

Annika Olofsson/Thomas Grimminger

# Sportpsychologische Eingangsdiagnostik – die dritte Säule des Trainingsmanagements

Sportpsychologische Diagnostik eröffnet neue Perspektiven für die Messung und Förderung mentaler Stärke im Leistungssport. Mit diesem Ziel erweiterte der Olympiastützpunkt Stuttgart sein Beratungs- und Betreuungsangebot um eine umfassende sportpsychologische Eingangsdiagnostik und setzt nun auch in diesem Feld stärker auf die individuelle Entwicklung seiner Athletinnen und Athleten. Der vorliegende Beitrag stellt die damit verbundenen Ziele, den praktischen Prozess und dessen Folgen dar.

Eingegangen: 19.12.2011

## 1. Einleitung

Eine qualifizierte sportpsychologische Betreuung und die konsequente Ausrichtung der Sportpsychologie am Leistungsprinzip wurden gefordert (Eberspächer, Immenroth & Mayer, 2002) und auf den Weg gebracht (Mayer, Kuhn, Hermann & Eberspächer, 2009). Dabei gehen die Olympiastützpunkte (OSP) wegweisend voran. Der Olympiastützpunkt Stuttgart bietet seit Jahren eine umfassende und intensive sportpsychologische Betreuung, die Nachwuchs- und Einzelarbeit sowie Kriseninterventionen verbindet. Bei der Einbindung der sportpsychologischen Arbeit als zentralen Baustein im modernen Spitzensport geht der OSP Stuttgart jedoch noch einen Schritt weiter: Mit dem Angebot einer **generellen sportpsychologischen Eingangsdiagnostik** stellt er sein Trainingsmanagement auf eine dritte Säule: Neben der medizinisch-physiologischen Untersuchung und der Leistungsdiagnostik rundet die psychologische Diagnostik das Bild des Sportlers, seines Potenzials und seiner Möglichkeiten ab.

Der Olympiastützpunkt Stuttgart verfolgt bei der sportpsychologischen Eingangsdiagnostik drei Ziele. Erstens, soll der Bedarf für sportpsychologische Interventionen abgeschätzt und das Trainingsangebot darauf abgestimmt werden. Das erhöht die Prozesseffizienz der sportpsychologischen Arbeit und macht Entwicklungspotenziale früh sichtbar. Zweitens, soll die sportpsychologische Arbeit stärker in den Trainingsalltag eingebunden und für alle Athleten erlebbar werden. Auf diese Weise werden ein Grundverständnis für sportpsychologische Methoden und ihren Einsatzzweck schon zu Beginn der leistungssportlichen Karriere vermittelt und Angst oder Hemmung vor der Sportpsychologie abgebaut. Drittens, soll eine eigene Vergleichsgruppe für spätere Auswahl-situationen geschaffen werden, z.B. für den Aufnahmeprozess in das angegliederte Internat „Haus der Athleten“. Hiermit will man dem mangelnden Einsatz psychologischer Verfahren bei der Auswahl und Entwicklung von Sporttalenten trotz ihrer mehrfach gezeigten Bedeutung begegnen (Beckmann, Elbe & Szymanski, 2002; Elbe & Seidel, 2003).

Im Folgenden werden der in der Praxis durchgeführte Prozess und die dabei verwendeten Verfahren am Olympiastützpunkt Stuttgart beschrieben. Der Schwerpunkt liegt auf der Anwendung und der Umsetzung der Eingangsdiagnostik. An zwei Fallbeispielen werden die aus der Diagnostik abgeleiteten Empfehlungen für den individuellen und den Teamentwicklungsprozess dargestellt.

