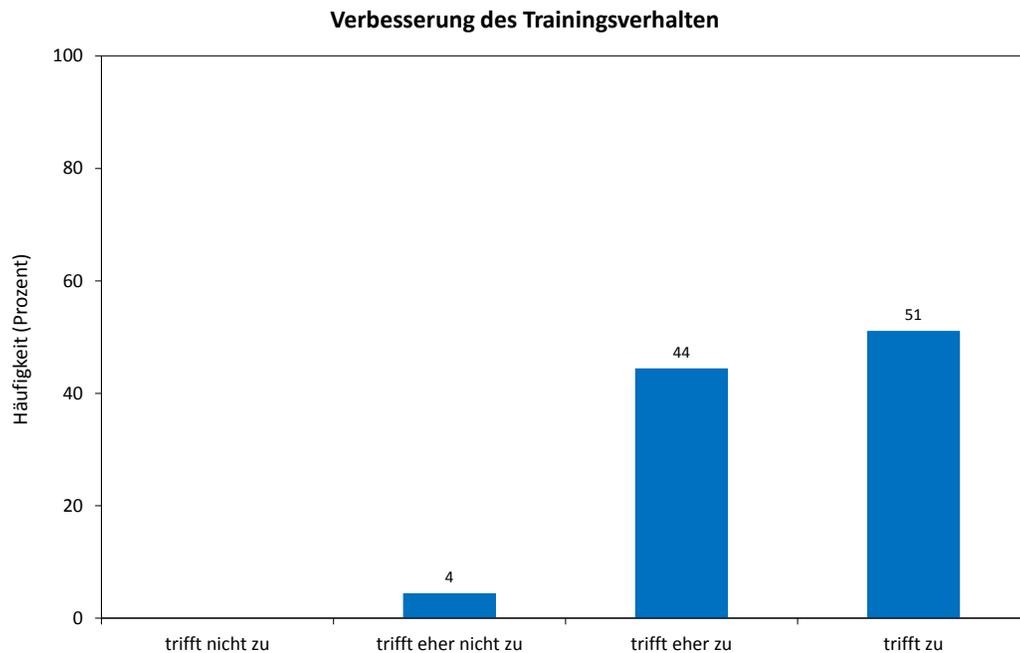
**Abbildung 8: Zufriedenheit mit der Zusammenarbeit**



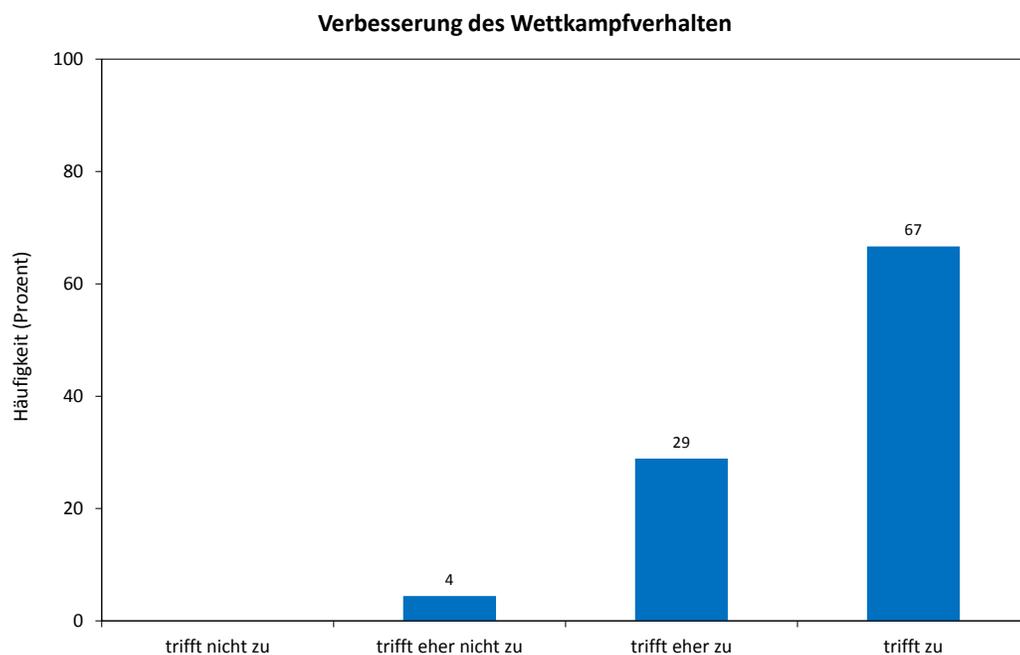
**Abbildung 9: Zufriedenheit mit dem Ergebnis**

**95 %** der betreuten AthletInnen und TrainerInnen gaben an, dass sie aufgrund der sportpsychologischen Beratung eine Verbesserung in ihrem **Trainingsverhalten**

und **96 %** in ihrem **Wettkampferhalten** wahrnehmen.



