

**Johanna Kaiser & Julian Schmitz**

## Mentale Gesundheit und psychologische Interventionen im Nachwuchsleistungssport: Ein Überblicksartikel zum aktuellen Forschungsstand und der Notwendigkeit psychologischer Unterstützungsangebote

### Summary

Adolescents, who pursue a professional career in competitive sports, are faced with various stress factors that could be responsible for mental disorders to arise, in case that they cannot be dealt successfully. As a result, the psychological well-being and the athletic performance could be affected in a negative way. It was shown that the prevalence of mental disorders in competitive sports is not smaller than in general population. Although there is a high need of psychological and psychotherapeutic care, nearly no well evaluated specific health care or prevention programme for young competitive athletes is existing right now.

### Zusammenfassung

Jugendliche, die eine Leistungssport-Karriere verfolgen, sind diversen Belastungsfaktoren ausgesetzt, die zur Entstehung psychischer Störungen beitragen können, sofern sie nicht erfolgreich bewältigt werden. Infolgedessen verringern sich das psychische Wohlbefinden sowie die sportliche Leistungsfähigkeit der jungen Athlet\*innen. Dass psychische Störungen im Leistungssport nicht seltener als in der Allgemeinbevölkerung auftreten, konnte mehrfach gezeigt werden. Trotz des hohen Bedarfs an psychologischen und psychotherapeutischen Versorgungsangeboten, existieren bislang kaum evaluierte sportsspezifische Programme zur Förderung und Wiederherstellung der psychischen Gesundheit junger Athlet\*innen.

**Schlagnworte:** Leistungssport, Nachwuchsathlet\*innen, psychische Störungen, mentale Gesundheit, psychologische Interventionen