## 2. Diagnostik mentaler Stärke im Leistungssport

Im Einklang mit den Zielen erfasst die sportpsychologische Eingangsdiagnostik alle Athleten der am Olympiastützpunkt Stuttgart vertretenen Sportarten. Aus diesem Grund werden nur psychologische Eigenschaften und mentale Fähigkeiten erhoben, die nachgewiesenermaßen für den Erfolg im Leistungssport wichtig sind und in jeder Sportart dem Ziel dienen, die optimale Leistung zu einem definierten Zeitpunkt abzurufen (vgl. Eberspächer, Mayer, Hermann & Kuhn, 2005). Dieses Vorgehen kann sportart-spezifische Besonderheiten nicht immer berücksichtigen (Blazek & Stoll, 2011), doch gibt es eine Anzahl von Eigenschaften und psychologischen Fertigkeiten, die mit erfolgreichen Leistungssportlern generell in Verbindung gebracht werden und deren Vorhersagekraft für sportliche Leistung im Nachwuchs- sowie Hochleistungssport belegt werden konnte (vgl. Alfermann & Stoll, 2006; Weinberg & Gould, 2006).

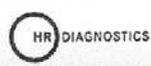
In den letzten Jahren werden diese Eigenschaften immer häufiger unter dem Begriff „Mentale Stärke“ zusammengefasst (Jones, Hanton, & Connaughton, 2002). Eine prägnante und bekannte Definition stammt von Loehr (1995, S. 5), der mentale Stärke als Fähigkeit beschreibt, durchweg und ungeachtet der Wettkampfbedingungen das eigene Talent und die erworbenen Fertigkeiten abrufen zu können. Um weitere Klärung bemühen sich Jones und Kollegen (2002, S. 5) und definieren mentale Stärke als angeborenen oder erworbenen psychologischen Vorteil mit folgender Konsequenz: Mental starke Sportler können, erstens, mit den vielfältigen Anforderungen (Wettkampf, Training, Lebensstil), die der Sport ihnen abverlangt, besser umgehen als ihre Gegner und, zweitens, über die Dauer entschlossener, fokussierter und selbstsicherer agieren. Dabei haben sie sich und die Situation auch unter Druck besser im Griff. Jones und Kollegen erweitern somit die Definition um drei Aspekte: den Vergleich mit dem Gegner, die Unterscheidung zwischen angeborener und erworbener mentaler Stärke und deren Vorteil nicht nur in der Wettkampfsituation, sondern auch im Training und in der generellen Ausrichtung auf den Leistungssport. Eigenschaften und Fähigkeiten, die sie in der Folge als Teil des Konstrukts aufführen, sind unter anderem Selbstvertrauen, Motivation, Leistungsorientierung und die Fähigkeit, einen fokussierten Lebensstil zu führen und mit Wettkampfdruck, Angst sowie physischem und emotionalem Schmerz umzugehen.

ABB. 1 Items in der Phase Wettkampfvorbereitung



**Mentale Stärke - im Training und im Wettkampf**

OLYMPIA EQUIPMENT SYSTEM



---

Einführung

15 von 35



Vor Beginn des Rennens ...

... glaube ich daran, dass ich alles schaffen kann.

trifft gar nicht zu    teils    trifft voll zu  
 1   2   3   4   **5**   6   7

---

... geht es mir körperlich schlecht.

