

Neuer psychologischer Zeitgeist

Der Tag der Tiroler Sportpsychologie soll für die Arbeit an Athleten sensibilisieren.

Innsbruck – Seit 15 Jahren steht Christopher Willis in leitenden Diensten des Sportpsychologischen Kompetenzzentrums des Landes Tirol – Tiroler Landessportfachverbände (Ti-Sport). Eine Zeit, in der sich viel getan hat.

Wenn Sie den Sprung von Ihren Anfängen ins Hier und Jetzt wagen: Was hat sich getan, hat eine Sensibilisierung fürs Thema Sportpsychologie stattgefunden?

Christopher Willis: Früher war es unbekannt, nicht akzeptiert, wurde belächelt und man hat lieber in andere Bereiche investiert. Heute ist fast für jeden Sportler klar, dass dieser Bereich dazugehört, um optimale Leistungen erbringen zu können. Auch im Tiroler Fußball wird die sportpsychologische Betreuung vermehrt in Anspruch genommen: Nachwuchsspieler der Akademie und des FC Wacker Innsbruck setzen auf mentale Betreuung, Klubs wie der SV Zams und SC Imst lassen sich von Sportpsy-

chologen betreuen.

Welche Themen werden mit den Teams bearbeitet?

Willis: Verbesserung der Gruppendynamik, der Kommuni-



„ Es wird oft darauf vergessen, dass nur wenige Teams und Athleten dauerhaft erfolgreich sind.“

Christopher Willis
(Sportpsychologe)

Foto: Böhm

kation mit dem Trainerteam sowie der Umgang mit Außenseibern oder Niederlagenserien. Es wird oft darauf vergessen, dass nur die wenigsten dauerhaft Erfolg haben. Der Schwerpunkt unserer Teamarbeit liegt klar auf dem Nachwuchs, eine neue Generation

wächst heran.

Welchen Themen widmet sich die Beratung der Einzelsportler?

Willis: Vielfach der Lebens- und Karriereplanung, dem Umgang mit Wettkampfdruck (darunter fallen die Versagensängste), dem Konfliktmanagement bzw. Management des gesamten Umfelds.

Vom (Spitzen-)Sport zum alltäglichen Leben: Wird der seelischen Gesundheit genug Aufmerksamkeit gewidmet?

Willis: Nein. Es wird immer noch viel zu wenig Zeit der seelischen Gesundheit gewidmet. Die Wichtigkeit der Psyche wird immer noch unterschätzt. Der Zeitgeist ist aber anders geworden, es wird offener damit umgegangen. Wir sollten in unserer Arbeit übrigens auch nicht auf Talente vergessen, die es nicht geschafft haben.

ÖFB-Teamchef Marcel Koller setzt auf den Sportpsychologen Thomas Graw?

Willis: Unser Hauptredner am

Tag der Sportpsychologie, der über die neuesten Trends im Fußball referieren wird.

Das Interview führte
Alex Gruber

Sportpsychologie

Tiroler Tag der Sportpsychologie

2012 am 21.09.2012 von 9 bis 15 Uhr. **Ort:** Bildungsinstitut Grillhof in Igls; **Thema:** Coaching in Mannschaftssportarten.

Anmeldung: nur online unter: www.praxistage.com.

Hauptredner: Thomas Graw (Sportpsychologe der Österreichischen Fußballnationalmannschaft). Graw versucht durch seine Arbeit (Mentales Training, Optimierung der Gruppendynamik) die österreichischen Nationalspieler zu unterstützen und wird dabei über seine Erfahrungen und Ansätze im Profifußball berichten. **Weitere Referenten:** Babett Lobinger (Sporthochschule Köln) und Günter Amesberger.