

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

Version: Gültig ab 01.04.2004

Ersteller: Abteilung Spitzensport

## **Inhaltsverzeichnis**

1	Grundsatzklärung .....	3
2	Formen der Zusammenarbeit und Leistungen .....	3
2.1	Projekte.....	4
2.2	Einzelmassnahmen .....	4
2.3	Massnahmen mit Mannschaften / Teams.....	5
3	Zusatzbestimmungen zur Finanzierung .....	6
4	Zusammenarbeit mit Nicht-SASP-Mitgliedern .....	6
5	Beratungs- und Koordinationsstellen .....	6
6	Inkraftsetzung .....	6

## 1 Grundsatzklärung

Im Hinblick auf internationale Leistungsvergleiche (OS, WM, EM) 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 Interventionen und Projekte im sportpsychologischen Bereich.

Zu diesem Zweck arbeitet Swiss Olympic primär mit der SASP (Schweizerische Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie) zusammen. Die Mitglieder des Fachverbandes stehen Swiss Olympic, den Schweizer Trainern, sowie Athleten zur Unterstützung in psychologischen Fragen zur Verfügung. 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).

Die entsprechenden Leistungen sind in den Punkten 2.1 bis 2.3 sowie Punkt 3 präzisiert. Ein jährliches Controlling der durchgeführten Interventionen sowie die Erhebung der Athletenfeedbacks sind zusätzliche Dienstleistungen der SASP.

Die nachfolgenden Weisungen umfassen übliche und häufige Fälle des Spitzensportes. Offen bleiben einige wenige Frage- und Problemstellungen. In solchen Fällen behält sich Swiss Olympic vor, als Fachgremium lösungsorientiert zu entscheiden.

## 2 Formen der Zusammenarbeit und Leistungen

Sportpsychologen

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 vier Arten von Organisationsformen für Interventionen angeboten:

Projekte (Pkt. 2.1)

Einzelmassnahmen mit Athleten (Pkt. 2.2) oder

Einzelmassnahmen mit Trainern (Pkt. 2.2) und

Massnahmen mit Mannschaften/Teams (Pkt. 2.3).

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

## 2.1 Projekte

(Mittel- bis langfristige Arbeit mit Fokus auf der systemischen Arbeit):

Grössere Interventionen mit langfristigen Perspektiven und mehreren Athleten, mit einem bestimmten Ziel (OS, WM, EM) und unter Einbezug des Umfeldes.

**→ Projekte müssen sinnvoll in der Verbandsarbeit integriert sein. Sie bezwecken nachhaltige Effekte und sind die von Swiss Olympic bevorzugte Form der psychologischen Arbeit im Spitzensport.**

Die Minimaldauer beträgt insgesamt 8 Tage. Art, Umfang und Inhalt des Projektes wird zwischen dem Verband und dem **Sportpsychologen SASP** festgelegt. Hierbei sind die Ausgangslage und Zielstellungen, die integrierten Personen, die Verantwortlichkeiten, der Zeitrahmen und vorläufige Zeitplan, die vorgesehenen Massnahmen und der Kostenrahmen in einem **Projektantrag** zu spezifizieren. Einmal jährlich ist ein **Zwischenbericht** vorzulegen.

Projekte, für die ein Unterstützungsbeitrag gewünscht wird, sind vom Verband zur Beurteilung an Swiss Olympic einzureichen. Der Projektantrag wird einer fachlichen Prüfung, durch den zuständigen Verbandsbegleiter sowie den Sportpsychologen der Koordinationsstelle Swiss Olympic unterzogen. Das Projektformular befindet sich auf [www.swissolympic.ch](http://www.swissolympic.ch) → Spitzensport → Sportpsychologie oder im Intranet der SASP auf [www.sportpsychologie.ch](http://www.sportpsychologie.ch).

Swiss Olympic unterstützt Projekte durch finanzielle Beiträge im Rahmen seiner Möglichkeiten für:

Elite- und Nachwuchs-Athleten von Nationalkadern mit und/oder ohne Swiss Olympic Cards (wobei das Erfolgspotential aufgezeigt werden muss) aus Sportarten der Einstufung 1 – 3 sowie allen anderen olympischen Sportarten

Der von Swiss Olympic übernommene Anteil richtet sich nach der Einstufung und liegt in der Regel zwischen 40% und 60%. Beurteilungskriterien sind:

die inhaltlichen Zielsetzungen,  
der eventuelle Pilotcharakter,  
die Einstufung der Sportart sowie ob es sich um eine olympische Disziplin handelt oder nicht.

## 2.2 Einzelmassnahmen

### **Athleten:**

- 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.

**Trainern:**

- Beratung: Kurze Zeitperspektive, Stellen einer Diagnose, Erarbeiten von Lösungsmöglichkeiten
- Betreuung: Längerer Zeitrahmen, ev. Begleitung an Wettkämpfen oder Anwesenheit bei Trainingslager, Coachingmassnahmen (coach the Coach).

Einzelmassnahmen für Athleten und Trainer erfolgen durch einen **Sportpsychologen oder Mentaltrainer SASP**.

