Beispielhafte Anlass- und Notfälle im Kontext Sport

Schweres Fehlverhalten von Athlet:innen oder Betreuungspersonal

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.

Fehlverhalten von Athlet:innen oder Betreuungspersonal

Hier handelt es sich um Ereignisse, die Auswirkungen auf das Teamgefüge haben. Plötzliche und unerwartete Veränderungen können emotionale Auswirkungen auf einzelne Personen oder das gesamte Team haben (z. B. Rausschmiss eines/r Athleten:in oder Trainer:in, Dopingfall, unklare nicht transparente Entscheidungen).

1 CHARAKTERISTIK DER SITUATION, ERKENNEN DES NOTFALLS UND DER SYMPTOMATIK

- Teammitglieder stehen unter dem Verdacht, aggressive, gewalttätige Handlungen gesetzt zu haben, gedopt zu sein, Alkohol oder Drogen konsumiert zu haben, ein Verkehrsdelikt begangen zu haben, ...
- Situation erfassen und Überblick verschaffen:
  - Wer stellt welche Behauptung auf (Medien)?
  - Was ist konkret passiert?
  - Was ist bekannt, was wird vermutet?
  - Wer ist betroffen?
  - Welche Maßnahmen sind sofort notwendig?
  - Welche Personen im Team sind direkt betroffen?
  - Wie reagiert das Team?

2 EIGENE HANDLUNGSFÄHIGKEIT HERSTELLEN UND ERSTE MASSNAHMEN SETZEN

- Emotionen mit sachlichen Überlegungen koppeln, um eine angemessene Akzeptanz der Situation herzustellen und eine mehrperspektivische Sicht auf die Dinge zu ermöglichen: Handlungen und Entscheidungen können aus unterschiedlichen Perspektiven unterschiedlich bewertet werden.
- Sachliche Rekonstruktion des Geschehens: Vorschnelle Verurteilungen und Parteilichkeit vermeiden.
- Raum für Emotionen geben: Unterschiedliche emotionale Reaktionen und Perspektiven der Sportler:innen und des Betreuer:innenstabs auf den Sachverhalt zulassen.

3 KRISENLEITUNGSTEAM FESTLEGEN

- Leitung und Mitglieder bestimmen.
- Handlungsschritte und Informationsfluss klären.
  - Wenn nötig: Kontaktperson zu den Behörden festlegen.
  - Klärung mit psychologischen Fachkräften, welche Maßnahmen langfristig sinnvoll sind.
- Fachliche Unterstützung einholen.
  - Anwesende Sportpsychologen:in miteinbeziehen mit klarer Funktionsteilung: Was ist Sache des/der Trainer:in, was des/der Sportpsychologen:in?
- Konkrete Maßnahmen zur Stabilisierung und Weiterentwicklung des Teams.
  - Supervisorische Unterstützung organisieren: Eine externe Sichtweise kann helfen, die Situation zu reflektieren und das Team zu stabilisieren.

4 VERANTWORTLICHE UND RELEVANTE PERSONEN INFORMIEREN

- Transparenz schaffen: Alle Teammitglieder auf denselben Informationsstand bringen.
- Delegation/Verband informieren: Offizielle Stellen frühzeitig einbinden, um eine koordinierte Kommunikation zu gewährleisten.
- Klarheit über mögliche Sanktionsmaßnahmen herstellen.

5 NACHBETREUUNG SICHERSTELLEN

- Emotionale Aufarbeitung: Erfahrungsgemäß brauchen solche Erschütterungen Zeit und sollten gut nachbesprochen werden.
- Moralische Aspekte besprechen und Strategien zur Handlungsfähigkeit in Situationen, die zu Fehlverhalten einladen. Das ist zugleich eine wichtige Präventionsmaßnahme.
- Langfristige Betreuung sicherstellen: Athlet:innen gegebenenfalls weitere Unterstützung anbieten, um die Veränderung zu verarbeiten.
- Mögliche Wirkungen der Sanktionsmaßnahmen 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.*