

Peter Schulz

Erfolgreich motivieren im Mannschaftssport

Wie Leistungspotenziale von Spielern, Trainern
und Schiedsrichtern mobilisiert werden

Motivation im Mannschaftssport ist nach wie vor ein zentrales Thema der Sportpsychologie. Trainer sollten wissen was zu beachten ist, um Mannschaften erfolgreich für einen Wettkampf zu motivieren.

Wie kann man Spieler unterstützen, mit dem Leistungsdruck erfolgreich umzugehen. Spieler brauchen Hinweise, wie sie sich auf wichtige Spiele mental vorbereiten, ihr Selbstvertrauen

stärken und übergroße Anspannung vor einem Spiel mildern können.

Für Vereinsfunktionäre ist es wichtig zu verstehen, welche Auswirkungen der hohe Erfolgsdruck auf die Trainer hat.

2021. DIN A5, 164 Seiten

ISBN 978-3-7780-9094-7

EUR 19,90

Hofmann-Verlag: www.sportfachbuch.de

Rezension in der Zeitschrift „neuer start“ 2/2022

SCHULZ, P. Dr.: Erfolgreich motivieren im Mannschaftssport

Wie Leistungspotenziale von Spielern, Trainern und Schiedsrichtern mobilisiert werden

Hofmann Verlag, Schorndorf 2020, 430 Seiten,

ISBN 978-3-7780-9094-7, EUR 19,90

Motivation im Mannschaftssport ist nach wie vor ein zentrales Thema der Sportpsychologie. Trainer sollten wissen was zu beachten ist, um Mannschaften erfolgreich für einen Wettkampf zu motivieren.

Wie kann man Spieler unterstützen, mit dem Leistungsdruck erfolgreich umzugehen. Spieler brauchen Hinweise, wie sie sich auf wichtige Spiele mental vorbereiten, ihr Selbstvertrauen stärken und übergroße Anspannung vor

einem Spiel mildern können.

Für Vereinsfunktionäre ist es wichtig zu verstehen, welche Auswirkungen der hohe Erfolgsdruck auf die Trainer hat.

Eltern suchen Rat, wie sie ihren Kindern die Freude am Wettkampfsport erhalten und ihnen Rückhalt und Unterstützung bieten können.

Für diese Anliegen hat der Autor Erkenntnisse aus der Motivationspsychologie, der Stressforschung und der Sportpsychologie zusammengetragen, die helfen sollen, Lösungen für die angesprochenen Probleme zu finden.