**Abbildung 10: Verbesserung des Trainingsverhaltens**



**Abbildung 11: Verbesserung des Wettkampferhaltens**

## Generelle Stellungnahmen zur sportpsychologischen Betreuung:

### SportlerInnen/TrainerInnen:

- *"Essenziell, ein Baustein von vielen , absolut erforderlich."*
- *"Für mich ist die sportpsychologische Betreuung als Athlet sehr wichtig."*
- *"Ich bin mit der Sportpsychologischen Betreuung sehr zufrieden. Ich konnte ein großes Vertrauen zu meinem Betreuer aufbauen und bin sehr dankbar, für die Möglichkeit diese Art der Betreuung zu nutzen."*
- *"Sehr gute situative Anpassung und optimal auf mich abgestimmt."*
- *"ich bin sehr dankbar das ich eine sportpsychologische Betreuung in Anspruch nehmen durfte, aus jetziger Sicht habe ich meine Probleme aus dem Weg geräumt und komme im Moment wirklich gut zurecht"*
- *"Sehr nützlich. Habe durch die sportpsychologische Unterstützung gelernt mit meinen Ängsten umzugehen und kann dadurch meine Leistungen im Wettkampf besser umsetzen."*
- *"Die sportpsychologische Betreuung hat mir geholfen, weniger verletzungsanfällig zu werden und konstante Leistungen zu bringen. Ich bin mit meiner Betreuung sehr zufrieden und habe ein sehr gutes Vertrauensverhältnis zu meiner Sportpsychologin aufbauen können. Es ist ein wesentlicher Bestandteil meines sportlichen Erfolges. "*
- *"Der Aufbau des Vertrauens braucht sehr viel Zeit, gerade bei jungen Sportlern!! Optimal wäre daher Betreuung in sehr regelmäßigen Abständen."*

### Erfolge der betreuten SportlerInnen

Sportliche Erfolge sind immer unmittelbare Leistungen der SportlerInnen. Ein optimales Umfeld, so auch sportpsychologische Beratung und Betreuung, kann diese Leistungen unterstützen, aber nicht „verursachen“.

Die kausale Verbindung von Wettkampferfolgen (und Misserfolgen) mit dem Einsatz sportpsychologischer Beratung ist ein sensibler Bereich. Welchen Anteil etwa die mentale Komponente im großen Spektrum der Leistungsfaktoren und deren Wechselwirkung hat, ist kaum präzise zu erfassen.

Die SportpsychologInnen und Mentalcoaches des ÖBS unterstützen in den einzelnen Projekten die MedaillenanwärterInnen bei Großereignissen. Die folgenden Abbildungen zeigen die Anzahl erreichten Medaillen durch AthletInnen, die 2016 sportpsychologisch vom ÖBS unterstützt wurden.

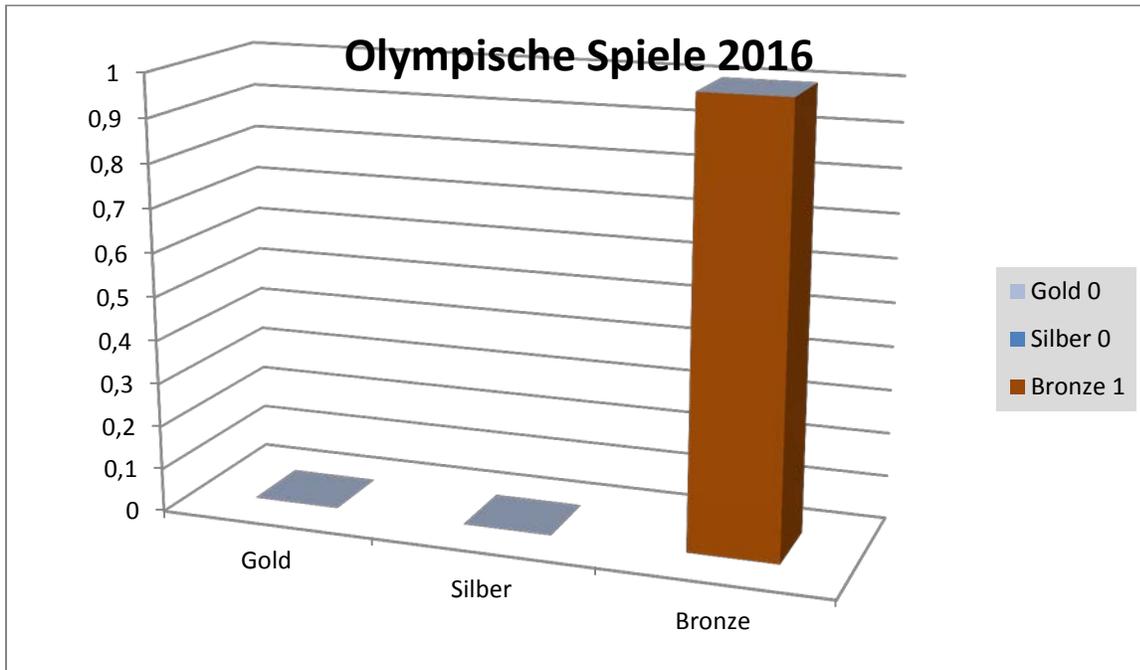


Abbildung 12: Übersicht der Erfolge der betreuten SportlerInnen - Medaillen bei Olympischen Spielen

