UNIVERSITÄT BERN

GESCHAFFT Nadine Messerli: Mit Organisation zum Zertifikat **04**

SCHWERPUNKT Profis am Werk – wer managt die Hochschulen? **06**

UNTERWEGS Catherine Manigley zielt auf den DAS Sportpsychologie **11**

September 2012

Weiterbildung

Catherine Manigley: Der nächste Wurf heisst DAS Sportpsychologie

«Ich habe einfach mehr Freude am Menschen als an der Leistung.»

Eigentlich macht Catherine Manigley alles richtig. Und doch bezeichnet sich die frühere Schweizer Meisterin im Speerwerfen im Gespräch «als ein bisschen schallala». Dabei ist die 30-jährige Sportwissenschaftlerin nach dem Studium ein Jahr lang um die Welt gereist, hat soeben eine neue Stelle in einer Burnout-Klinik im Engadin angetreten und visiert als neues Ziel seit November 2011 den Abschluss des Studiengangs DAS Sportpsychologie der Universität Bern an.

VON CHRISTINE VALENTIN

Geduldig wirft die junge Frau zum x-ten Mal den Speer auf dem Berner Neufeld für den Fotografen in die Weite – ihr Körper reproduziert die Bewegung dank jahrelangem Training perfekt. Den Leistungssport hat Catherine Manigley vor vier Jahren aber wegen Gesundheitsproblemen im Gelenk sozusagen an die Schulter gehängt. «Ich habe mit 11 mit der Leichtathletik angefangen, das ging vom Hürdenlaufen über den Hochsprung bis zum Sprint. Dabei entdeckte ich, dass ich gerne Speer werfe und in dieser Sportart ziemlich gut bin.» Ziemlich gut heisst in Zahlen übersetzt: Catherine Manigley hat bei den Aktiven sechsmal den Titel als Schweizer Meisterin im Speerwerfen geholt.

Der Sport hat das Leben der Lostorferin nicht nur während des Gymnasiums geprägt. Nach der Matura entscheidet sie sich an der Universität Basel Sportwissenschaften zu studieren. Ihren Master schliesst Catherine Manigley 2009 mit dem Schwerpunkt «Sport in Prävention und Rehabilitation» ab, wobei sie das Studium mit psychologischen Vorlesungen und Seminaren ergänzt. Zudem sammelt sie berufliche Erfahrungen als Sportlehrerin – so finanziert sie ihr Studium und die Weltreise, die immer ostwärts führt. «Ich war ein Jahr lang unterwegs», so Manigley «von Südostasien nach Indonesien, von dort nach Australien, Hawaii und über Zentralamerika nach Westkanada. Das war eine sehr gute Zeit».

Schwieriger Arbeitsmarkt Gesundheitsförderung

Die Ernüchterung folgt nach der Rückkehr in die Schweiz. «Ich wollte nicht mehr unterrichten», erzählt sie, «sondern eine Stelle in der Rehabilitation und Prävention finden. Das war mein Ziel, darauf habe ich mich während der Reise gefreut.» Doch der Arbeitsmarkt bietet nur wenige Stellen in der Gesundheitsförderung – und keine für Catherine Manigley. Sie erhält auf ihre Bewerbungen bei Sportämtern und Gesundheitszentren lauter Absagen. «Es ist immer an der beruflichen Erfahrung gescheitert, diese Begründung hatte ich mit der Zeit ziemlich satt. Ich hätte diese Erfahrungen ja gerne gemacht – aber sie haben mich keine machen lassen.»

Catherine Manigley findet den Unterricht im DAS Sportpsychologie noch etwas theorielastig.

