

## Gründung einer Sportpsychiatrischen Ambulanz: Hilft Sport gegen das Zappelphilipp-Syndrom?

### **Erforschung der Auswirkungen von Sport auf die Psyche / Wissenschaftliche Begleitung des Projekts „Skaten statt Ritalin“ / Resilienzförderndes Angebot für Leistungssportler**

Die Auswirkungen sportlicher Aktivitäten auf das psychische Befinden und auf psychische Erkrankungen wie z.B. Depressionen sind unbestritten positiv. Mit der Eröffnung einer sportpsychiatrischen Ambulanz an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des UKM (Universitätsklinikum Münster) hat sich gestern das deutschlandweit nunmehr elfte universitäre Zentrum gegründet, das die Effekte von Sport auf die Psyche erforschen will. Maßgeblich unterstützt wird dieses Kompetenznetzwerk von der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde e.V. (MedWissPN) mit ihrem Referat für Sportpsychiatrie. „Wir befinden uns sicher noch in der initiativen Phase. Es interessieren uns besonders die spezifischen Wirkfaktoren des Sports auf das psychische Befinden und die kognitive Leistungsfähigkeit“, sagt Prof. Patricia Ohrmann, die als Leiterin der Ps-chiatischen Institutsambulanz auch die neue Sportambulanz organisiert. „Ein gutes Beispiel dafür ist das Projekt ‚Skaten statt Ritalin‘, das Titus Dittmann mit seiner Stiftung skate-aid initiiert hat. In einem Pilotprojekt haben wir mit dem Institut für Sportwissenschaft der Uni Münster (WWU) in diesem Jahr 30 Kinder aus dem Projekt im Alter zwischen acht und 14 mit einer ADHS-Diagnose ausführlich untersucht.“

Bereits seit 2012 engagiert sich die skate-aid-Stiftung mit speziellen Skateboard-Workshops für hyperaktive Kids mit ADHS. Die beobachteten Wirkungen waren durchweg positiv. Und so sucht die Stiftung seit diesem Jahr den Schulterschluss mit den Forschern, um die Erfolge des Skateboardens auf die Konzentrationsfähigkeit auch wissenschaftlich belegen zu können. Titus Dittmann berichtete in seiner Auftaktrede zur Veranstaltung gestern: „Wir bekommen fast überschwängliche Rückmeldungen von Eltern, die ihre Kinder durch das Skateboarden plötzlich ganz anders erleben. Sie sind konzentrierter und weniger ablenkbar. Sogar mit den Hausaufgaben läuft es plötzlich.“ Gesucht werden nun für eine Kontrollgruppe weitere Kinder mit einer ADHS-Diagnose.

Und noch eine weitere Zielgruppe will die neue sportpsychiatrische Ambulanz erreichen. „Leistungs- und Kadersportler sollen sich künftig bei psychischen Problemen an uns wenden können. Hier werden wir mit dem Institut für Sportmedizin am UKM zusammenarbeiten.“, so Ohrmann. „Der Freitod von Nationaltorhüter Robert Enke im Jahr 2009 hat im öffentlichen Bewusstsein verankert, dass auch die nach außen stark erscheinenden ‚Helden des Sports‘ von psychischen Störungen wie Depressionen betroffen sein können. Wir wollen ein Hilfsangebot schaffen, eine Anlaufstelle, die den Sportlern ermöglicht, Spitzenleistungen zu erbringen und gleichzeitig psychische Resilienz zu trainieren.“