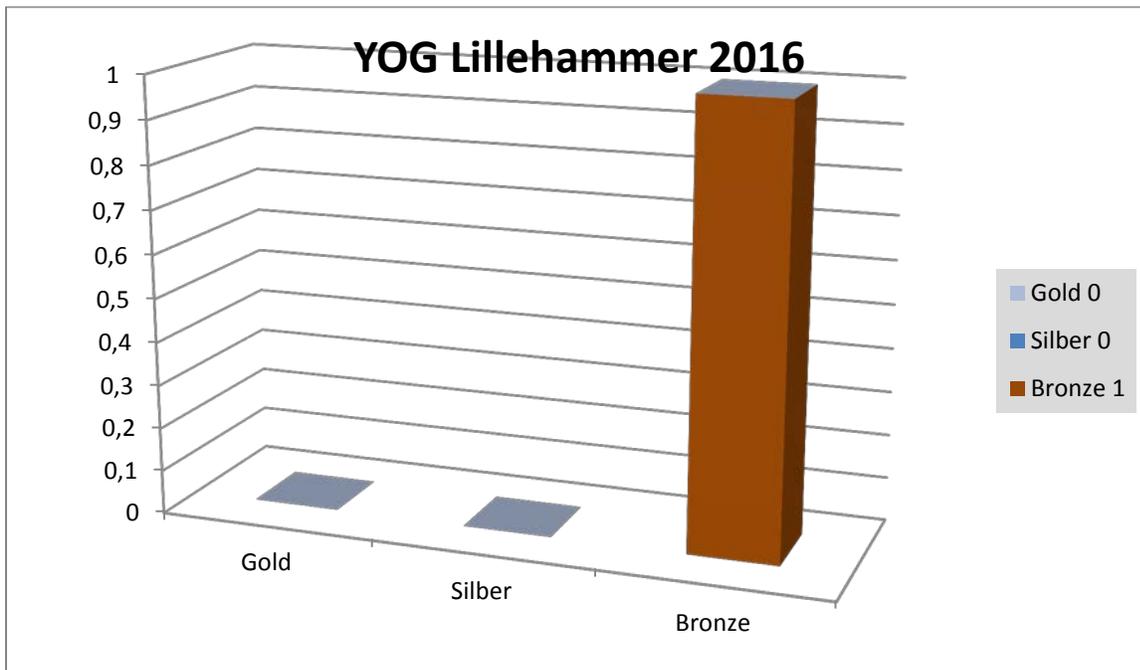


Abbildung 13: Übersicht der Erfolge der betreuten SportlerInnen - Medaillen bei Olympischen Spielen

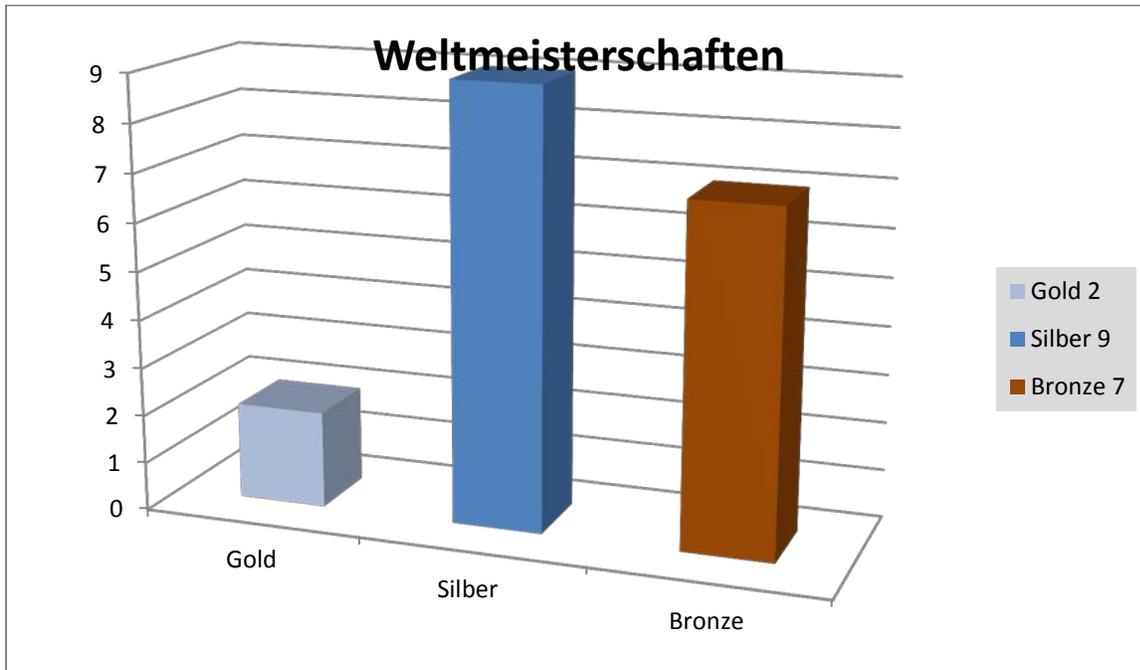


Abbildung 14: Übersicht der Erfolge der betreuten SportlerInnen - Medaillen bei Weltmeisterschaften