→ Die benötigten Formulare sowie der detaillierte Prozessablauf befinden sich auf [www.swissolympic.ch](http://www.swissolympic.ch) → Spitzensport → Sportpsychologie oder im Intranet der SASP auf [www.sportpsychologie.ch](http://www.sportpsychologie.ch).

Swiss Olympic unterstützt im Rahmen seiner finanziellen Möglichkeiten durch finanzielle Beiträge:

Elite- und Nachwuchs-Athleten von Nationalkadern mit einer Swiss Olympic Card (Gold, Silber, Bronze und International) aus Sportarten der Einstufung 1 – 3 sowie allen anderen olympischen Sportarten

Nationaltrainer mit einer Swiss Olympic Card aus Sportarten der Einstufung 1 – 3 sowie allen anderen olympischen Sportarten

Swiss Olympic übernimmt für die oben genannten Athleten und Trainer die Kosten zu einem Stundenansatz von 150.- CHF (exkl. MWST) für jährlich maximal 8 Stunden (siehe Pkt. 3).

### 2.3 Massnahmen mit Mannschaften / Teams

Solche Interventionen sind wenn immer sinnvoll als Projekt einzureichen (s. Pkt. 2.1).

Andere Interventionsarten sind hier möglich, analog zum Punkt 2.2:

Beratung: Kurze Zeitperspektive, Stellen einer Diagnose, Erarbeiten von Lösungsmöglichkeiten.

Betreuung: Längerer Zeitrahmen, ev. Begleitung an Wettkämpfen oder Anwesenheit bei Trainingslager, Einbezug des Umfelds.

Massnahmen für Mannschaften und Teams erfolgen durch einen **Sportpsychologen SASP**. Hier muss als Motivation für die Intervention immer der Zielwettkampf (OS, WM, EM) oder eine Krisenbewältigung im Vordergrund stehen.

→ Die benötigten Formulare sowie der detaillierte Prozessablauf befinden sich auf [www.swissolympic.ch](http://www.swissolympic.ch) → Spitzensport → Sportpsychologie oder im Intranet der SASP auf [www.sportpsychologie.ch](http://www.sportpsychologie.ch).

Swiss Olympic unterstützt im Rahmen seiner finanziellen Möglichkeiten durch finanzielle Beiträge:

Elite- und Nachwuchs-Athleten von Nationalkadern mit einer Swiss Olympic Card (Gold, Silber, Bronze und International) aus Sportarten der Einstufung 1 – 3 sowie allen anderen olympischen Sportarten

Nationaltrainer mit einer Swiss Olympic Card aus Sportarten der Einstufung 1 – 3 sowie allen anderen olympischen Sportarten

Swiss Olympic übernimmt für die oben genannten Mannschaften, Teams und Nationaltrainer bei Projekten richtet sich der Anteil nach der Einstufung und liegt in der Regel zwischen 40% und 60% (siehe auch Pkt. 3.) oder

bei Einzelinterventionen die Kosten zu einem Stundenansatz von 150.- CHF (exkl. MWST) für jährlich maximal 8 Stunden (siehe Pkt. 3)

### **3 Zusatzbestimmungen zur Finanzierung**

Als beitragsberechtigte Ansätze für SASP-Mitglieder gelten:

Max. 800.- CHF/Tag (exkl. MWST) für Projektarbeit

Max. 200.-CHF/Tag (exkl. MWST) für Wettkampfbegleitung

(Tarif analog Taggeld für Ärzte gem. Tarif Sportmed)

150.- CHF (exkl. MWST) Stundenansatz für Interventionen durch Sportpsychologen

### **4 Zusammenarbeit mit Nicht-SASP-Mitgliedern**

Auf Wunsch eines Swiss Olympic Card Athleten oder Mannschaften/Teams kann im mentalen Bereich mit einer Person zusammengearbeitet werden, die nicht SASP-Mitglied ist. Dabei müssen die inhaltlichen Schwerpunkte dieser Zusammenarbeit Swiss Olympic schriftlich dargelegt werden. Swiss Olympic entscheidet fallweise über den Beitrag!

### **5 Beratungs- und Koordinationstellen**

In der Schweiz gibt es zwei Sportpsychologiezentren, die Auskünfte erteilen, Abklärungen vornehmen, Kontakte herstellen und Adressen von Sportpsychologen und Mentaltrainer vermitteln:

Bundesamt für Sport, Sportwissenschaftliches Institut

2532 Magglingen

Karin Moesch (jeweils Montag und Dienstag) und Daniel Birrer, Psychologen FSP

032/327 63 34 (direkt), 032/327 63 11 (Zentrale)

Service de Santé de la Jeunesse, Centre de Médecine d'Exercice, Université de Genève, Rue des Glacis-de-Rive 11, 1211 Genève 3

Monsieur Mattia Piffaretti, psychologue FSP

022/327 61 57 und 079/417 95 64

### **6 Inkraftsetzung**

01. Januar 2004

**Swiss Olympic Association**

gez. Dr. Walter Kägi  
Präsident

gez. Marco Blatter  
Direktor