Newsletter 1/ 2017

- **AKTUELLE TERMINE**

49. Jahrestagung der asp - Gelingende Entwicklung im Lebenslauf

Im Rahmen der Jahrestagung der Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie (Bern, 25.-27. Mai 2017) wird die Entwicklung von MentalGestärkt von 2011-2016 in einem Vortrag vorgestellt. Unter dem Tagungsmotto „Gelingende Entwicklung im Lebenslauf" werden dabei auch aktuelle Fragen beispielsweise zu den Themen Psychische Gesundheit, Talentförderung und Karriereende aufgegriffen.

Weitere Informationen rund um die Veranstaltung finden Sie hier.

- **FORT- & WEITERBILDUNGEN**

Aktuell: Noch wenige Restplätze im Fortbildungsangebot für (asp-) Sportpsycholog_innen – 01./02. April an der DSHS Köln

Wir empfehlen die Fortbildung „Kölner Modell der sportpsychologischen Workshopmodule" an der Universitären Weiterbildung der Deutschen Sporthochschule Köln. In 5 Modulen werden die inhaltlichen Schwerpunkte psychische Gesundheit, Persönlichkeitsentwicklung und Leistungsförderung fokussiert. Neben der Didaktik werden den Teilnehmern Tools vermittelt und umfangreiche Materialien (Stundenverlaufspläne, Präsentationen, Handouts, Arbeitsblätter) weiter gegeben, so dass diese befähigt werden, sportpsychologische Workshops für Athletinnen und Athleten im Leistungssport umzusetzen.

Anmeldung hier. Weitere Informationen hier.

- **VBG PRÄVENTIONSSYMPOSIUM FUSSBALL**

Am 21. Januar wurde Marion Sulprizio, Geschäftsführerin von MentalGestärkt, beim Präventionssymposium Fußball der VBG in Regensburg von Norbert Moser und seinem Team begrüßt und konnte Ziele und Angebote von MentalGestärkt einem Auditorium von 130 Trainern und Trainerinnen vorstellen. Wichtigste Botschaften des Beitrags waren, dass MentalGestärkt zahlreiche Angebote zur psychischen Gesundheit von (Leistungs-) Sportlerinnen und -sportlern bietet, aber auch für Trainer und Trainerinnen interessante Angebote bereit stellt, sodass diese ihre eigenen Belastungen und den daraus resultierenden Stress optimal verarbeiten können. Das Programm des Symposiums fokussierte aus Sicht von Medizin, Physiotherapie, Sportwissenschaft und Psychologie Prävention im Fußball.

- **MATERIALIEN**

PSYGA-Praxisordner für Trainer – kostenlos erhältlich!

"Kein Stress mit dem Stress – Tipps und Lösungen für mentale Stärke und psychische Gesundheit im wettkampforientierten Leistungssport" gibt Trainer_innen und anderen Betreuer_innen eine Handlungshilfe an die Hand, die für den Leistungssport wertvolle Impulse beinhaltet. Der Ordner liegt noch in der zweiten Auflage vor und kann unter http://psyga.info/ kostenlos bezogen werden. Die dritte Auflage wird ab Mai 2017 als Heftversion erscheinen.

FLYER

Der aktuelle ***MentalGestärkt***-Flyer kann unter folgender Adresse (kostenlos) **– *deutsch- und jetzt auch englischsprachig*** - bestellt werden: mentalgestaerkt@dshs-koeln.de

- **TÄTIGKEITS-REPORT 2016**

Im Januar dieses Jahres wurde der ausführliche Tätigkeitsbericht für 2016 fertig gestellt. Dieser liegt den verantwortlichen Gremien von MentalGestärkt (Lenkungsgruppe und Beirat) schriftlich vor. Mit Beteiligung von MentalGestärkt entstanden acht Publikationen zum Thema „Psychische Gesundheit im Leistungssport"; fünf Fortbildungen und Workshops wurden durchgeführt und drei nationale und internationale Vorträge gehalten. Außerdem haben wir durch zahlreiche Interviews Medienvertreter und Studierende bei ihren Arbeiten unterstützt. Auch in 2016 bestand das schnelle und zeitnahe Vermitteln von Sportlerinnen und Sportlern als eine Kernaufgabe von MentalGestärkt. Darum möchten wir uns bei allen Netzwerkpartnerinnen und -partnern für die gute Zusammenarbeit bedanken! Ihre Kooperation mit unserer Initiative liefert einen wertvollen Beitrag zur Arbeit von MentalGestärkt.

- **NETZWERKERWEITERUNG**

Um eine bestmögliche Versorgung von Athletinnen und Athleten zu gewährleisten, verstärkt MentalGestärkt weiterhin die Bemühungen, das Netzwerk der Kooperationspartnerinnen und -partner noch flächendeckender auszubauen. Das betrifft vor allem Regionen, die außerhalb von Ballungsgebieten liegen. Sollten Sie ***Empfehlungen/Vorschläge*** für ***weitere Kooperationspartner*** mit Sportaffinität und/oder Erfahrung in der Arbeit mit Sportlerinnen und Sportlern haben, würden wir uns über eine Nachricht freuen.

Abmeldung vom Newsletter:
Bitte senden Sie eine E-Mail mit Betreff „Abmeldung" an mentalgestaerkt@dshs-koeln.de

Impressum:
Marion Sulprizio
Abteilung Gesundheit & Sozialpsychologie
Psychologisches Institut
Deutsche Sporthochschule Köln

Am Sportpark Müngersdorf 6
D-50933 Köln

☏ +49(0)221 – 4982 –5540
🖷 +49(0)221 – 4982 - 8170
mentalgestaerkt@dshs-koeln.de

VBG Ihre gesetzliche Unfallversicherung
VDV DIE SPIELERGEWERKSCHAFT
ROBERT ENKE STIFTUNG