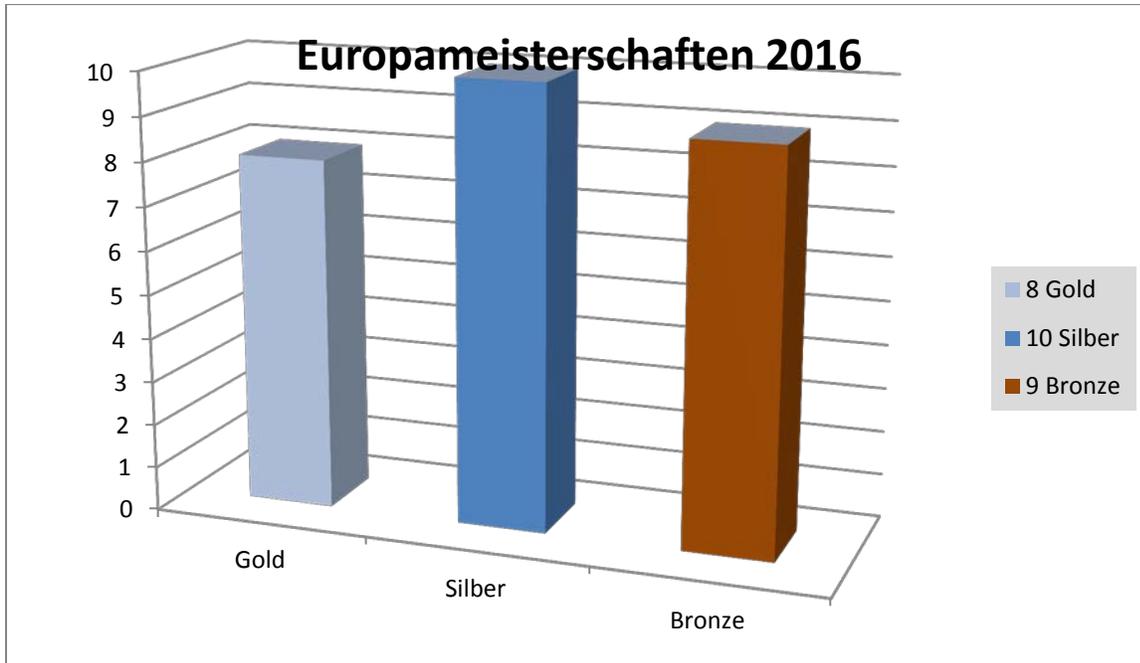


Abbildung 15: Übersicht der Erfolge der betreuten SportlerInnen - Medaillen bei Europameisterschaften

Selbstverständlich fühlt sich die Sportpsychologie verpflichtet, an der Optimierung von Leistungen mitzuwirken, aber ein gleich bedeutsames Anliegen ist es, auch für psychische und soziale Gesundheit und Sicherheit zu sorgen.

SportlerInnen und TrainerInnen darin zu unterstützen, Sport auch mit hoher Lebensqualität und mit entsprechendem Schutz vor unzumutbaren Risikofaktoren zu betreiben, ist eine ethische Verpflichtung.

### 1.2.2.5 Fachliche Information und Begleitung der sportpsychologischen Arbeit

#### 1.2.2.5.1 Fortbildungsveranstaltungen und Fachtagungen

Ziel der Fortbildungsveranstaltungen des ÖBS ist es, den SportpsychologInnen und Mentalcoaches zum Einen praxisnahe Hilfestellungen für ihre Arbeit mit den AthletInnen und TrainerInnen zu liefern, zum Anderen ihnen für ihre Arbeit wichtige Neuerungen und wissenschaftliche Erkenntnisse näher zu bringen. Dies ist einerseits durch regelmäßige Intervisionen und Supervisionen gewährleistet, andererseits auch durch zentrale Beiträge von ÖBS-Mitgliedern, die jahrelange Erfahrungen im Spitzensport haben sowie durch den Austausch mit internationalen ExpertInnen. Dem ÖBS ist es wichtig auch weiterhin auf die interne Kompetenz seiner Mitglieder zurückzugreifen und die Vernetzung innerhalb derer zu fördern.

Die Themen werden stets vor dem Hintergrund der aktuellen Entwicklungen (z.B. neue wissenschaftliche Erkenntnisse), Anforderungen (aktuelle Themen der Betreuung im Spitzensport) und Anliegen (Interessen der Mitglieder) festgelegt und gestaltet.

Laut Fördervereinbarung sind ÖBS-Fortbildungen mit internationalen ReferentInnen durchzuführen. Aufgrund der gleichbleibenden Fördersumme im Bereich Supervision/Fortbildungen konnte 2016 nur eine Fachtagung stattfinden, da die Kosten für internationale ExpertInnen dies nur ungenügend abdecken.

Das ÖBS veranstaltete 2016 eine Fachtagung im Universitäts- und Landessportzentrum Rif in Salzburg. An dieser Fortbildung trafen sich über 30 ExpertInnen aus dem Bereich Sportpsychologie und Mentalcoaching, um den fachlichen Austausch über Anwendung und Forschung in der Sportpsychologie, das Kennenlernen von FachkollegInnen und die Vernetzung von sportpsychologischem Knowhow in Österreich voranzutreiben:

ÖBS-Herbstfachtagung (19. November 2016) „Olympische Spiele und langfristige sportpsychologische Beratung“

Thematischer Ausgangspunkt der Tagung war die Implementierung und Umsetzung langfristiger sportpsychologischer Betreuungen unter der Berücksichtigung gut abgestimmter interdisziplinärer Arbeit zur Entwicklung von Spitzenleistungen. Wie können körperliche Grundlagen und Fähigkeiten in der Abstimmung mit psychologischen Zugängen entwickelt werden? Welche Maßnahmen werden getroffen, damit die Belastungen langfristig durchgehalten werden können und die Sportausübung immer noch faszinierend ist. Wie können BetreuerInnen kooperieren, um ein optimales Umfeld zu gestalten. Was sind die wesentlichen Entwicklungsschritte, die in einer Sportkarriere durchschritten werden müssen/dürfen? Wie sieht die Beratungsleistung der SportpsychologInnen konkret aus? An

welche Personengruppen richtet sich diese in welchem Umfang? Welche Rahmen- und Förderbedingungen sind dafür nötig? Dazu gab es Beiträge von Univ.-Prof. Günter Amesberger, Dr. Christian Uhl, Mag. Christina Lechner, als auch von Dr. Denise Beckmann aus Deutschland und Mag. Karin Leonhardt aus der Schweiz.