trifft gar nicht zu    teils    trifft voll zu  
**1**   2   3   4   5   6   7

---

... habe ich meist nur einen ungefähren Plan, wie ich vorgehen möchte

trifft gar nicht zu    teils    trifft voll zu  
 1   2   **3**   4   5   6   7

Weiter >>

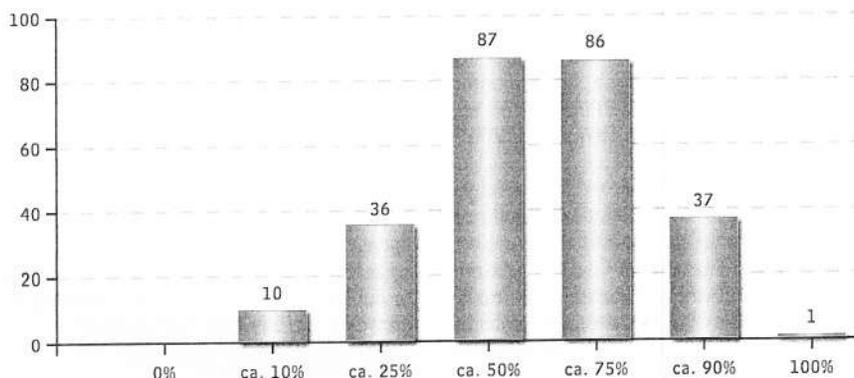
© HR Diagnostics AG

TAB. 1 Das Phasenmodell

	Training	Vor	Während	Nach
Eigenmotivation	✓			✓
Lernbegeisterung	✓			✓
Selbstvertrauen	✓	✓	✓	✓
Ehrgeiz	✓	✓	✓	✓
Zielsetzung	✓	✓	✓	✓
Emotionale Kontrolle	✓	✓	✓	✓
Wettkampfkonzentration		✓	✓	
Wettkampfstärke		✓	✓	

ABB. 2 Begleitende Befragung

Wie viel Prozent der sportlichen Leistung macht deiner Meinung nach dein mentaler/psychischer Zustand aus (im Vergleich zu Training, Talent, ect.)?



Im deutschsprachigen Raum gab es bisher kein diagnostisches Verfahren, das die beschriebene komplexe Definition des Konstrukts der mentalen Stärke abbildet und die vielfältigen Eigenschaften und Fähigkeiten, die unter diesem Begriff zusammengefasst werden, in einem System sportartspezifisch und dabei sportartübergreifend erfasst sowie Unterstützung und Anleitung zu deren Weiterbildung liefert. Mit diesem Ziel wurde der *Mental Strength Performance Indicator* (MSPI; HR Diagnostics) entwickelt. Der MSPI baut auf den Erkenntnissen auf, die unter anderem im Rahmen der Validierung und Weiterentwicklung des *Sportbezogenen Motivationstests* (SMT; Frintrup & Schuler, 2007; Olofsson, Frintrup & Schuler, 2008) mit einer Gesamtdatenlage von über 7000 Sportlern erworben wurden, und verbindet eigene Forschungsergebnisse mit den theoretischen Fortschritten und empirischen Erkenntnissen in der Sportpsychologie der letzten Jahre. Der MSPI hat sich in ersten Entwicklungsstudien als reliabel erwiesen ( $\alpha = .94$ ) und Zusammenhänge mit relevanten Konstrukten sowie Kriterien gezeigt (z.B. Erfolgseinschätzung mit  $r = .37$ ; Olofsson, in Vorbereitung).

Der MSPI erfasst Mentale Stärke im Sport mit 110 Items, die acht Dimensionen zugeordnet sind: Eigenmotivation, Lernbegeisterung, Selbstvertrauen, Ehrgeiz, Zielsetzung, emotionale Kontrolle, Wettkampfkonzentration (entspricht funktionalem Coping) und Wettkampfstärke (als positiver Pol der Wettkampfangst). Die Items sind sportspezifisch formuliert, erfassen dabei aber Aspekte, die im Leistungssport in jeder Sportart relevant sind. Die Items werden in Gruppen zusammengefasst, sodass eine kurze Situation vorgegeben wird (z.B. „In einem wichtigen Wettkampf...“), in deren Rahmen sich mehrere unterschiedliche Verhaltensweisen oder Einstellungen darstellen lassen, die den einzelnen Dimensionen zugeordnet werden können (Abb. 1). Dies hat den Vorteil, dass in der Online-Darbietung die Situationen den einzelnen Sportarten angepasst werden können (z.B. Regatta anstatt Wettkampf), reduziert den Lese- und Zeitaufwand und erleichtert es, sich in die Situation hineinzuversetzen.

