

Zur Gründung der Schweizerischen Gesellschaft für Sportpsychiatrie und -psychotherapie (SGSP)

Psychische Gesundheit im Leistungssport

Malte Christian Claussen^a, Carlos Gonzalez Hofmann^b, Christian Imboden^c, Erich Seifritz^d, Ulrich Hemmeter^e

^a Dr. med., Präsident SGSP, Ärztlicher Leiter Sportpsychiatrie und -psychotherapie, Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik, Psychiatrische Universitätsklinik Zürich und Privatklinik Wyss AG; ^b Dr. med., Vizepräsident und Aktuar SGSP, Praxis für Psychiatrie und Psychotherapie, Romanshorn;

^c Dr. med., EMBA, Vorstandsmitglied und Kassier SGSP, Ärztlicher Direktor und Vorsitzender der Klinikleitung Privatklinik Wyss AG; ^d Prof. Dr. med., Vorstandsmitglied und Ressortleiter Forschung und Lehre SGSP, Ordinarius für Psychiatrie, Universität Zürich, Chefarzt und Klinikdirektor, Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik, Psychiatrische Universitätsklinik Zürich; ^e PD Dr. med. Dr. phil., Revisor SGSP, Chefarzt Psychiatrie St. Gallen Nord; Alle Autoren sind Gründungsmitglieder der Schweizerischen Gesellschaft für Sportpsychiatrie und -psychotherapie (SGSP)

Die erfolgreiche Therapie und Prävention psychischer Erkrankungen im Sport erfordert ein fundiertes medizinisches Wissen wie auch breite Kenntnisse der besonderen Konstellationen psychischer Anforderungen im Leistungssport und deren Integration in eine leitlinienorientierte und evidenzbasierte Behandlung. Das Fachgebiet der Sportpsychiatrie und -psychotherapie als Teilgebiet der Psychiatrie und Psychotherapie nimmt in enger Zusammenarbeit mit der Sportmedizin und Sportpsychologie speziell diese Themen auf. Zudem befasst sich die Sportpsychiatrie und -psychotherapie mit dem richtigen und effizienten Einsatz von Sport und Bewegung in der Prävention und als Therapieelemente in komplexen Behandlungskonzepten psychischer Erkrankungen.

Psychische und Verhaltensstörungen können bei Leistungssportlerinnen und -sportlern genauso wie in der Allgemeinbevölkerung auftreten [1]. Leistungssport selbst kann einen Stressfaktor darstellen, der das Risiko für die Entwicklung einer psychischen Erkrankung erhöht. Neben dem krankheitsbedingten subjektiven Leiden können sich psychische Störungen und Erkrankungen zudem auf die Leistungsfähigkeit im Sport auswirken. Dadurch kann ein zusätzlicher Stressor entstehen, der zu einer Aufrechterhaltung oder weiteren Intensivierung der psychischen Erkrankung führen und die sportliche Leistung wiederum negativ beeinträchtigen kann. Primärpräventive Massnahmen und die indizierte Prävention bzw. Intervention bei bereits subklinischen Symptomen zur Verhinderung der Manifestation klinisch relevanter psychischer Störungen sind im Leistungssport daher von grosser Bedeutung. Die erfolgreiche Prävention im Leistungssport setzt genauso wie die Behandlung psychischer Erkrankungen bei Sportlern ein Spezialwissen voraus. Beides erfordert neben fundierten medizinischen und psychiatrisch-psychotherapeutischen Kenntnissen in Diagnostik, Therapie und Prävention psychischer und Verhaltensstörungen den Einbezug der besonderen psychosozialen Stressoren im Leistungssport und die

spezifischen Kenntnisse deren Interaktion mit der psychischen Erkrankung bzw. Gesundheit.