ÖBS- Fachworkshops (19. Jänner 2016 und 07. Oktober 2016) „ÖBS-Diagnostik – Exekutive Funktionen.“

Dieser interne Workshop wurde aus dem Vorjahr nochmals für ÖBS-Mitglieder in Innsbruck und Wien wiederholt. Ziel des Fachworkshops war eine gemeinsame inhaltliche und organisatorische Abstimmung für die praktische Umsetzung der ÖBS-Diagnostik und der verwendeten Tests (Flanker einfach & komplex und n-Back) zu finden und weitere Schritte für die optimale Umsetzung zu besprechen.

ÖBS-Fortbildung (15. März 2016) "Die 7 Schritte vom (Über)lebenskünstler zum gut verdienenden Sportpsychologen/Mentalcoach!" mit Axel Mitterer im Kompetenzzentrum Innsbruck

ÖBS-Fortbildung (14. Juni 2016) "Sportverletzungen" mit Wolfgang Margreiter im Kompetenzzentrum Innsbruck

BSO-TrainerInnenfortbildung (30. April 2016) „Systemische Entwicklung sportpsychologischer Kompetenzen in der Sportkarriere - Sportpsychologie vom Nachwuchssportler bis zum Spitzensportler.“

Die BSO-TrainerInnenfortbildung in Kooperation mit dem ÖBS und sportpsychologischem Schwerpunktthema fand 2016 im BSFZ Südstadt statt. Über 90 TeilnehmerInnen, allen voran diplomierte Trainer und Trainerinnen, verfolgten in den vier Fachvorträgen den Bogen von der Entwicklung mentaler Kompetenzen bei Kindern und Jugendlichen bis zu den Herausforderungen und Spezialisierungen bei ElitesportlerInnen. Neben drei langjährigen in der angewandten Sportpsychologie tätigen ÖBS-Mitgliedern (Univ.-Prof. Dr. Günter Amesberger, Dr. Markus Aufderklamm und Mag. Judith Draxler-Hutter), ergänzte auch der deutsche Kollege Dr. Thomas Kossak aus München mit seiner Spezialisierung auf Sportpsychologie bei Kindern den hochinteressanten ReferentInnenpool.

#### 1.2.2.5.2 Intervision / Supervision

Intervision zur Qualitätssicherung der sportpsychologischen Projekte

In quartalsmäßigen Abständen fanden in den Kompetenzzentren Intervisionsgruppen mit den Projekt-SportpsychologInnen und Mentalcoaches statt, in denen inhaltliche und organisatorische Themen in den von TRWR/Rio16/BSFF geförderten Projekten diskutiert und reflektiert wurden, um eine optimale Umsetzung der sportpsychologischen Projekte zu gewährleisten.

Diese qualitätssichernde Maßnahme für TRWR Projekte wird auch im Folgejahr weitergeführt.

Supervision zur Qualitätssicherung der sportpsychologischen Tätigkeit

Zur Qualitätssicherung der sportpsychologischen Arbeit in den geförderten Projekten finden für ÖBS-SportpsychologInnen regelmäßig Supervisionsstunden in Wien, Salzburg, Innsbruck und Graz statt.

Darin werden unter der Leitung erfahrener PsychologInnen aktuelle Fallbeispiele aus der Beratungstätigkeit der SportpsychologInnen diskutiert und erweiterte Lösungsvorschläge erarbeitet.

### 1.2.2.5.3 Öffentlichkeitsarbeit

#### Tag des Sports

Am 24.09.2016 fand der Tag des Sports 2016 erstmalig im Wiener Prater statt und durfte bei seiner Premiere knapp 300.000 Besucher begrüßen. Auch das ÖBS war wiederholt auf Einladung des Sportministeriums vor Ort, um die Leistungen der Sportpsychologie einer breiten Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Es wurde jongliert, über mentale Herausforderungen im Sport philosophiert und auf Ausbildungsmöglichkeiten hingewiesen. Ein großer Schwerpunkt lag auch in der Vernetzung mit den Verantwortlichen aus den Bundesfachverbänden, mit welchen wir schon jahrelange Kooperationen in der Sportpsychologie führen.

#### VÖN Fachtagung

Am 15.11 – 16.11.2016 veranstaltete das Raiffeisen Salzburger Schul-Sport-Modell in Kooperation mit dem Verband Österreichischer Nachwuchsleistungssportmodelle VÖN das 10. Internationale Symposium- Nachwuchsleistungssportmodelle zum Thema „Talentförderung - Sensible Phasen auf dem Weg zur Weltspitze“.

Fachleute aus dem In- und Ausland beleuchteten aus unterschiedlichen Blickwinkeln (Medizin, Sportpsychologie- und –wissenschaft, Pädagogik) die Entwicklungsmöglichkeiten vom sportlichen Talent zur Weltklasse.

Insbesondere die Übergänge, die sogenannten „sensible Phasen“, in der Entwicklung eines jungen Menschen wurden in den unterschiedlichsten Referaten in den Mittelpunkt gerückt und sorgten für angeregte und anregende Diskussionen.

#### Kooperation mit der asp und sasp

Im Rahmen der 48. asp-Jahrestagung in Münster (Deutschland) am 5. Mai 2016 wurde in der asp-Mitgliederversammlung der Kooperationsvertrag zwischen dem ÖBS und der Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie in Deutschland (asp) sowie der Swiss Association of Sport Psychology (sasp) unterzeichnet. Die Kooperation zwischen diesen drei Ländern regelt unter anderem die gemeinsame Ausrichtung der asp-Fachtagungen, vergünstigte Kongressgebühren für die jeweiligen Mitglieder, eine Öffnung von asp und sasp Fortbildungs- und Weiterbildungsveranstaltungen für ÖBS-Mitglieder und umgekehrt, sowie ein Sitz als beratendes Mitglied mit Gaststatus im asp Ausbildungsbeirat.