Eine Neuheit in der sportpsychologischen Diagnostik ist der multiphasische Ansatz. Der MSPI trennt explizit zwischen den zeitlich sowie anforderungsspezifisch verschiedenen Phasen „Training“, „Wettkampfvorbereitung“, „Wettkampf“ und „Wettkampfnachbereitung“. Jede der Dimensionen wird getrennt für alle bzw. für ausschließlich die Phasen erfasst, in denen dieses Merkmal handlungs- und somit leistungsrelevant ist (Tab. 1). Der Ansatz folgt einer breiten Definition der mentalen Stärke (Jones et al., 2002) und ermöglicht die Erstellung und Betrachtung differenzierter individueller Profile. Dieses Vorgehen verdeutlicht zudem Unterschiede zwischen Sportlern, zeigt Ansatzpunkte für ursachenorientierte Maßnahmen und Kompensationsmöglichkeiten auf und ermöglicht ein individuell abgestimmtes Trainingskonzept.

### 3. Sportpsychologische Eingangsdiagnostik am Olympiastützpunkt Stuttgart

In zwei Testwellen im Frühjahr und Herbst dieses Jahres wurden insgesamt 387 Sportler zur Eingangsdiagnostik eingeladen. Die Sportler bearbeiteten den MSPI online. Zusätzlich wurde noch ein Verfahren zur Messung der Aufmerksamkeit eingesetzt, dessen Testlogik dem Aufmerksamkeits-Belastungs-Test d2 (Brickenkamp, 2002) entspricht.

Die Einladung der Sportler erfolgte über die Trainer der OSP-Schwerpunktsportarten, das dem Olympiastützpunkt angeschlossene Internat „Haus der Athleten“ und über die Eliteschulen des Sports im Raum Stuttgart. In die Diagnostik wurden sowohl Bundes- als auch Landeskader mit einbezogen, um für spätere Auswahlkandidaten eine verlässliche und heterogene Normstichprobe zu gewinnen. Die Beteiligung lag bei 78,8 Prozent. Etwas mehr als zwei Drittel der Sportler haben D- oder D/C-Kader-Status (68,1 Prozent), weitere 27,5 Prozent haben C-Kader-Status oder höher. 35,4 Prozent der Teilnehmer sind weiblich (n = 108) und im Mittel sind die Sportler 16,57 Jahre alt (9 bis 40 Jahre, s = 3,83).

Eine allgemeine Einschätzung ihrer mentalen Stärke erhalten die Sportler direkt zurückgemeldet. In einem schriftlichen Feedback werden ihnen ihr Profil der acht Eigenschaften und ihre Stärken und Schwächen detailliert erläutert und jede Eigenschaft in Abhängigkeit der vier Phasen dargestellt und erklärt. Über die reine Ergebnismeldung hinaus bekommen die Sportler auf ihr Profil passende Tipps und Anregungen, wie sie mental stärker werden. Sportpsychologische Methoden werden empfohlen und erklärt, die sich auf ihre spezifischen Stärken und Schwächen beziehen und situationsbedingte Einflüsse und Folgen berücksichtigen.

### 4. Reaktionen und Ergebnisse

Die Reaktionen von Sportlern und Trainern waren durchweg positiv. Vermehrte Kontaktaufnahmen von Sportlern über die Trainer oder direkt an die Sportpsychologen geben Hinweis darauf, dass das Interesse an sportpsychologischer Weiterentwicklung geweckt oder zumindest gesteigert wurde und dass die Hemmschwelle, nach sportpsychologischen Methoden zu fragen, gesunken ist. Auch die gesteigerte Nachfrage von Trainern und Sportlern nach der Möglichkeit zur Teilnahme an der zweiten Testwelle zeigt die Akzeptanz für den Prozess und das Verfahren. Im diagnostischen Prozess am Olympiastützpunkt Stuttgart werden die Sportler nicht getestet und dann alleine gelassen, sondern mit individuellen Rückmeldungen, Trainingsangeboten und Wissen versorgt, die ihnen in ihrer Entwicklung weiterhelfen. Dieses Vorgehen ist im Interesse der Sportler, deren Mehrheit bei einer begleitenden Befragung die Bedeutung des mentalen und psychischen Zustands für ihre sportliche Leistung klar erkennt (Abb. 2).

