

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