Diese fachliche Zusammenarbeit soll eine Stärkung, Professionalisierung und Ausdifferenzierung der Sportpsychologie schaffen. Ziel ist eine starke Präsenz der deutschsprachigen Sportpsychologie im internationalen Raum und eine Stärkung der Sportpsychologie, um die unterschiedlichen gesellschaftlichen Aufgaben in den Feldern Leistung, Gesundheit, Therapie und Soziales.

#### ÖBS-Website

Die ÖBS-Website [www.sportpsychologie.at](http://www.sportpsychologie.at) dient allen Mitgliedern, SportlerInnen, TrainerInnen, FunktionärInnen und an Sportpsychologie Interessierten als Informations- und Kontaktmedium. Jedes ÖBS-Mitglied hat Zugangsdaten zum internen Bereich, in dem sich die SportpsychologInnen und Mental Coaches untereinander austauschen können und von dem sie personalisierte Zugänge zur Berichterlegung und Erstellung der Honorarnote haben. Die Website bietet auch aktuelle Vorschläge für Veranstaltungen wie Tagungen und Kongresse, die wir für die ÖBS-Mitglieder als interessant erachten und berichtet regelmäßig über besuchte Veranstaltungen.

**Mitgliederausendungen**

2016 wurden drei Mitgliederausendungen an sämtliche ÖBS-Mitglieder und drei Mitgliederausendungen ausschließlich an die ProjektpsychologInnen bzw. Mental Coaches betreffend der TRWR-/Rio16-/BSFF-Projekte online versandt.

Die Inhalte der allgemeinen Mitgliederausendungen umfassten Informationen zu Kooperationen des ÖBS (asp, VÖN, ÖOC), Berichte von Fortbildungen und Kongressen, Neuigkeiten aus den Kompetenzzentren, Neuigkeiten von den Mitgliedern, allgemeine Informationen zur Abwicklung sportpsychologischer Projekte, Vernetzungstermine an den Kompetenzzentren und externe Veranstaltungshinweise aus der internationalen Sportpsychologie.

**1.2.2.6. Krisenintervention**

**Krisenintervention** für SpitzensportlerInnen und TrainerInnen in akuten Anlassfällen

Krisen sind Situationen in denen Menschen so in Not geraten, dass eine selbstgesteuerte Lösung nicht mehr möglich erscheint. Im Sport stellen Krisensituationen aufgrund hoher sozio-emotionaler und körperlicher Belastungen kritische Faktoren dar, deren professionelle Begleitung von zentraler Bedeutung ist. Bei nicht rechtzeitigem Eingreifen kann es zu fatalen psychischen und physischen Folgen kommen.

Die ÖBS MitarbeiterInnen sind Anlaufstelle für Krisenfälle und ermöglichen ein schnelles und flexibles Eingreifen in Krisensituationen. Von besonderer Bedeutung für die Intervention ist die Kenntnis des Krisenanslasses in seiner jeweiligen subjektiven Bedeutung, also in der Berücksichtigung des persönlichen Stellenwerts der bzw. des Betroffenen. Deshalb ist die Feldkompetenz im Bereich Leistungssport eine wichtige Voraussetzung. Das ÖBS ist auch mit weiteren Anlaufstellen wie FachexpertInnen und Institutionen für spezifische Krisen vernetzt und kann im Bedarfsfall geeignet weiter vermitteln.

In folgender Tabelle 8 ist der Aufwand für Krisenintervention dargestellt:

**Tabelle 9: Übersicht und Zuordnung des Aufwandes für Krisenintervention**

<b>Wien</b>		
Einheiten	AthletInnen	TrainerInnen
32,5	7	3
<b>Salzburg</b>		
Einheiten	AthletInnen	TrainerInnen
32,5	14	0
<b>Innsbruck</b>		
Einheiten	AthletInnen	TrainerInnen
21	7	1

### 1.2.3 Qualitätssicherung im Nachwuchsleistungssport

#### 1.2.3.1 Entwicklung und Begleitung sportpsychologischer Maßnahmen im österreichischen Nachwuchsleistungssport

##### Entwicklung mentaler Kompetenzen

Durch die Kooperation mit dem Verband Österreichischer Nachwuchsleistungssportmodelle (VÖN; [www.nachwuchsleistungssport.at](http://www.nachwuchsleistungssport.at)) und mit Unterstützung des Sportministeriums erhalten heimische Talente das mentale Basisrüstzeug für die Bewältigung sportlicher Herausforderungen.

Das ÖBS konzipiert und entwickelt dabei Qualitätsstandards für die Betreuung an Nachwuchsleistungssportmodellen und ÖBS-SportpsychologInnen sorgen für die qualifizierte Implementierung in den Schulen. Ein modulares System gewährt eine strukturierte, durchgängige und qualitativ hochwertige, langfristige Ausbildung über alle Schulstufen. Inhaltlich wird den Talenten theoretisches Basiswissen und ein anwendungsorientiertes Handwerkszeug vermittelt, das Ihnen helfen soll, die mentalen Herausforderungen auf dem Weg zur sportlichen Spitze zu bewältigen.

Das entwickelte modulare System besteht aus 8 Modulen, deren Inhalte in jeweils 5 Einheiten unterrichtet werden.

Im Jahr 2016 nahmen österreichweit mehr als 1593 Talente an den einzelnen Modulen dieses standardisierten Systems teil.