Bereits nach der ersten Testwelle konnten zwei an die Diagnostik angepasste Trainings angeboten und durchgeführt werden, die sich an Sportler mit einer spezifischen Kombination von Stärken und Schwächen richteten. „Stark werden für den Wettkampf“ wurde speziell für Athleten entwickelt, die hohe Wettkampfangst zeigen und diese nicht kontrollieren oder positiv umwandeln können. „Ehrgeizige Ziele erreichen“ richtete sich an Sportler mit hoch ausgeprägtem Ehrgeiz bei gleichzeitig mangelnden Fertigkeiten zur Zielsetzung und Eigenmotivation, vor allem im Training.

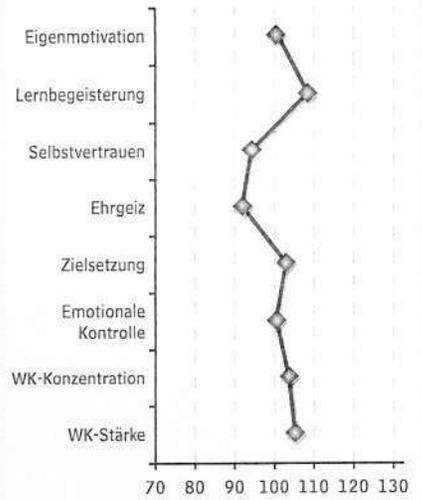
Die Möglichkeiten zur individuellen oder professionell unterstützten Weiterentwicklung auf der Basis einer sportartübergreifend durchgeführten Eingangsdiagnostik werden in der Folge an drei Sportlern verdeutlicht. Für den Individualsport werden das Profil eines Schützen (Abb. 3) und einige sich daraus ergebende Implikationen näher beschrieben. Für den Team-sport wurde exemplarisch ein Segelteam gewählt, das aus zwei Personen besteht (Abb. 4). Der Vergleich der Profile und die zeitlichen Verläufe der Ausprägungsstärke bestimmter Dimensionen geben wichtige Hinweise auf mögliche Ansatzpunkte für die individuelle und die Teamentwicklung. Die Ausprägungen werden im Vergleich zur Normgruppe auf einer Z-Wert-Skala zwischen 70 und 130 zurückgemeldet, wobei 100 dem Durchschnitt der Vergleichsstichprobe entspricht.

#### Beispiel 1: Individualsport – Schießsport, männlich, 19 Jahre

Die Stärken dieses Sportlers liegen vor allem bei seiner überdurchschnittlichen Lernbereitschaft (109) und Wettkampfstärke (104). Bei Letzterer handelt es sich um den positiven Pol der Wettkampfangst, d.h., der Sportler ist im Wettkampf wenig von Angstsymptomen abgelenkt. Sein Wert in der Wettkampfkonzentration spricht zudem dafür, dass er mit der Aufregung konstruktiv umzugehen vermag und über handlungsorientierte Copingmethoden verfügt. Entwicklungspotenziale auf Dimensionsebene finden sich vor allem bei Selbstvertrauen und Ehrgeiz. Ein Blick in das Phasenmodell (Abb. 5) zeigt bei beiden Eigenschaften einen differenzierten zeitlichen Verlauf.