Sportpsychiatrie und -psychotherapie

Eine systematische Formulierung der Inhalte der Sportpsychiatrie wurde in den USA bereits im Jahr 1994 vorgenommen und die International Society for Sports Psychiatry, ISSP, gegründet. In Deutschland rückte das Thema der psychischen Gesundheit im Leistungssport durch den tragischen Tod Robert Enkes, damaliger Torwart der Deutschen Fussballnationalmannschaft, im November 2009 in den Fokus des öffentlichen Interesses. In der Folge konstituierte sich das Referat Sportpsychiatrie und -psychotherapie der

Veranstaltungen & News

SGSP-Jahrestagung 2020

31. Januar | Psychiatrische Universitätsklinik Zürich

www.sgspp.ch

Bemerkung: in Vorbereitung!

Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN). Die beiden Aspekte der Sportpsychiatrie und -psychotherapie – psychische Gesundheit im Leistungssport und Sport und Bewegung in der Prävention und Therapie psychischer Erkrankungen – werden seither durch das Referat Sportpsychiatrie und -psychotherapie der DGPPN adressiert. Ein Netzwerk an Spezialsprechstunden, das sich an vielen universitären und nichtuniversitären Institutionen gebildet hat, nimmt diese Aspekte auf, wie auch ein Netzwerk spezialisierter, ambulant tätiger Psychiater und Psychotherapeuten.

In der Schweiz wurde die Thematik der psychischen Gesundheit im Leistungssport von den verschiedenen Gesellschaften der Psychiater und Psychotherapeuten bisher nur am Rande oder von einzelnen Psychiatern wahrgenommen. Nur von wenigen niedergelassenen Psychiatern und Psychotherapeuten gab es bis zum Jahr 2013 einzelne, spezialisierte psychiatrisch-psychotherapeutische Angebote und eine entsprechende Initiative. Ab dieser Zeit entwickelte sich in der Schweiz, ausgehend von der damals entstandenen Spezialsprechstunde Sportpsychiatrie und -psychotherapie in Zürich, ein Netzwerk, das neben Psychiatern Sportmediziner und Sportpsychologen mit einschliesst und zu einer stetig zunehmenden Akzeptanz der Sportpsychiatrie und -psychotherapie im schweizerischen Leistungssport führte. Auch wenn bisher nur wenige Sportler, die unter dem sportlichen Leistungsdruck eine psychische Störung oder Erkrankung entwickelten, an die Öffentlichkeit gingen, so ist die Dunkelziffer dennoch hoch. Diese Sportler finden in dem sich entwickelnden Netzwerk kompetente Ansprechpartner und eine speziell ihre Sportproblematik integrierende, fokussierte professionelle Unterstützung.

Aus der Zusammenarbeit der Schweizerischen Arbeitsgemeinschaft Sportpsychologie SASP und der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich wurde als Erstes eine gemeinsame Intervision «Sportpsychologie-Sportpsychotherapie-Sportpsychiatrie» initiiert, die seit Juni 2017 in regelmässigen Abständen in Zürich stattfindet. Eine erste Intervision von Sportpsychologen und Sportpsychiatern und -psychotherapeuten in Bern fand im Mai 2019 statt und soll sich nun als weiteres regelmässiges Austauschtreffen in der Region etablieren. Dieses erste Gefäss der in der Schweiz in diesem Gebiet tätigen Experten stellt ein erstes Fachforum dar, das sich speziell mit der hier vorgestellten Thematik, einer Qualitätssicherung und Weiterentwicklung der Prävention, Diagnostik und Behandlung von psychischen und Verhaltensstörungen im Leistungssport befasst. Der bisherige, regelmässige und intensive Aus-

