Beispielhafte Anlass- und Notfälle im Kontext Sport

Psychotische Symptome (Wahnvorstellungen)

Erstellt von:
Österreichisches Bundesnetzwerk Sportpsychologie (ÖBS)
Bernatzky Patrick, Engleder Andrea, Kogler Alois, Schuster Mario, Tscherntschitz Simone
In Kooperation mit dem Fachbereich Sport- und Bewegungswissenschaft, Universität Salzburg
Amesberger Günter, Finkenzeller Thomas

Beispielhafte Anlass- und Notfälle im Kontext Sport

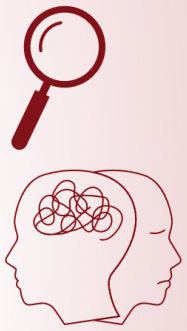
Aus der sportpsychologischen Praxis lassen sich typische Notfallsituationen herausarbeiten, in denen Athlet:innen oder andere Beteiligte in psychische Krisen geraten, sei es im Alltag, im Trainingslager oder während eines Wettkampfs. Hier sind einige Beispiele und entsprechende Handlungsempfehlungen für Trainer:innen.

Psychotische Symptome (Wahnvorstellungen)

Hier handelt es sich um Situationen, in denen Personen den Kontakt zur Realität verlieren und starke Wahrnehmungs- und Denkstörungen aufweisen sowie nicht oder kaum Kontakt mit Personen aufnehmen können.

1 CHARAKTERISTIK DER SITUATION, ERKENNEN DES NOTFALLS UND DER SYMPTOMATIK

- Situation erfassen, Ruhe bewahren & Überblick verschaffen.
  - In seltenen Fällen können Athlet:innen während Auslandsaufenthalten psychotische Symptome entwickeln.
  - Symptome wie Halluzinationen (Sehen, Hören, Riechen, Schmecken) und Wahnvorstellungen (z.B. Verfolgungswahn, bizarre Gedanken) können auftreten.
  - Mögliche Ursachen: eine bestehende schizophrene Erkrankung und das Absetzen von Medikamenten (versehentlich oder absichtlich) oder belastende Lebensereignisse, die zu psychotischen Symptomen führen.



2 EIGENE HANDLUNGSFÄHIGKEIT HERSTELLEN UND ERSTE MASSNAHMEN SETZEN

- Es ist wichtig, auch in solchen Ausnahmezuständen besonnen und klar zu reagieren.
- Für die eigene Sicherheit, die Sicherheit anderer sowie der betroffenen Person sorgen.
- Bei bedrohlicher Symptomatik sofort notärztliche Hilfe anfordern.
- Falls die betroffene Person medikamentös behandelt wird und die Medikamente abgesetzt wurden, sollten diese dringend wieder eingenommen werden.
- Sollte die Ursache der Symptome unbekannt sein, sofort ärztliche Unterstützung hinzuziehen.
- Nach Möglichkeit in einfacher Weise den Kontakt zur Realität herstellen versuchen. (z.B. Wir sind im Haus! Du sitzt am Boden!)
- Die betroffene Person in sehr klar bestimmter, aber ruhiger und strukturierter Weise begleiten. Es ist entscheidend, nichts zu erklären oder zu rechtfertigen, was in der Wahrnehmung der betroffenen Person nicht stimmt.
- Struktur geben: Versuchen, konkreten Kontakt zur Realität herzustellen.
- Bestimmen, was in den nächsten Minuten oder Stunden zu tun ist (z.B. Essen, Trinken, Spaziergänge, ruhige Zeit im Zimmer, Freizeitaktivitäten).

3 KRISENLEITUNGSTEAM FESTLEGEN

- Leitung und Mitglieder bestimmen.
- Handlungsschritte und Informationsfluss klären.
  - In Absprache mit medizinischen Fachkräften die nächsten Schritte planen, um die betroffene Person in Sicherheit zu bringen.
  - Der Gesundheitszustand muss von Fachkräften (medizinisch und/oder psychiatrisch) beurteilt werden, um die Schwere der psychotischen Symptome richtig einzuschätzen.
- Fachliche Unterstützung einholen:
  - Bei akuten psychotischen Symptomen unbedingt notärztliche oder psychiatrische Fachkräfte beiziehen. Es ist entscheidend, in diesem Fall ärztliche Unterstützung zu holen, um die Symptome richtig einzuordnen und eine medizinische Behandlung zu gewährleisten.
  - Die betroffene Person sollte so schnell wie möglich in eine sichere Umgebung gebracht werden.

4 VERANTWORTLICHE UND RELEVANTE PERSONEN INFORMIEREN

- Delegation/Verband informieren.
  - Es sollte sofort die zuständige medizinische Fachkraft vor Ort kontaktiert werden.
  - Der Verband oder andere verantwortliche Organisationen müssen ebenfalls über die Situation informiert werden, um Unterstützung zu erhalten.
- Angehörige informieren.
  - Falls notwendig, sollten auch die Angehörigen oder Bezugspersonen informiert werden, um sie in den weiteren Prozess einzubeziehen.

5 NACHBETREUUNG SICHERSTELLEN

- Aufarbeitung und weitere Behandlung.
  - Sind die psychotischen Symptome nicht mehr selbstständig zu bewältigen, könnte eine stationäre Aufnahme im Krankenhaus notwendig sein, um die medikamentöse Behandlung sicherzustellen.
  - Sollte die betroffene Person nicht in der Lage sein, selbstständig nach Hause zurückzukehren, ist ein sicherer Heimtransport zu organisieren.
  - Zu Hause muss eine gründliche ärztliche und psychotherapeutische Behandlung eingeleitet werden, um die Situation langfristig zu stabilisieren und zu überwachen.
  - Die Sporttauglichkeit ist zu prüfen.