Der DAS Sportpsychologie bringt den Durchbruch

Catherine Manigley recherchiert nach Alternativen und stösst im Internet auf den DAS Sportpsychologie der Universität Bern. Es hat noch Studienplätze und so startet sie trotz verspäteter Anmeldung im November 2011 mit der Weiterbildung. Und sie reist als Ski- und Snowboardlehrerin nach Pontresina, verdient dort während der Saison ihren Lebensunterhalt. Sie bezeichnet dieses Vorgehen und sich selbst als «ein bisschen schallala». Zweifel, ob es richtig war, sich die Welt anzusehen, statt nach dem Studium sofort eine Arbeit zu suchen, schwingen bei der Aussage mit.

Doch der Mix der beiden Zutaten bringt den Durchbruch. Am 1. Juli 2012 startet sie als Praktikantin in der neuen Fachklinik für Burnout in Susch, später soll daraus eine Festanstellung werden. «Die Clinica Holistica Engiadina hat mich auch aufgrund der Weiterbildung angestellt», so Manigley. Im Hinblick auf das Studium ist sie im Moment etwas skeptisch, der Unterricht ist ihr noch zu theorielastig. «Ich hoffe sehr, dass die praktischen Seiten des Bereichs vermehrt zum Zug kommen.» Eines ist für Catherine Manigley aber klar: Sie will in der Gesundheitsförderung bleiben, die Aussicht, als Mental Coach einen Leistungssportler zu unterstützen, reizt sie nicht. «Der Wettkampfsport ist mir zu einseitig, es geht einzig darum, noch ein Quäntchen mehr Leistung aus dem Körper zu holen», sagt die ehemalige Speerwerferin. «Im Gesundheitssport geht es um den ganzen Menschen, um die Person mit all ihren Facetten. Und ich habe einfach mehr Freude am Menschen als an der Leistung.»

Catherine Manigley
catherine.manigley@stud.unibe.ch

Roland Seiler, Präsident der Programmleitung des DAS Sportpsychologie
www.sportpsychologie.unibe.ch
roland.seiler@ispw.unibe.ch

PERSONAL TRAINER UND MENTAL COACH: EIN ZUKUNFTSTRÄCHTIGER ARBEITSMARKT

Roland Seiler, Sie sind sozusagen der Spiritus rector des DAS Sportpsychologie. Die berufsbegleitende Weiterbildung wurde einst in Magglingen und neu von der Universität Bern angeboten. Wer besucht den Studiengang?

Der dreijährige Studiengang ist im November 2011 mit 19 Teilnehmerinnen und Teilnehmern erstmals an der Universität Bern gestartet. 12 Studierende haben ein abgeschlossenes Psychologiestudium, 5 einen Mix aus Psychologie und Sportwissenschaft und 2 einen «reinen» Abschluss in Sportwissenschaften. Die Letzteren müssen Studienleistungen in einem psychologischen Bereich vorweisen, um zugelassen zu werden. Wir haben auch Teilnehmer, die an einer Fachhochschule ein Studium in Angewandter Psychologie absolviert haben. Diese können «sur dossier» – also auf Grundlage des Lebenslaufs und einem Gespräch – aufgenommen werden.

Wo arbeitet eine Sportpsychologin nach dem Abschluss des Studiengangs?

Es gibt nur wenige Vollzeitstellen, die meisten machen sich selbständig. Dies ist etwa bei den Psychotherapeuten der Fall, die sich in Sportpsychologie spezialisieren und sich so in ihrer Praxis ein Standbein neben der «normalen» Beratung aufbauen. Die Berufsverbände FSP und SBAP verleihen ihnen – nach Abschluss des DAS Sportpsychologie – einen entsprechenden Fachtitel.

Die Sportwissenschaftler können dank der Weiterbildung zum Beispiel bei Swiss Olympic in eine Trainerausbildung einsteigen. Auch im Gesundheitsbereich bieten sich Möglichkeiten. Sportpsychologen motivieren mit den richtigen Strategien eher inaktive Personen sich mehr zu bewegen oder entwickeln Programme für Menschen mit Behinderungen. Ein zukunftsträchtiges Feld ist die Arbeit als Mental Coach oder Personal Trainer im Leistungssport. Die sportpsychologische Forschung stellt ein weiteres Berufsfeld dar.