tausch an der Schnittstelle beider Fachgebiete zeigte den Bedarf und die Notwendigkeit eines solchen gemeinsamen Treffens auf. Als eine Weiterentwicklung dieses Austausches kann das erste Symposium «Sport und Psyche» in Ittigen, Bern, mit dem Titel «Denken und Gefühlsleben im Leistungssport – wie können wir Athleten optimal begleiten?», das im November 2018 stattfand, verstanden werden. Dieses Symposium kann zudem als erster gemeinsamer Fortbildungstag der Schweizerischen Gesellschaft für Sportmedizin, SGSM, SASP und der Sportpsychiatrie und -psychotherapie in der Schweiz gesehen werden. Deutlich wurde bei diesen bisherigen gemeinsamen Veranstaltungen, dass die psychiatrisch-psychotherapeutische Expertise hier einen besonderen Stellenwert einnimmt, indem der Sportpsychiater und -psychotherapeut als ausgebildeter Arzt die Brücke zwischen der somatischen Expertise der Sportmediziner und der psychologischen Expertise der Sportpsychologen bildet. Der Psychiater und Psychotherapeut hat aufgrund seiner umfassenden Weiterbildung die Fähigkeit, die medizinisch-psychiatrischen wie auch psychotherapeutischen Kenntnisse einzubringen, damit als Bindeglied zwischen Sportmediziner und Sportpsychologen zu wirken und so eine zentrale Rolle in der Prävention, Diagnostik und Behandlung psychischer Erkrankungen im Leistungssport einzunehmen.

Die Sportpsychiatrie und -psychotherapie stellt somit eine eigene, notwendige Fachdisziplin für die Prävention, Diagnostik und Behandlung psychischer und Verhaltensstörungen im Leistungssport dar. Gleichermassen wie für den zweiten, genauso wichtigen Aspekt der Sportpsychiatrie und -psychotherapie, dem richtigen Einsatz von Sport und Bewegung in der Prävention und in der Behandlung von psychischen Störungen und Erkrankungen. Bereits heute sind in vielen Kliniken sport- und bewegungstherapeutische Angebote

Mitgliedschaft

Eine aktive Teilnahme und Gestaltung am weiteren Aufbau und der Ausrichtung der Schweizerischen Gesellschaft für Sportpsychiatrie und -psychotherapie ist sehr willkommen. Interessierte richten bitte ihre Anfrage / ihr Gesuch an:

Dr. med. Carlos Gonzalez Hofmann
Praxis für Psychiatrie und Psychotherapie
Friedrichshafnerstrasse 55a
CH-8590 Romanshorn
E-Mail: [c.gonzalez-hofmann\[at\]hin.ch](mailto:c.gonzalez-hofmann[at]hin.ch)

Korrespondenz:
Dr. med. Malte
Christian Claussen
Psychiatrische
Universitätsklinik Zürich
Klinik für Psychiatrie,
Psychotherapie und Psycho-
somatik, Sportpsychiatrie
und -psychotherapie,
Lenggstrasse 31
CH-8032 Zürich
Tel. 044 384 26 21
malte.claussen[at]puk.zh.ch

ein zentraler Bestandteil der multiprofessionellen Behandlung psychischer Erkrankungen [2]. In den letzten Jahren entstand eine solide Evidenzgrundlage über die positiven Auswirkungen sportlicher Betätigung auf verschiedene psychische Erkrankungen [3]. Der Nutzen von Sport und Bewegung bei der Prävention und Behandlung nicht nur körperlicher, sondern auch psychischer Störungen und Erkrankungen ist weitgehend unbestritten. Bislang fehlen jedoch konkrete Behandlungsempfehlungen bezüglich eines spezifischen und differenziellen Einsatzes sporttherapeutischer Elemente bei den jeweiligen psychischen Erkrankungen, sodass diese prioritär zu erarbeiten sind.

