

**SEELENRISS IM  
SPITZENSport**  
*PODIUMSDISKUSSION  
ÜBER DIE WECHSEL-  
WIRKUNG VON SPORT  
UND PSYCHE*

Podiumsdiskussion

MO 10. 5. 2021

*18.30 – 20.00 Uhr*

**PAULUS  
AKADEMIE**  
*STELLT  
FRAGEN  
ZUR  
ZEIT*

Der mediale Aufschrei mehrerer Schweizer Kunstturnerinnen im letzten Jahr brachte zutage, wie sehr die Kindersportlerinnen unter den Trainingsbedingungen leiden. Ariella Kaeslin, die Überfliegerin der Schweizer Kunstturnszene, hatte die unmenschlichen Trainingsmethoden schon früh öffentlich kritisiert. Anlässlich einer Videoaufzeichnung für die Paulus Akademie sagte Kaeslin neulich: «Für den Erfolg im Spitzensport ist die mentale Stärke zweifelsohne matchentscheidend. Dieser Fokus darf aber niemals auf Kosten der seelischen Gesundheit und Entwicklung von jungen Sportlerinnen und Sportlern gehen». Entsprechend gelte es für den Betreuungsstab, die jungen Menschen mit allen Facetten und Bedürfnissen wahrzunehmen und sie in ihrer persönlichen Entwicklung zu fördern. Wie also müssen die Trainings- und Rahmenbedingungen im Spitzensport ausgestaltet werden, damit die jungen Athletinnen und Athleten altersgerechte Erfahrungen machen können und seelisch gesund bleiben? Diese und weitere zukunftsweisende Fragen diskutieren wir mit Expertinnen und Experten.



Bild: freshfocus

#### **Leitung und Moderation**

*Beatrice Brühlhart, MSc, Paulus Akademie*

*Marcel Wisler, Pro Mente Sana*

*Roger Staub, Pro Mente Sana*

#### **Gäste:**

- *Heidi Kaeslin, Mutter der ehemaligen Kunstturnerin Ariella Kaeslin und Mental Coach i.R.*
- *Anja Steiner, ehemalige Synchronschwimmerin, Maturandin*
- *Dr. Malte Claussen, Facharzt Psychiatrie, Team Sportpsychiatrie Psychiatrische Universitätsklinik Zürich*
- *Dr. Jan Rauch, Sportpsychologe, Dozent, IAP, ZHAW*

#### **Veranstaltungsort**

*Paulus Akademie, Pfingstweidstrasse 28, 8005 Zürich*

#### **Kosten**

*CHF 20.–; CHF 14.– für Mitglieder Gönnerverein, IV-Bezüger und mit KulturLegi. Studierende und Lernende gratis.*

#### **Anmeldung/Kontakt**

*Bis 3.5.2021 auf*

*www.paulusakademie.ch oder an Eva Lipp-Zimmermann, Paulus Akademie, Pfingstweidstrasse 28, 8005 Zürich, info@paulusakademie.ch Tel. 043 336 70 30*

*In Kooperation mit*

pro mente sana

Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften

**zhaw** IAP  
Institut für Angewandte  
Psychologie