**Tabelle 10: Übersicht der Talente, die an dem Modulsystem teilgenommen haben nach Bundesländern**

Bundesland	Talente
Burgenland	71
Kärnten	166
Niederösterreich	216
Oberösterreich	293
Salzburg	282
Steiermark	160
Tirol	273
Vorarlberg	72
Wien	60
<b>GESAMT</b>	<b>1593</b>

##### „VÖN“-Diagnostik

Ein weiterer wesentlicher Punkt in der Kooperation mit dem VÖN ist die Weiterentwicklung des Diagnostiksystems. Ziel ist es, eine ökonomische und flächendeckende Diagnostik im Leistungssport zu implementieren und die einzelnen Tools und Fragebogen, die in den Nachwuchsleistungszentren eingesetzt werden, zu standardisieren und zu vereinheitlichen.

Das Österreichischen Bundesnetzwerks Sportpsychologie (ÖBS) hat in Kooperation mit dem IFFB Sport- und Bewegungswissenschaft der Universität Salzburg sowie in Abstimmung mit dem Verband der Österreichischen Nachwuchsleistungssportmodelle (VÖN) und dem Sportministerium eine standardisierte Diagnostik für den Nachwuchsleistungssport entwickelt. Die Diagnostik beruht auf den neuesten Erkenntnissen der Gehirnforschung und der damit verbundenen Fähigkeiten (Executive Funktionen). Dies stellt sowohl inhaltlich als auch was die neu entwickelte Software betrifft, eine europaweit einzigartige Erfassung sportpsychologischer Kompetenzen dar.

**Dieses Projekt stellt seitens des ÖBS und der Universität Salzburg einen sehr großen Aufwand dar**, mit dem Ziel eine zeitlich und finanziell sehr ökonomische, praktisch gut nutzbare sowie wissenschaftlich hochwertige Diagnostik zu implementieren.

In der Implementierungsphase im Jahr 2016 wurde die Diagnostik an Nachwuchsleistungssportmodellen (Mitglieder des VÖN) ein- und durchgeführt.

Im Jahr 2016 haben **407 Talente** die sportpsychologische Diagnostik absolviert.

Das ÖBS ist Kooperationspartner des VÖN und zeichnet für die Abwicklung der „VÖN“-Diagnostik in folgenden Punkten verantwortlich

1. Es stellt eine Information für den Ablauf der Diagnostik
2. Es koordiniert auf Anfrage die Durchführung der Diagnostik in Absprache mit einer Kontaktperson des NKZ.
3. Es informiert die Sportpsychologen sowie die Kontaktperson des Nachwuchskompetenzzentrums bei Bedarf/Anfrage über die neue Diagnostik (Fortbildungen, Einschulungen, Beantwortung von Fragen).
4. Es berät zur Nutzung der Diagnostik auf Anfrage.
5. Es führt die Diagnostik vor Ort durch.
6. Es liefert die Ergebnisse in Form von pdf-Dateien.

## Übersicht der Nachwuchskompetenzzentren und Nachwuchsleistungssportmodelle

Die angeführten Nachwuchsleistungssportmodelle entsprechen den Kriterien des Sportministeriums im Rahmen des „Interaktionsmodells Nachwuchsleistungssport in Österreich“ und sind Mitglieder des VÖN.

**Tabelle 11: ÖBS-SportpsychologInnen an den Nachwuchsleistungssportmodellen die einzelnen Module unterrichten und Anzahl unterrichteten und der getesteten Talente**

Fördervereine	NWLSM	ORG für Leistungssport	HAS / HAK integriert	NWKZ	ÖBS-SportpsychologIn	Modulsystem	Anz. der Talente	Diagnostik	Getestete Talente
Raiffeisen SSM – Salzburger Schul-Sport- Modell	Nachwuchsleistungssportmodell <b>Salzburg</b>	1. ORG Akademiestr. 2. ORG CD-Gymnasium	1. LHAS Salzburg /HAS Zwei	JA	Mag. Julia Buchner Dr. Thomas Wörz Mag. Gerlinde Wörndl	JA	230	JA	100
Schulsport-Leistungsmodell Kärnten (SSLK)	Nachwuchsleistungssportmodell <b>Kärnten</b>	1. BORG Klagenfurt 2. BORG Spittal		JA	Mag. Roland Hasmaier Mag. Robert Korb Mag. Peter Gurmam	JA	166	Nein	
FV f. LeistungssportlerInnen Wien	Nachwuchsleistungssportmodell <b>Wien</b>			JA	Mag. Judith Draxler Dr. Wolfgang Pollany (LHAS)	JA		Nein	
Freunde des ÖÖ Spitzensportes	Nachwuchsleistungssportmodell <b>Oberösterreich</b>	1. BORG Honauerstraße	LHAS Linz Rudigerstraße	JA	Mag. Stefan Aigner	JA	293	JA	48
Leistungsmodell Sport BORG Graz	Nachwuchsleistungssportmodell <b>Steiermark</b>	1. Sport-BORG Monsbergergasse	LHAS Graz	JA	Mag. Thomas Kayer	Ja	93	Ja	31
Burgenländisches Schule & Sport Modell Oberschützen	Nachwuchsleistungssportmodell <b>Burgenland</b>	1. BORG Oberschützen		JA	Mag. Christina Lechner	JA	71	JA	20
Schulsportmodell Sportgymnasium Dornbirn	Nachwuchsleistungssportmodell <b>Vorarlberg</b>	Sportgymnasium Dornbirn		JA	Mag. Mark Thurnher Msc. Wolfgang Grabher Dr. Maria Christina Uhl	JA	72	Nein	
NÖ Sport-Leistungs-Zentrum St. Pölten (SLZ)	Nachwuchsleistungssportmodell <b>Niederösterreich</b>	BORG f. Leistungssport	BHASL St. Pölten	JA	Mag. Angelika Fetz-Hartmann Mag. Georg Hafner Mag. Andreas Worenz	JA	216	JA	40
Verein zur Förderung des SPORTBORG Tirol	Nachwuchsleistungssportmodell <b>Tirol</b>	ORG f. LeistungssportlerInnen	LHAS Innsbruck (Förderverein der HAS für Leistungssport	JA	Mag. Andrea Keplinger Dr. Peter Kirschner Mag. Karin Moser	JA	228	JA	68
Verein ÖLSZ Südstadt	ÖLSZ Südstadt	ORG f. Leistungssport	HAS für Hochleistungssport		Dr. Markus Aufderklamm	JA	60	Nein	
Verein zur Erhaltung des Schigymnasiums Saalfelden	Raiffeisen Schigymnasium Saalfelden	ORG mit skisportlichem Schwerpunkt			Mag. Gerlinde Wörndl	JA	52	Nein	
Verein der Internatsschule für Schisportler	Schigymnasium Stams	ORG Stams	HAS Stams		Dr. Peter Kirschner Mag. Mary Knabl	JA	45	JA	41
Verein Skihandelschule Schladming	Ski-Akademie Schladming		Ski-HAK, Ski-HAS, AUL		Dr. Patrick Bernatzky	JA	67	JA	59