Schweizerische Gesellschaft für Sportpsychiatrie und -psychotherapie, SGSP

Auf der Basis der beschriebenen Aktivitäten erfolgte am 29. März 2019 die Gründung der Schweizerischen Gesellschaft für Sportpsychiatrie und -psychotherapie, SGSP, in Münchenbuchsee (in den Räumen der Privatklinik Wyss AG), als erster europäischer und weltweit zweiter Gesellschaft für Sportpsychiatrie überhaupt. Als Zweck der SGSP wurde die Förderung der Sport-

psychiatrie und -psychotherapie über die Lebensspanne in der Schweiz, im Leistungssport und in der Allgemeinbevölkerung benannt. Die zentralen Anliegen der Gesellschaft sind – wie bereits oben detailliert beschrieben – einerseits die Prävention, Diagnostik und Behandlung psychischer und Verhaltensstörungen im Leistungssport und andererseits die Förderung von Sport und Bewegung in der Prävention und Behandlung psychischer Erkrankungen.

Ausblick

Die beschriebene Entwicklung der Sportpsychiatrie und -psychotherapie in der Schweiz – mit dem integralen Bestandteil der Zusammenarbeit mit den Nachbardisziplinen – hat mittlerweile eine Versorgungsstruktur erreicht, die vielen betroffenen Athleten eine fachkompetente Behandlung ermöglicht. Es kann so auch als Modell für den Aufbau von Versorgungsstrukturen für psychische Erkrankungen im Leistungssport in anderen Ländern dienen. Dennoch bedarf es weiterer Anstrengungen sowie einer Fortsetzung der Initiative in der und über die Schweiz hinaus. Neben der Entwicklung eines flächendeckenden Netzwerks spezialisierter sportpsychiatrisch-psychotherapeutischer Angebote für Leistungssportler in Kliniken, Institutionen und Praxen gilt es ebenso, eine hierfür notwendige, systematisierte Fort- und Weiterbildung in der Schweiz in Form eines Weiterbildungscurriculums zu entwickeln. Des Weiteren unterstützt die SGSP eine systematische Integration der Sport- und Bewegungstherapie in die Behandlungskonzepte psychischer Erkrankungen wie auch in deren Prävention. Der klinischen Forschung kommt hier eine besondere Rolle zu, systematisiert sportspezifische Störungsmuster im Leistungssport zu identifizieren sowie individualisierte Behandlungspfade störungsspezifisch zu entwickeln und eine evidenzbasierte Weiterentwicklung der Integration von Sport und Bewegung in die Prävention und Behandlung psychischer und Verhaltensstörungen zu gewährleisten.

Literatur

- 1 Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN), Referat Sportpsychiatrie und -psychotherapie. Psychische Erkrankungen bei Leistungssportlern. Positionspapier, 2013.
- 2 Brand S et al. The current state of physical activity and exercise programs in German-speaking, Swiss psychiatric hospitals: results from a brief online survey. *Neuropsychiatr Dis Treat*, 2016;12:1309–17.
- 3 Rosenbaum S et al. Physical activity interventions for people with mental illness: a systematic review and meta-analysis. *J Clin Psychiatry*, 2014;75(9):964–74.

Das Wichtigste in Kürze

- Der Zweck der SGSP ist die Förderung der Sportpsychiatrie und -psychotherapie über die Lebensspanne in der Schweiz, im Leistungssport und in der Allgemeinbevölkerung.
- Die Prävention, Diagnostik und Behandlung psychischer und Verhaltensstörungen im Leistungssport ist zentrales Anliegen der Gesellschaft.
- Genauso zentrales Anliegen der SGSP ist die Förderung von Sport und Bewegung in der Prävention und Behandlung psychischer Erkrankungen.

L'essentiel en bref

- La SGSP a pour objectif de promouvoir la psychiatrie et la psychothérapie du sport en Suisse, qu'il s'agisse de sport d'élite ou de sport « grand public », et ce à toutes les étapes de la vie.
- L'accent est particulièrement mis sur la prévention, le diagnostic et le traitement des troubles du comportement et psychiques dans le sport d'élite.
- La promotion du sport et du mouvement pour prévenir et traiter les maladies psychiques constitue un autre enjeu majeur pour la SGSP.