

Robert-Enke-Stiftung zeichnet OSP aus

Der Olympiastützpunkt (OSP) Niedersachsen hat den „Förderpreis Seelische Gesundheit im Nachwuchsleistungssport“ der Robert-Enke-Stiftung für das sportpsychologische Angebot zur Stärkung der seelischen Gesundheit von Nachwuchsleistungssportler*innen im Verbundsystem Leistungssport – Schule in Hannover erhalten. Das Angebot umfasst sportpsychologische Eigendiagnostik vor der Aufnahme von Talenten in das LOTTO Sportinternat und Grundlagen-Workshops für Landeskader, Trainer, Betreuer und Eltern.

Sportpsychologie am OSP

Im Bereich Sportpsychologie des Olympiastützpunktes (OSP) Niedersachsen arbeiten die Sportpsychologinnen Dr. Lena Tessmer und Anne Lenz sowie als externe Kooperationspartnerin Dr. Tamara Thomsen. „Wir haben wegen der hohen Zahl an Landeskadern im LOTTO Sportinternat uns bewusst für diese starke Besetzung des Servicebereiches entschieden, um auch ihnen ein Angebot machen zu können“, sagt der Vorstandsvorsitzende des LandesSportBundes (LSB) Niedersachsen, Reinhard Rawe, für den Träger des OSP. Die Bund-Länder-Vereinbarung Sport, in der die Förderung von Nachwuchsleistungssportler*innen als Verantwortungsbereich auf Landesebene vereinbart wurde, ist am OSP Niedersachsen seit 2019 mit personellen Ressourcen auch in der Sportpsychologie umgesetzt worden. „Der OSP verfügt damit bundesweit über ein Alleinstellungsmerkmal unter den Olympiastützpunkten.“

Zu den Beratungsanliegen gehören u. a.:

- Nervosität im Wettkampf bis hin zu Wettkampfangst
- Hemmungen / Angst bei bestimmten Bewegungsausführungen
- Umgang mit Verletzungen
- psychosoziale Probleme (z. B. Heimweh, Liebeskummer)
- Drop Out-Gedanken / Entscheidungen für/gegen den Leistungssport
- Probleme / Konflikte mit dem/r Trainer*in
- Umgang mit starken Emotionen (z. B. Ärger, Verzweiflung)



v.l.: Jan Baßler, Geschäftsführer der Robert-Enke-Stiftung, Leichtathletin Johanna Paul aus dem Teilzeit-Internat des LOTTO Sportinternates am OSP, Dr. Lena Tessmer, Sportpsychologin am OSP und Reinhard Rawe, Vorstandsvorsitzender LandesSportBund Niedersachsen. Foto: LSB

Workshopkonzept 2022

Das prämierte Workshopkonzept basiert auf einem Angebot zur sportpsychologischen Betreuung für den Nachwuchsleistungssport, das im Schuljahr 2020/21 erprobt und evaluiert wurde. Die Maßnahmen beinhalteten

- eine sportpsychologische Eingangsdiagnostik junger Sporttalente bei Aufnahme in das Vollzeitinternat im Sportpark Hannover und
- für alle Sportarten offene Grundlagen-Workshops für die Talente am LOTTO Sportinternat sowie Workshops für Trainer*innen, Internatsbetreuer*innen und Eltern.
- themenspezifische Workshops, z. B. bei Phasen der Karriereübergänge oder Karriereende

Als Konsequenz aus den Erfahrungen wurde das Konzept evaluiert und weiterentwickelt, so dass nun Trainer*innen und Fachverbände Workshops für einzelne Trainingsgruppen buchen können, da die vertraute Gruppenkonstellation und ähnliche Bedürfnisse den gemeinsamen Austausch erleichtern (immer natürlich mit dem Blick auf die vorhandenen Ressourcen).

„Das Konzept zeigt bereits seine präventive Wirkung, denn die Inanspruchnahme unserer Services hat sich sehr erhöht. Viele Akteure begreifen sportpsychologische

Angebote inzwischen als Teil leistungssportlicher Expertise“, freut sich Dr. Lena Tessmer, die das Konzept maßgeblich entwickelt hat.

Preisgeld

Das mit der Auszeichnung verbundene Preisgeld in Höhe von 2.500 Euro soll zur Kofinanzierung der kostenpflichtigen Einzeldiagnostik „Mental Sports Performance Indicator“ (MSPI) eingesetzt werden. Jan Baßler, Geschäftsführer der Robert-Enke-Stiftung, sagt für die Stiftung und die Mitglieder der interdisziplinär besetzten Prüfungskommission: „Wir gratulieren dem OSP Niedersachsen zur Auszeichnung mit dem `Förderpreis Seelische Gesundheit im Nachwuchsleistungssport`. Bereits seit Jahren wissen wir, wie gut die Athlet*innen an diesem OSP sportpsychologisch betreut werden. Besonders überzeugt hat die Robert-Enke-Stiftung, wie das Spannungsfeld Leistungssport und Schule mit klugen Maßnahmen behandelt wird. Die Schilderungen der Athlet*innen bei unserem Besuch haben das heute noch einmal bestätigt.“ Der Prüfungskommission gehören an: Prof. Dr. Petra Garlipp (Referat Sportpsychiatrie/-psychotherapie der DG-PPN), Frauke Wilhelm (Sportpsychologin) und Markus Miller (Torwarttrainer Karlsruher SC)