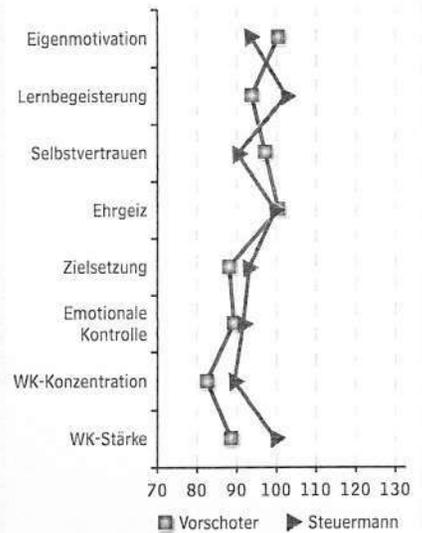
Während das Selbstvertrauen im Wettkampf ansteigt und dort bei einem durchschnittlichen Wert liegt, fällt der Ehrgeiz im Wettkampf ab und sinkt auf einen weit unterdurchschnittlichen Wert nach dem Wettkampf. Anstatt diesem Sportler generell ehrgeizigeres Verhalten und mehr Vertrauen in sich selbst anzuraten, empfiehlt und erklärt das Feedback an diesen Stellen unterschiedliche sportpsychologische Methoden, die genau an diesen Punkten ansetzen. Ideen für mehr Ehrgeiz im Wettkampf sind zum Beispiel kämpferische Selbstinstruktionen, der Aufbau eines Feindbilds oder der symbolische Wettbewerb mit einem Idol. Für die Phase danach wird auf die Notwendigkeit neuer Ziele und Herausforderungen hingewiesen und erklärt, wie spezifische Leistungseinschätzungen getroffen und genutzt werden können, so-

ABB. 3 Profil I



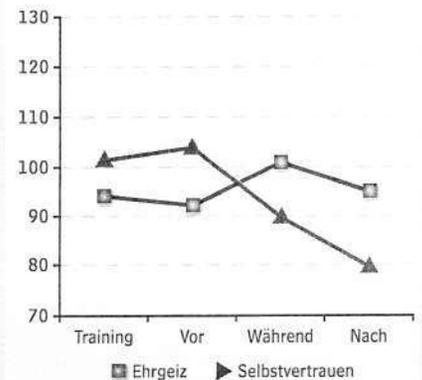
Profil eines Individualsportlers

ABB. 4 Profil II



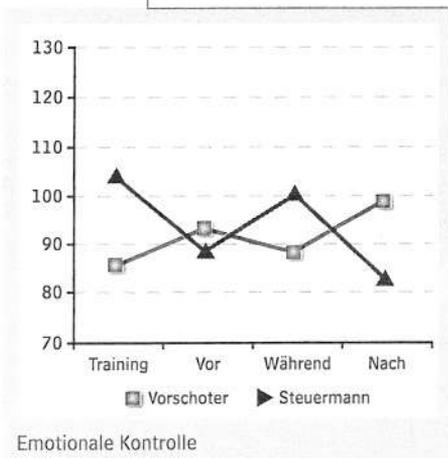
Profil eines Segelteams

ABB. 5 Phasenmodell I



Ehrgeiz und Selbstvertrauen

ABB. 6 Phasenmodell II



wie der Umgang mit Gewinnen und Verlieren thematisiert. Für die Phase vor dem Wettkampf wird der Fokus auf Verhaltensweisen gelegt, die das Selbstvertrauen stärken. Hier steht ebenfalls die Zielsetzung, aber auch die Rückbesinnung auf Erfolge als Kraftquelle im Vordergrund. Mit Hilfe dieser Anregungen und Vorschläge kann sich der Sportler je nach seinen Möglichkeiten selbstständig weiterentwickeln, gezielt nach Methoden suchen oder professionelle Unterstützung bei einem Trainer oder Sportpsychologen erfragen.

Beispiel 2: Teamsport – Segeln, männlich, 17 und 20 Jahre

Eine weitere Anwendungsmöglichkeit der Eingangsdagnostik ist die gemeinsame Betrachtung der Ergebnisse und eine darauf aufbauende Beratung im Teamsport. Ein genauer Einblick in die Profile und deren Vergleich kann dabei helfen, eventuelle Unstimmigkeiten oder

Kommunikationsschwierigkeiten zu entdecken und zu thematisieren.

Auf den ersten Blick scheinen sich die beiden Segler nicht stark zu unterscheiden. Ihre mentale Stärke ist über alle Dimensionen hinweg leicht unterdurchschnittlich (93 und 90). Beide haben differenzielle Stärken – der Steuermann in der Wettkampfstärke und Lernbegeisterung, der Vorschoter im Selbstvertrauen. Für die praktische Tätigkeit und die Weiterentwicklung des Teams hilft ein Blick in die phasenabhängige Ausprägung. Als Beispiel dient die emotionale Kontrolle (Abb. 6).