Anlaufstellen

Kontaktstellen und Liste unterstützender Einrichtungen

Die wichtigsten Kontakte für den Bereich psychische Gesundheit und Erkrankungen im Sport:

- https://vera-vertrauensstelle.at/kontakt-sport/
- https://100prozent-sport.at/
- www.die-möwe.at/onlineberatung (Kinderschutz)
- www.gesundausderkrise.at (kostenfreie klinisch-psychologische und psychotherapeutische Behandlung für alle bis 21 Jahre)
- www.krisenchat.de
- www.kriseninterventionszentrum.at/kontakt/weitere-einrichtungen/
- www.rataufdraht.at
- www.roteskreuz.at (Rettung Notruf – 144 – Kriseninterventionsteams)
- www.telefonseelsorge.at

In Österreich können für medizinischen Rat per Telefon die Nummern 1450 (allgemeine Gesundheitsberatung) oder 141 (Ärztenotdienst) gewählt werden.

Sollte ein Todesfall im Ausland passieren, dann ist die jeweilige österreichische Botschaft als Anlaufstelle für ein deutschsprachiges Kriseninterventionsteam zuständig. Die Notfallnummern der österreichischen Botschaften sind 24/7 besetzt.

Es kann auch immer das Außenministerium unter der Notfallnummer +43 1 90 115 4411 (Stand Juni 2025) RUND UM DIE UHR kontaktiert werden. Diese teilen alle Informationen gemeinsam mit der jeweiligen Botschaft.

Krisenberatung und Unterstützung durch das ÖBS

- Telefonische Beratung durch die ÖBS-Mitarbeiter:innen www.sportpsychologie.at
- Krisenberatung / psychologische Nachbetreuung / Vermittlung in die ambulante und stationäre Gesundheitsversorgung
- Vernetzung mit sportpsychiatrischer Versorgung und klinisch-psychologischer Diagnostik.
- Psychoedukation und Informationsvermittlung zu sonstigen Anlaufstellen
- Supervision und Unterstützung des Betreuer:innenstabes
- Screening-Tools - Mental Health Check, Erholungs-Belastungmonitoring...
- Fortbildungsangebote für Athlet:innen, Trainer:innen, Betreuer:innen, Funktionär:innen und Angehörige zu mentaler Gesundheit im Sport

Wer ist wofür zuständig?

Psychosoziale Fachpersonen im Sport und im Gesundheitssystem:

- Mentaltrainer:in: Training mentaler Kompetenzen (Entspannung, Selbstgesprächsregulation, Zielsetzung, Motivation), Prävention, psychosoziale Beratung.
- Sportpsychologe:in: Training mentaler Kompetenzen, Prävention, psychosoziale Beratung, Förderung des Gesundheitsverhaltens.
- Klinische/r Sportpsychologe:in: Training mentaler Kompetenzen, Prävention, psychosoziale Beratung, Förderung des Gesundheitsverhaltens, klinisch-psychologische Diagnostik und Behandlung (Refundierung durch Krankenkassa möglich).
- Sportpsychotherapeut:in: Training mentaler Kompetenzen, Prävention, psychosoziale Beratung, Förderung des Gesundheitsverhaltens, psychotherapeutische Diagnostik und Psychotherapie (Refundierung und Vollfinanzierung durch Krankenkassa möglich).
- Sportpsychiater:in: Prävention, psychiatrische Diagnostik und medikamentöse Behandlung, Psychotherapie (wenn PSY-III Diplom) über Krankenkasse möglich.

Verwendete Literatur

- Balke-Holzberger, U. (2018). *Zittern Sie sich frei! Mit Faszien-Stress-Release Verspannungen, Ängste und Schmerzen auflösen.* Klett-Cotta.
- Baum ,AI. Suicide in athletes: A review and commentary. *Clin. Sports Med,* 2005; 24(4): 853-869.
- https://www.bmbwf.gv.at/Themen/schule/zrp/dibi/inipro/cybermobbing.html (Bundesministerium Bildung Stand: 26.02.2025)
- Cullberg, J. (1978). *Krisen und Entwicklung: Über psychische Traumen und ihre Bewältigung.* Klett-Cotta.
- Gouttebarge, V. et al. (2019). Occurrence of mental health symptoms and disorders in current and former elite athletes: a systematic review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine.* 2019;53:700-706.
- Kast, V. (2013). *Trauern. Phasen und Chancen des psychischen Prozesses.* Herder.
- Levine, P. & Kline, M. (2021). *Kinder vor seelischen Verletzungen schützen.* Kösel.
- Margraf, J. Schneider, S. (2018). *Lehrbuch der Verhaltenstherapie.* Berlin: Springer.
- Rao, AL, Asif IM, Drezner JA, et al. (2015). Suicide in National Collegiate Athletic Association (NCAA) athletes: a 9-year analysis of the NCAA resolutions database. *Sports Health* 2015;7(5):452–7.
- Herausgeber/Kontakt:Saferinternet.at/ÖIAT, Ungargasse 64-66/3/404, 1030 Wien www.saferinternet.at Hersteller: online Druck GmbH , 2351, Wiener Neustadt https://www.saferinternet.at/themen/cybermobbing#c347 (Stand: 26.02.2025)
- Sonneck, G. (2000). *Krisenintervention und Suizidverhütung.* Facultas, Wien.
- 100% Sport (2023). *Für Respekt und Sicherheit – gegen sexualisierte Übergriffe im Sport. Handreichung für Sportvereine.*
- TOPSY Toolbox psychische Gesundheit (2023). *Österreichische Liga für Kinder- und Jugendgesundheit & österreichische Kinder- und Jugendvertretung.*