



## Doris KLUG, MSc.

**Sportarten:** Basketball; Beachvolleyball; Fechten; Gewichtheben; Radsport; Schwimmen; Tennis; ...

**CareSettings:** Coach the Coach; Einzelbetreuung; Jugend und Nachwuchsbetreuung

**Qualifications:** Sportpsychologin

### ■ PERSÖNLICHE DATEN

**Mitgliedsnummer:** 340

**Firma:** GO-ON Suizidprävention  
Steiermark

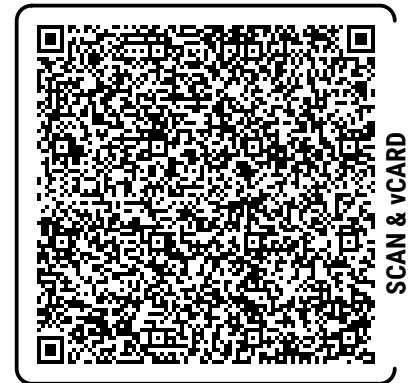
**Position:** Regionalteamleitung  
Graz und Graz-Umgebung Nord

**Mitglied seit:** 18.09.2019

**Geschlecht:** weiblich

**Kontakt:** 00436645078180 | [doris.klug@gmx.at](mailto:doris.klug@gmx.at) |

**Adresse:** Hermann-Löngsgasse 48/36 | 8020 - Graz | Österreich,  
Steiermark



### ■ Über mich

„Das, was Du heute schaffst, wird eine Brücke bauen, zwischen dem, der Du gerade bist und dem, der Du sein willst“

In meiner sportpsychologischen Betreuung und Beratung steht die persönliche (sportliche) Weiterentwicklung der Sportlerinnen und Sportler, der Trainerinnen und Trainer bzw. des gesamten Teams im Zentrum. Diese Weiterentwicklung fußt auf mehreren Säulen, die ich in mein Coaching kombiniert einfließen lasse: allgemeines (psychisches und körperliches) Wohlbefinden, Freude (an der Bewegung) und Erlernen und Anwendung mentaler Techniken.

Mein Coaching steht unter dem Motto: DU bist der Experte für deine Sportart und ich kann dir Input zu mentalen Techniken geben.

Ich selbst bin sportlich vielseitig interessiert und habe schon viele Sportarten im Hobbybereich ausprobiert. Meine Betreuungen und Veranstaltungen sind immer von Humor getragen, denn mit Freude und Lachen lernt man leichter und lockerer.



## ■ Experience

### 2019 - 2021

Mentaltraining Steirischer Tennisverband Nachwuchsbereich  
Gruppentrainings und Einzelbetreuungen mit KaderspielerInnen des STTV. Themen: Motivation, Konzentration, Selbstvertrauen, Emotionsregulation, Wettkampfvorbereitung und - Beobachtung inkl. Nachbesprechung, Elternabende.

### 2019 - 2020

Einzelbetreuungen SportlerInnen div. Sportarten  
Diverse Fragestellungen: Stressregulation, Konzentration, Entspannungstechniken

### 2021 - 2021

Krisenmanagement - klinisch-psychologische Betreuung für SportlerInnen  
Krisenmanagement im Rahmen des ÖBS für SportlerInnen. Klinisch-psychologische Abklärung und Betreuung/ Behandlung.

## ■ EDUCATION

### 2009 - 2014

Bachelor und Masterstudium der Psychologie in Graz  
Psychologiestudium KF Uni Graz - Schwerpunkt Klinische Psychologie

### 2014 - 2015

Ausbildung zur Klinischen und Gesundheitspsychologin  
Theoretische und praktische Ausbildung

### 2017 - 2017

Ausbildung Ernährungspsychologin  
Tiefgehendes Wissen zum Thema Ernährung und Psychologie

### 2018 - 2018

Zertifizierter Übungsleiter  
Beim ASVÖ

### 2018 - 2019

Ausbildung Modulserie mentales Training im Leistungssport  
Abschluss als Sportpsychologin

## ■ INTERESTS

### 2020 - Jetzt



## Klinisch-Psychologische Beratung

Zusätzlich zu meiner sportpsychologischen Betreuung biete ich klinisch-psychologische Beratung an.

Aus ökologischen Gründen wird dieses Dokument nur digital zur Verfügung gestellt.  
Think green before printing!

