Der Sport wird zum Beruf- Sportpsychologie und die Probleme im Leistungssport

Jeder, der in seiner Sportart besonders gut ist hat wohl schon ein mal davon geträumt: Der Aufstieg in den Profisport. Doch was passiert mit unserem Sport, wenn er auf einmal nicht mehr Hobby, sondern Beruf ist? Was ist nun, wenn wir unsere Leistungen nicht mehr für uns und für unser Team bringen, sondern wir in der Not der Pflichterfüllung stehen?

Der Übergang ins Profi Geschäft

Mit dem Übergang vom Hobby- in den Profibereich kommt es zu allererst zu einer entscheidenden Einschränkung in der persönlichen Freiheit: Die Freiheit selbst zu entscheiden, ob das heutige Training nun stattfinden soll oder nicht. Auch wenn Sie in Ihrem Amateursport noch so engagiert sind und sich auch ins Training begeben, wenn Sie eigentlich gar keine Lust haben, Sie sind trotzdem freiwillig dort. Und das ist ein entscheidender Faktor für das persönliche Glück und auch für die Einstellung zur aktuellen Trainingseinheit. Jemand, der anwesend ist, weil er möchte, wird immer eine verhältnismäßig höhere Leistung bringen, als die selbe Person, die anwesend ist, weil sie muss.

Es kann also tatsächlich durch den Übergang in den Profisport vorerst zu psychologisch bedingten Leistungseinbußen kommen.

Der Trainer – Helfer, aber nun auch Vorgesetzter!

Der Trainer ist im gesunden Normalfall Freund und Helfer. Viele bauen eine sehr persönliche Beziehung zu ihrem Trainer auf. Egal ob Verein oder Privatsportschule, solange Sie im Amateurbereich trainieren, sind Sie in erster Linie Kunde. Und so werden Sie normalerweise auch behandelt. Das ändert sich im späteren deutlich. Als Profisportler haben Sie Erwartungen zu erfüllen. Nicht erfüllte Erwartungen können, genau wie im normalen Berufsleben auch, dauerhaft finanzielle Folgen haben. Ihr Trainer ist jetzt so gesehen Ihr Vorgesetzter. Natürlich haben Sie auch weiterhin Erwartungen an Ihren Trainer, aber die Erwartungen des Trainers an Sie werden überwiegen.

Im Sport ist es schwer ein Leistungslevel zu halten

Im Sport können Sie durch Überstunden Liegengebliebenes nicht herausarbeiten. Sie können im Gegensatz zum normalen Job nicht einfach länger arbeiten und dadurch wieder einen Ausgleich erreichen. Auch eine Krankheit kann Sie schwer zurückwerfen. Darüber sollte sich jeder angehende Profisportler im Klaren sein. Profi Sport fordert Talent, Disziplin und Durchhaltevermögen. Das entscheidende Quäntchen Glück darf jedoch nicht fehlen. Allein mit harter Arbeit ist nicht viel zu holen. Man muss sich also im Klaren sein, dass man Rückschläge erleiden kann und wird, für die man eigentlich nichts kann.

Profitabel aber sehr risikoreich

Rein rechnerisch betrachtet kann man im Sport vom scheinbaren Zeitaufwand her ein sehr gutes Zeit/Vergütung Verhältnis erreichen. Das Risiko ist aber gleichermaßen hoch und nur die wenigsten

sind der psychischen Belastung gewachsen. Nicht umsonst ist die Selbstmordrate unter Profisportlern so hoch. Der Schritt in den Profibereich sollte also wohl überlegt sein.