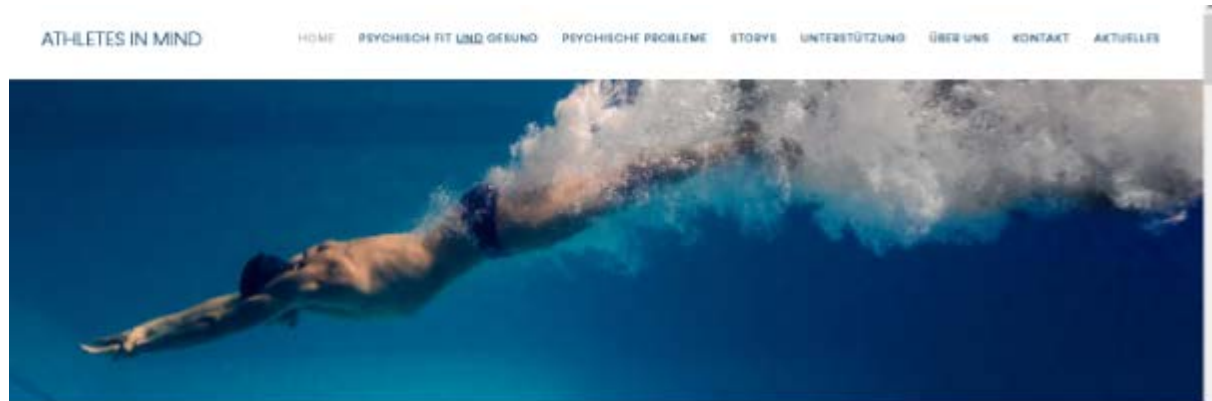


PRESSEMITTEILUNG

ATHLETES IN MIND

Anlaufstelle für seelische Gesundheit im Leistungssport

Sportspezifisches Informations-Portal | Unterstützung für Sportler*innen durch Profis aus dem Sport | Prävention und Entstigmatisierung psychischer Probleme



Heidelberg/Berlin, 06. Januar 2022

Im Sommer haben Tennisprofi Naomi Osaka und Weltklasse-Turnerin Simone Biles mit ihrem offenen Umgang über ihre psychische Verfassung eine mediale Debatte über das Thema seelische Gesundheit im Leistungssport ausgelöst. Das Bild von leistungsstarken Spitzensportler*innen, die keine Schwächen haben oder diese gar zeigen dürfen, hat sich in den vergangenen Jahren verändert, das Verständnis für die extrem hohen Anforderungen im Leistungssport ist größer geworden.

Immer mehr Sportler*innen berichten offen über persönliche Krisen und psychische Probleme sowie über ihren Umgang mit diesen Herausforderungen. Dabei wird immer deutlicher, dass mentale Stärke nicht mit seelischer Gesundheit gleichzusetzen ist. Seelische Gesundheit ist vielmehr eine wesentliche Grundvoraussetzung für eine erfüllte und langfristige Sportkarriere.

Die neue Website ***athletes-in-mind.de*** stellt eine sportspezifische Informationsquelle und Anlaufstelle für Sportler*innen und deren Umfeld dar, die sich über psychische Gesundheit im Leistungssport informieren wollen. Wer einen Bedarf an sportpsychiatrischer bzw. -psychotherapeutischer Hilfe hat, findet professionelle Unterstützung. Das Projekt will zur weiteren Prävention, Aufklärung und Entstigmatisierung beitragen, es will unkompliziert unterstützen und schon vorhandene Angebote miteinander verknüpfen.

„Wir wollen unterstützen, entstigmatisieren und Ressourcen verbinden zur Verbesserung der psychischen Gesundheit im Leistungssport“, sagt die Initiatorin von ***athletes-in-mind.de***, die ehemalige Weltklasse-Schwimmerin Petra Dallmann.

Das bietet **athletes-in-mind.de**:

- eine attraktive sportspezifische Informationsquelle zum Thema psychische Gesundheit, psychische Erkrankungen und zum Umgang mit herausfordernden Situationen
- sportspezifische Präventionsstrategien
- Wege zu Unterstützungsangeboten
- Entstigmatisierung und Ermutigung durch Erfahrungsberichte von Sportler*innen und Trainer*innen, die über ihre schwierigen Lebensphasen und ihren erfolgreichen Umgang damit berichten
- kostenlose und individuelle Information über passende Hilfsangebote
- bei Bedarf anonyme Unterstützung, um Kontakt zu Sportpsychiater*innen und Sportpsychotherapeut*innen herzustellen

Aus dem Sport für den Sport

Athletes-in-mind.de wurde von den ehemaligen Leistungssportlerinnen **Dr. Petra Dallmann** und **Dr. Brit Wilsdorf** ins Leben gerufen. Die ehemalige Weltklasseschwimmerin Petra Dallmann ist heute Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, die ehemalige Kanu-Rennsportlerin Brit Wilsdorf Psychotherapeutin und Sportpsychologin. Seit vielen Jahren engagieren sich beide im Leistungssport in den Grenzbereichen zwischen Sportpsychologie, -psychotherapie und -psychiatrie. Dallmann arbeitet im Rahmen einer Kooperation mit der Universitätsklinik Heidelberg am Olympiastützpunkt Heidelberg, Brit Wilsdorf ist am Olympiastützpunkt Berlin tätig. Gemeinsam mit ihrem Team haben sie **athletes-in-mind.de** konzipiert, sie werden persönlich eine Beratung für Sportler*innen anbieten und die Website stetig weiterentwickeln.

Die Projektidee konnte dank der engagierten Unterstützung durch das Institute for Compassion Heidelberg umgesetzt werden. Kooperationspartner sind bisher das Universitätsklinikum Heidelberg, die Olympiastützpunkte Berlin und Rhein-Neckar, die Initiative MentalGestärkt, die Robert-Enke-Stiftung und der DBS.

Kontakt: info@athletes-in-mind.de