

Swiss Olympic
Postfach 606
CH-3000 Bern 22

Telefon +41 31 359 71 11
Fax +41 31 359 71 71
info@swissolympic.ch
www.swissolympic.ch

Standort
Haus des Sports
Talgutzentrum 27
CH-3063 Ittigen b. Bern

Richtlinien Sportpsychologie

1. Zielsetzungen

Swiss Olympic unterstützt, fördert und führt den Schweizer Spitzensport mit einem klaren Bekenntnis zum Erfolg. Swiss Olympic will zusammen mit seinen Partnern im internationalen Wettbewerb regelmässig Erfolge im Spitzensport feiern, und zwar speziell in Sportarten, welche für die Schweiz von besonderer Bedeutung sind. An den Olympischen Winterspielen wird eine Rangierung in den Top 8 Nationen und an den Olympischen Sommerspielen eine Rangierung in den Top 25 Nationen anvisiert. Von den nicht olympischen Sportarten werden Podestplätze an Welt- und Europameisterschaften erwartet. Erfolge ja, aber nicht um jeden Preis. Das Handeln von Swiss Olympic basiert auf den Werten und Normen der «Ethik-Charta im Sport».

Vor diesem Hintergrund ist es erklärtes Ziel von Swiss Olympic auch im sportpsychologischen Bereich optimale Voraussetzungen zu schaffen. Im Rahmen seiner Strategie und der finanziellen Möglichkeiten unterstützt Swiss Olympic deshalb Projekte und Einzelmassnahmen mit sportpsychologischer Stossrichtung.

Zu diesem Zweck arbeitet Swiss Olympic mit der SASP (Schweizerische Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie) zusammen. Als Mitgliedverband der Föderation Schweizer Psychologinnen und Psychologen (FSP) gewährleistet die SASP die Qualität der erbrachten psychologischen Dienstleistungen und setzt sich für die Einhaltung der ethischen Richtlinien der Berufsordnung ein (z.B. die Schweigepflicht).

2. Grundsätze

Sportpsychologen und Mentaltrainer der SASP erbringen Dienstleistungen für den Spitzensport im Bereich der psychologischen Diagnostik und der Intervention.

Diagnostik dient dem Aufdecken des psychologischen Trainingsbedarfs oder auf Teamebene des Interventionsbedarfs und erfolgt durch Methoden wie Gespräche, Beobachtungen, psychologische Test und Fragebogen.

Die sportpsychologischen **Interventionen** erfolgen hauptsächlich in der Form von Schulungen, Beratungen, Betreuung und Supervisionen. Hinzu kommen die Vermittlung und Anwendung einzelner psychologischer Trainingsmassnahmen und in Einzelfällen psychotherapeutische Beratung und Behandlung, sowie auf Teamebene systemische Massnahmen.

Grundsätzlich werden zwei Arten von Interventionen angeboten:

- Projekte (Pkt. 2.1)
- Einzelmassnahmen (Pkt. 2.2)

Im Interesse der langfristigen Vorbereitung und Laufbahnplanung der Athleten steht dabei die projektorientierte Arbeit im Vordergrund.

2.1 Projekte

Darunter sind grössere Interventionen mit langfristigen Perspektiven und mehreren Athleten, mit einem bestimmten Ziel (OS, WM, EM) und unter Einbezug des Umfeldes zu verstehen. Die Projekte müssen sinnvoll in der Verbandsarbeit integriert sein. Sie bezwecken nachhaltige Effekte.

Art, Umfang und Inhalt des Projektes wird zwischen dem Verband und dem Sportpsychologen SASP sowie in Absprache mit Swiss Olympic festgelegt. Hierbei sind

- die Ausgangslage und Zielstellungen;
- die integrierten Personen;
- die Verantwortlichkeiten (inkl. Personelle Zuständigkeiten seitens Verband und Sportpsychologie);
- der Zeitrahmen und vorläufige Zeitplan;
- die vorgesehenen Massnahmen;
- der Kostenrahmen

in einem Projektantrag zu spezifizieren und jährlich mit einem Zwischenbericht die erreichten Ziele und den Stand der Arbeiten zu dokumentieren.

Projekte, für die ein Unterstützungsbeitrag gewünscht wird, sind vom Verband zur definitiven Beurteilung an Swiss Olympic einzureichen. Der Projektantrag wird einer fachlichen Prüfung, durch den zuständigen Verbandsmanager sowie den Sportpsychologen der Koordinationsstelle Swiss Olympic unterzogen.

2.2 Einzelmassnahmen

Einzelmassnahmen für Athleten werden durch einen Sportpsychologen SASP oder Mentaltrainer SASP durchgeführt und unterscheiden sich nach folgenden zwei Dienstleistungen:

- Beratung: Kurze Zeitperspektive, Stellen einer Diagnose, Erarbeiten von Lösungsmöglichkeiten (z.B. individuelle psychologische Trainingsmassnahmen).
- Betreuung: Längerer Zeitrahmen, ev. Begleitung an Wettkämpfen oder Anwesenheit bei Trainingslager, Einbezug des Umfelds.

3. Beitrag und Antrag

Swiss Olympic unterstützt Projekte durch finanzielle Beiträge im Rahmen seiner Möglichkeiten für Elite- und Nachwuchsathleten von Nationalkadern der olympischen Sportarten sowie der Sportarten der Einstufung 1–3. Der von Swiss Olympic übernommene Anteil richtet sich nach der Einstufung und liegt in der Regel zwischen 40% und 60% der Gesamtkosten des Projekts.

Für individuell bezogene Dienste aus dem Unterstützungsangebot von Swiss Olympic (Sportpsychologie und Sporternährung) durch Gold, Silber oder Bronze Card Athleten kann sich Swiss Olympic während der Gültigkeitsdauer der Card einmalig und rückwirkend mit maximal CHF 1'000.— an den entstandenen Kosten beteiligen. Um eine Kostenbeteiligung durch Swiss Olympic sicherzustellen, muss ein bewilligter Antrag vorliegen.

Die Formulare für einen Projektantrag an Swiss Olympic sowie der detaillierte Prozessablauf für Einzelmassnahmen befinden sich auf:

www.swissolympic.ch → Verbände → Spitzen- und Nachwuchssport → Sportpsychologie.

Als beitragsberechtigte Ansätze für SASP-Mitglieder gelten:

- Max. 800.- CHF/Tag (exkl. MWST) für Projektarbeit
- Max. 200.-CHF/Tag (exkl. MWST) für Wettkampfbegleitung
- 180.- CHF (exkl. MWST) Stundenansatz für Interventionen durch Sportpsychologen
- 120.- CHF (exkl. MWST) Stundenansatz für Interventionen durch Mentaltrainer

Auf Wunsch kann im mentalen Bereich mit einer Person zusammengearbeitet werden, die nicht SASP-Mitglied ist. Swiss Olympic entscheidet dabei fallweise über den Beitrag.

4. Beratung und Information

Der Fachbereich Sportpsychologie des Bundesamtes für Sport erteilt Auskünfte, nimmt Abklärungen vor, stellt Kontakte her und vermittelt Adressen von Sportpsychologen und Mentaltrainern.

- Kontakt:
Daniel Birrer, Psychologen FSP
VBS, Bundesamt für Sport,
Eidgenössische Hochschule für Sport,
2532 Magglingen
Tel. 032/327 62 63 / Email: daniel.birrer@baspo.admin.ch

5. Inkraftsetzung

Datum: 1.Januar 2012

Swiss Olympic Association

gez. Präsident

gez. Sports Director