Während der Steuermann vor allem vor und nach der Regatta Schwierigkeiten hat, mit seinen Gefühlen umzugehen, zeigt der Vorschoter die größten Beeinträchtigungen während des Wettkampfs und im Training. Diese sehr unterschiedlichen Reaktionen auf die Wettkampfsituation können Grund für Kommunikations- und Verständnisprobleme und in ihrer Folge für Leistungsminderungen sein. Vor allem die fehlende emotionale Kontrolle des einen Mannschaftsmitglieds auf dem Boot sowohl im Wettkampf als auch im Training kann zu Missstimmungen und Unverständnis führen. Trotz eines beinahe identischen Werts in dieser Dimension (Abb. 4) folgen in der praktischen Umsetzung zwei unterschiedliche Ansatzpunkte für eine möglichst effiziente Kompensation der unterdurchschnittlichen emotionalen Kontrolle. In diesem Team ist für den einen Sportler eher das Erlernen von Psychoregulationstechniken, die an Bord angewendet werden können, wichtig, und für den anderen Sportler steht der realistische Umgang mit Zielen sowie Erfolg und Misserfolg im Mittelpunkt.

5. Diskussion und Ausblick

Bereits ein halbes Jahr nach der Einführung einer umfangreichen sportpsychologischen Eingangsdagnostik am Olympiastützpunkt Stuttgart kann konstatiert werden, dass die damit verbundenen Ziele erfolgreich umgesetzt werden können. In der Grundgesamtheit der teilnehmenden Athleten und auch innerhalb der einzelnen Sportarten konnten Entwicklungsfelder bestimmt und zurückgemeldet werden. Mit dem MSPI (HR Diagnostics) wurde ein Verfahren gewählt, das ein genau abgestimmtes Trainingsangebot ermöglichte und alle Sportler einbindet, die es benötigen. Die rege Teilnahme an der Eingangsdagnostik sowie das stetig steigende Interesse an diesem diagnostischen Angebot führten dazu, dass auch Trainer und Sportler erreicht werden konnten, die zuvor keinen oder kaum Kontakt mit der Sportpsychologie hatten. Die Sportpsychologie wurde, wie beabsichtigt, stärker im Bewusstsein und im Trainingsalltag verankert. Die ausführliche Rückmeldung der Ergebnisse sowie die Empfehlung und Erklärung individuell passender Methoden halfen den Sportlern, sich ihrer Stärken und Schwächen bewusst zu werden. Nach ersten praktischen Erfahrungen führte dies bei einigen auch dazu, dass ihre Hemmschwelle, sich mit diesen Themen zu beschäftigen und nach Unterstützung zu fragen, verringert wur-

de. Ebenfalls konnten mit bisher weit über 300 Teilnehmern eine eigene Normstichprobe und verlässliche Daten für zukünftige Auswahl-situationen gewonnen werden.

Der Olympiastützpunkt Stuttgart wird auch im nächsten Jahr das Angebot der Eingangsdagnostik beibehalten und in ersten Auswahl-situationen einführen. Die Durchführung und Auswertung der begleitenden wissenschaftlichen Studie wird fortgeführt, um weitere Daten zur Validität und zum Zusammenhang von Persönlichkeitsfaktoren und Leistung zu erhalten. Eine Erweiterung der sportpsychologischen Diagnostik, z.B. durch sportartspezifische Verfahren und Normen, ist für einen späteren Zeitpunkt geplant.

\*

Literatur

Alfermann, D. & Stoll, O. (2006). Sportpsychologie. In K. Pawlik (Hrsg.), *Handbuch Psychologie. Wissenschaft, Anwendung, Berufsfelder* (S. 831-837). Heidelberg: Springer Verlag.