## 2 Genderaufteilung im ÖBS

Tabelle 12: ÖBS MitarbeiterInnen

	Frauen	%	Männer	%
Wien	1	50	1	50
Salzburg	0	0	1	100
Innsbruck	1	100	0	0
<b>Gesamt</b>	<b>2</b>	<b>50</b>	<b>2</b>	<b>50</b>

Tabelle 13: ÖBS Vorstandsmitglieder

	Frauen	%	Männer	%
Vorstand	2	34	4	66
<b>Gesamt</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	<b>4</b>	<b>66</b>

Tabelle 14: ÖBS Mitgliederstruktur 2016

	Frauen	%	Männer	%
Burgenland	2	100	0	0
Wien	17	42,5	23	57,5
Niederösterreich	15	83,4	3	16,6
Oberösterreich	5	36,2	8	63,2
Salzburg	9	45	11	55
Steiermark	7	32,3	14	66,7
Kärnten	3	25	9	75
Tirol	17	48,5	18	51,5
Vorarlberg	4	44,4	5	55,6
Deutschland	1	50	1	50
Südtirol	0	0	1	100
<b>Gesamt</b>	<b>80</b>	<b>46,2</b>	<b>93</b>	<b>53,8</b>

Die Anzahl der ÖBS Mitglieder ist im Jahr 2016 um 2,3 % (4 Personen) gestiegen, davon sind 46,2 % Frauen. Der geringe Anstieg an Mitgliedern im Jahr 2016 lässt sich durch 5 Austritte erklären, welche einerseits in Karenz gegangen sind bzw. ihren Tätigkeitsschwerpunkt verlagert haben. Real sind 2016 9 neue Mitglieder ins ÖBS eingetreten. Der größte Anteil an weiblichen Mitgliedern ist in Niederösterreich und dem Burgenland zu erkennen. In Niederösterreich liegt der Anteil der Frauen weit über dem der männlichen Mitglieder. Tirol und Vorarlberg weisen unter den Bundesländern ein sehr ausgeglichenes Geschlechterverhältnis auf.

Tabelle 15: Betreute SportlerInnen und TrainerInnen 2016

	Frauen	%	Männer	%
<b>SportlerInnen</b>	139	49	145	51
<b>TrainerInnen</b>	23	20	88	80
<b>GESAMT</b>	<b>162</b>	<b>100</b>	<b>233</b>	<b>100</b>

Der Anteil der betreuten Sportlerinnen ist annähernd gleich wie der der betreuten Sportler. Einen deutlichen Unterschied in der Frauen-Männer-Verteilung findet sich bei der Betreuung von TrainerInnen: 80% der betreuten Personen ist männlich.

\* In den Zahlen nicht enthalten sind Trainer und Trainerinnen, die im Rahmen von Workshops sportpsychologische weitergebildet wurden.

### 3 Entwicklungen und Ausblick

Die Sportpsychologie ist eine sich international stark entwickelnde Disziplin. Auch künftig wird es darum gehen, mit den vorhandenen Mittel und Möglichkeiten den Anschluss zu halten und die Kompetenzen und Stärken des Österreichischen Sportpsychologie-Konzepts weiter auszubauen.

Dafür ist es wichtig ökonomisch und effizient sich auf die wesentlichen Aufgaben konzentrieren zu können und Reibungsverluste zu minimieren.

Die internationalen Kontakte wie etwa bei den Olympischen Spielen mit den betreuenden SportpsychologInnen anderer Nationen zeigen, dass wir in unseren Ansätzen gut dabei sind.

Unsere Vorteile könnten durch eine gute interdisziplinäre Vernetzung und stabile Strukturen weiter ausgebaut werden.

Langfristige Konzepte mit interessierten Fachverbänden und entsprechende sportartspezifische Schwerpunktsetzungen sind ein weitere bedeutsamer Aspekt der Weiterentwicklung. Ebenso die nahtlose Verknüpfung von Anwendung und Forschung, die genau Abstimmung auf die ganz spezifischen Bedürfnisse des Sports und die ständige fachliche Weiterbildung.