



 Bundesministerium
Wohnen, Kunst, Kultur,
Medien und Sport



Beispielhafte Anlass- und Notfälle im Kontext Sport

Todesfall im Training oder während eines Wettkampfes

Erstellt von:

Österreichisches Bundesnetzwerk Sportpsychologie (ÖBS)

Bernatzky Patrick, Engleder Andrea, Kogler Alois, Schuster Mario, Tschernschitz 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.

Todesfall im Training oder während eines Wettkampfes

Hier handelt es sich um Situationen, bei denen es zu einem Todesfall im Rahmen eines Trainingslagers oder während eines Wettkampfes kommt.

1 CHARAKTERISTIK DER SITUATION, ERKENNEN DES NOTFALLS UND DER SYMPTOMATIK

- Situation erfassen, Ruhe bewahren & Überblick verschaffen.
 - Ein Todesfall ist eine der herausforderndsten Situationen im Sport. Der Verlust eines Teammitglieds wirkt auf alle Beteiligten sehr stark und emotional.
 - Es ist wichtig, die eigene Rolle in diesem Moment zu klären und zu entscheiden, ob man als Trainer:in die Informationskoordination übernehmen kann oder ob jemand anderes diese Aufgabe (aufgrund der eigenen Betroffenheit) übernehmen sollte.



2 EIGENE HANDLUNGSFÄHIGKEIT HERSTELLEN UND ERSTE MASSNAHMEN SETZEN

- Die akute Situation strukturieren. Personen abschirmen und entsprechenden Maßnahmen organisieren.
- Ein kleines Krisenteam einsetzen und die nächsten Schritte klären und in einem ruhigen und strukturierten Rahmen kommunizieren.
- Alle Teammitglieder auf den gleichen Informationsstand bringen, um Unwissenheit und Gerüchte zu reduzieren/vermeiden.
- Maßnahmen für die Teammitglieder klären. Zusammen sein, in kleinen Gruppen oder tlw. einzeln. Nötige Anfragen beantworten, Unterstützung und Sicherheit gewähren. Umgang mit Medien und Information klären. Manchmal möchte jemand allein sein, andere möchten über das Geschehene sprechen. Es ist wichtig, dies zu respektieren und nach einer gewissen Zeit (1-2 Stunden) zu überprüfen, ob sie Unterstützung brauchen. Gemeinsame Aktivitäten wie z. B. Spaziergehen können helfen.



3 KRISENLEITUNGSTEAM FESTLEGEN

- Handlungsschritte und Informationsfluss klären.
 - Gemeinsam mit Kriseninterventionsteams und psychologischen Fachkräften die nächsten Schritte absprechen, um den Teammitgliedern emotional zu helfen und den Verlust zu verarbeiten.
 - Es muss besprochen werden, wie der Verlust des Teammitglieds im Sportkontext verarbeitet werden kann und welche Rituale oder Schritte hilfreich sind, um die Trauer zu unterstützen.
- Fachliche Unterstützung einholen.
 - Ein Kriseninterventionsteam muss organisiert werden. In Österreich übernimmt das Rote Kreuz, im Ausland die österreichische Botschaft.
 - Sicherstellen, dass professionelle Unterstützung vorhanden ist, um die emotionale Belastung zu bewältigen.
 - Falls notwendig, die weitere Betreuung der Teammitglieder durch psychologische Fachkräfte sicherstellen.
 - Es sollte eine Entscheidung getroffen werden, ob das Team vor Ort bleibt oder nach Hause fährt. Den Betroffenen Raum zur Entscheidungsfindung lassen und ihre Bedürfnisse respektieren.



4 VERANTWORTLICHE UND RELEVANTE PERSONEN INFORMIEREN

- Delegation/Verband informieren.
 - Den Verband oder zuständige Organisationen über den Vorfall informieren, damit weitere Unterstützung organisiert werden kann.
 - Eine verantwortliche Person sollte die Kommunikation mit den Angehörigen und der Öffentlichkeit übernehmen, um die Situation in den Griff zu bekommen. In Österreich übernimmt dies die Rettung oder die Polizei gemeinsam mit einem Kriseninterventionsteam. Im Ausland muss das teamintern gut abgestimmt werden.
- Angehörige informieren.
 - Es ist wichtig, die Angehörigen der verstorbenen Person über die Situation zu informieren und ihnen Raum für ihre eigenen Entscheidungen zu lassen. Im Regelfall informiert das Krankenhaus oder die Polizei.



5 NACHBETREUUNG SICHERSTELLEN

- Trauerarbeit und emotionale Verarbeitung,
 - Allen Teammitgliedern Raum geben, sich vom verstorbenen Mitglied zu verabschieden. Dies kann durch Rituale wie Kondolenzbücher, Gedenkfeiern oder gemeinsame Erinnerungen an den/die Verstorbenen geschehen.
 - Es sollte auch Platz für positive Erinnerungen an die gemeinsamen Erlebnisse mit dem Teammitglied gegeben werden, z.B. durch das Erzählen von Geschichten oder das Erinnern an schöne Momente.
 - Für Athlet:innen, die nach dem Vorfall Schwierigkeiten haben, wieder in den Sport zurückzukehren, ist es wichtig, den Sport in einem sicheren Rahmen neu zu erleben und zu erfahren, dass sie Kontrolle über den Sport haben.
 - Beim Zurückkehren zum Ort des Unglücks (z.B. Trainingsort oder Wettkampfort) sollte dies gut vorbereitet werden, idealerweise mit der Unterstützung von Sportpsycholog:innen, um die emotionalen Herausforderungen zu bewältigen und die Ängste der Teammitglieder zu adressieren. Ein gemeinsames Ritual vor dem Training oder Wettkampf kann ebenfalls dabei helfen, den Verlust zu würdigen und einen Übergang in den sportlichen Alltag zu ermöglichen.



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 (Ärztendienst) 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 Krankenkassa möglich.

Verwendete Literatur

- Balke-Holzberger, U. (2018). *Zittern Sie sich frei! Mit Faszien-Stress-Release Verspannungen, Ängste und Schmerzen auflösen*. Klett-Cotta.
- Baum, A.I. 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.
- Gouttebauge, 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*.