Beckmann, J., Elbe, A.-M. & Szymanski, B. (2005). Persönlichkeits- und Leistungsentwicklung von Sportinternatschülern in Potsdam. In *BISP-Jahrbuch 2004* (S. 337-342). Bonn: Bundesinstitut für Sportwissenschaft.

Blazek, I. & Stoll, O. (2011). „Mentale Stärke“ im Wasserspringen. Diagnostik und Interventionsableitungen. *Leistungssport*, 41 (6), 22-25.

Brickenkamp, R. (2002). *Test d2. Aufmerksamkeits-Belastungs-Test*. Manual. Göttingen: Hogrefe.

Eberspächer, H., Immenroth, M. & Mayer, J. (2002). Sportpsychologie – ein zentraler Baustein im modernen Leistungssport. *Leistungssport*, 32 (5), 5-10.

Eberspächer, H., Mayer, J., Hermann, H.-D., Kuhn, G. (2005). Olympiasonderförderung Sportpsychologie. *Leistungssport*, 35 (1), 38-41.

Elbe, A.-M. & Seidel, I. (2003). Die Bedeutung von psychologischen Faktoren bei der Auswahl von Sporttalenten an Eliteschulen des Sports. *Leistungssport*, 33 (3), 59-62.

Frintrup, A. & Schuler, H. (2007). *SMT – Sportbezogener Motivationstest*. Göttingen: Hogrefe.

HR Diagnostics (o.J.). *MSPI: Mental Strength Performance Indicator*. Stuttgart: HR Diagnostics AG.

Jones, G., Hanton, S. & Connaughton, D. (2002). What is this thing called mental toughness? An investigation of elite sport performers. *J. Appl. Sport Psychol.*, 14, 205-218.

Loehr, J. E. (1995). *The New Toughness Training for Sports – Mental Emotional Physical Conditioning from One of the World's Premier Sports Psychologists*. New York (NY): Plume.

Mayer, J., Kuhn, G., Hermann, H.-D. & Eberspächer, H. (2009). Sportpsychologische Betreuung der Spitzenverbände 2003-2008 – eine Bilanz. *Leistungssport*, 39 (2), 19-22.

Olofsson, A., Frintrup, A. & Schuler, H. (2008). Konstrukt- und Kriterienvalidierung des Sportbezogenen Leistungsmotivationsstests SMT. *Ztschr. Sportpsychol.*, 15 (2), 33-44.

Weinberg, R. S. & Gould, D. (2006). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign (IL): Human Kinetics.

\*

Die Autoren

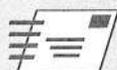
Annika OLOFSSON, Dipl.-Psych., verantwortet bei der HR Diagnostics AG die sportpsychologische Diagnostik und ist als freiberufliche Sportpsychologin für den Olympiastützpunkt Stuttgart tätig.

Anschrift: Annika Olofsson, HR Diagnostics AG, Hackländerstraße 17, 70184 Stuttgart  
E-Mail: olofsson@hr-diagnostics.de

Thomas GRIMMINGER, ist seit 2009 als Leiter des Olympiastützpunkts Stuttgart und Vorsitzender des Regionalteams Stuttgart tätig.

Anschrift: Thomas Grimminger, Olympiastützpunkt Stuttgart, Mercedesstraße 83, 70372 Stuttgart  
E-Mail: grimminger@osp-stuttgart.org

Bei Umzug bitte neue Adresse an uns!



Liebe Abonnenten,

Sie wollen nach einem Umzug Ihre Zeitschrift unterbrechungsfrei zugestellt bekommen? Dann teilen Sie uns bitte frühestmöglich Ihre neue Adresse mit, denn ein Nachsendeantrag bei der Post umfasst selbstsamerweise nicht die Zustellung von abonnierten Zeitschriften! Also am besten gleich beim Verlag melden, sobald Ihre neue Adresse feststeht und ab wann sie gilt (bitte dabei die bisherige Anschrift und Ihre Kundennummer angeben).

Ihr Philippka-Sportverlag

Tel.: 0251/23005-15,  
E-Mail: abo@philippka.de,  
Fax: 0251/23005-99