



Medien und Ausbildung  
Coaching & Supervision  
MuA Lebensberatung



## Sportpsychologie

Coaching, Referate und interaktive Workshops für  
Sportvereine, Teams und EinzelsportlerInnen

**Roland P. Poschung, Inhaber MuA, Dozent, Moderator**  
Zert. Ausbilder SVEB / Salutogenese-Experte / ehem. Fussballer SC Brühl  
Mitglied Care Team Kanton St. Gallen / Psychologische Erste Hilfe (2009 – 2019)  
Ehrentitel «Botschafter der Stadt Wil 2019 / 2020»

### Auswahl der Themenbereiche

Grundlagen in der Sportpsychologie / individuelle Schwerpunkte

Persönlichkeit / Persönlichkeitsentwicklung / persönliches Umfeld

Umgang mit Emotionen

Klärung im mentalen Training

Psychologische Anforderungen je nach Sportart / Interventionsverfahren

Verhaltensmuster vor, im, nach dem Training beziehungsweise Wettkampf / Verletzungen

Psychologische Aspekte in der Taktik-Umsetzung

Stand und Intervention von Einzelperson und Gruppendynamik

Trainingspersonen und die sozialen Beziehungen

Sportsucht

Die Karriere: von der Entwicklung bis zum Höhepunkt und dann bis zum Ausscheiden

### Kontakt:

MuA Coaching & Supervision, Steigstrasse 11, CH - 9552 Bronschhofen SG / Schweiz  
Telefon: 071 910 08 00, Handy: 076 342 03 60, Postfinance-Konto: 90-34342.5  
E-Mail: [poschung@mua.ch](mailto:poschung@mua.ch) Homepage: [www.mua.ch](http://www.mua.ch)