

Digitales Coaching in der angewandten Sportpsychologie

Christian Zepp

Frechen, Deutschland

Zusammenfassung: Digitale Coachingformate sind in der angewandten Sportpsychologie zunehmend etabliert und bieten flexible, ortsunabhängige Möglichkeiten zur Betreuung von Athlet_innen, Teams und Trainer_innen. Trotz wissenschaftlicher Evidenz für ihre Wirksamkeit bestehen bislang keine spezifischen ethischen Leitlinien für den digitalen Einsatz in der deutschen Sportpsychologie. Dieses Positionspapier betont die Notwendigkeit klarer berufsethischer und datenschutzkonformer Standards für digitales Coaching. Es beleuchtet zentrale Herausforderungen wie Schweigepflicht, Datenschutz (DS-GVO), Technologieauswahl, informierte Einwilligung und den professionellen Umgang mit Social Media. Die Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie (ASP) beabsichtigt, diese Standards aktiv mitzugestalten und Orientierung für Fachpersonen im deutschsprachigen Raum zu schaffen.

Schlüsselwörter: Digitales Coaching, Sportpsychologie, Ethik, Datenschutz, Schweigepflicht

Digital Coaching in Applied Sports Psychology

Abstract: Digital coaching formats have become an integral part of applied sports psychology, offering flexible and location-independent support for athletes, teams, and coaches. Although research has demonstrated the effectiveness of digital interventions, we currently have no specific ethical guidelines for their use in German sports psychology practice. This position paper highlights the urgent need for professional and ethically sound standards that comply with data protection regulations. The key challenges addressed include confidentiality, adherence to General Data Protection Regulation (GDPR), technology selection, informed consent, documentation, and the responsible use of social media. The German Association for Sports Psychology (ASP) commits to taking an active role in developing such standards and providing guidance for professionals in the field.

Keywords: digital coaching, sports psychology, ethics, data protection, confidentiality

Die Entwicklungen des Internets und der damit verbundenen digitalen Anwendungen haben in den letzten 25 Jahren dazu beigetragen, dass die sportpsychologische Betreuung von Athlet_innen, Teams und Trainer_innen immer mehr auch ortsunabhängig und zeitlich flexibel gestaltet werden kann. Studien haben in diesem Zusammenhang gezeigt, dass der Einsatz solcher digitaler Lösungen zur psychologischen Betreuung von Klient_innen genauso effektiv ist wie die konventionelle Betreuung vor Ort (Langarizadeh et al., 2017). Viele angewandt arbeitenden Sportpsycholog_innen und sportpsychologische Expert_innen scheinen sich bislang jedoch nicht ausreichend mit den datenschutzrechtlichen und damit auch ethischen Anforderungen von digitalem Coaching auseinanderzusetzen, es sei denn, sie arbeiten auch als Therapeut_innen oder haben entsprechende Schulungen absolviert (vgl. Bird & Harris, 2019). Während verschiedene Organisationen bereits Richtlinien für die Nutzung digitaler Anwendungen im Rahmen der (sport-)psychologi-

schen Betreuung von Klient_innen haben (u.a. AASP: Watson & Etzel, o.J. ; APA: American Psychological Association, 2013; BDP/DGPs: Föderation Deutscher Psychologenvereinigungen, 2022), existiert eine solche Orientierung für die angewandte Sportpsychologie in Deutschland noch nicht. Richtlinien für die Durchführung von digitalem Coaching in der angewandten Sportpsychologie sind jedoch aus berufsethischer Perspektive notwendig. Sie geben den angewandt arbeitenden Sportpsycholog_innen und sportpsychologischen Expert_innen Sicherheit in ihrer Berufsausübung und gewährleisten den Klient_innen, dass sportpsychologische Leistungen über das Internet in einem sicheren Rahmen angeboten werden.

Im Rahmen von digitalem Coaching in der angewandten Sportpsychologie gibt es verschiedene ethische Risiken, die berücksichtigt werden müssen (Watson et al., 2014). Hierzu gehören erforderliche Aufnahmeinformationen zu Beginn einer sportpsychologischen Betreuung,

die unterzeichnete Einverständniserklärung, die Einhaltung der Schweigepflicht, die Verwendung angemessener Technologie, die individuelle technische Kompetenz der Sportpsycholog_innen und sportpsychologischen Expert_innen, die Dokumentation, die Nutzung von Social Media sowie das individuelle Marketing. Während all diese Aspekte wichtig und relevant sind, kommt der Einhaltung der Schweigepflicht allein aus rechtlicher Perspektive eine besondere Bedeutung zu. Diese ist einerseits in berufsethischen Richtlinien verankert und ergibt sich andererseits auch aus der Europäischen Datenschutz-Grundverordnung (DS-GVO). Trotzdem entsprechen viele der aktuell eingesetzten Anwendungen zur Durchführung von digitalem Coaching in der angewandten Sportpsychologie weder der DS-GVO noch gewährleisten sie infolgedessen die Einhaltung der Schweigepflicht.

So ist es unter anderem bei der Auswahl der genutzten Videoplattformen von entscheidender Bedeutung, bewusst auf den Datenschutz und die Wahrung der Schweigepflicht zu achten. Die Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV) bietet beispielsweise eine regelmäßig aktualisierte Liste von Videokonferenzanbietern an, die Server in Deutschland oder der EU nutzen und eine Ende-zu-Ende-Verschlüsselung gewährleisten. Auch wenn es für Sportpsycholog_innen und sportpsychologische Expert_innen und ihre Klient_innen bequem sein mag, sich weiterhin an bereits bekannte Anwendungen zu halten, stellt die Nutzung zertifizierter Softwarelösungen einen notwendigen Schritt allein im Sinne der Berufsethik und der Professionalisierung der angewandten Sportpsychologie dar.

Des Weiteren sollten Klient_innen im Rahmen einer Einverständniserklärung über die Risiken der Nutzung technischer Möglichkeiten aufgeklärt und diese Aufklärung schriftlich bestätigt werden. Es ist bemerkenswert, dass den meisten Klient_innen die Art der Datenverarbeitung gleichgültig zu sein scheint. Dieser Gleichgültigkeit auf Seiten der Klient_innen dürfen sich die angewandten Sportpsycholog_innen und sportpsychologischen Expert_innen jedoch allein aus berufsethischer Sicht nicht hingeben.

Um die Entwicklungen der digitalen Möglichkeiten auch im Bereich der Sportpsychologie erfolgreich und rechtlich sicher nutzen zu können, und dies gleichzeitig datenschutzkonform und berufsethisch korrekt umzusetzen, ist eine sorgfältige Planung sowie die Festlegung ethischer Standards notwendig. Nur so kann eine rechtlich und ethisch sichere Umgebung für die angewandten Sportpsycholog_innen und sportpsychologischen Expert_innen und ihre Klient_innen geschaffen werden. Zu einem solchen Prozess gehören neben der aktiven Auseinandersetzung mit den aktuellen Daten-

schutzstandards und berufsethischen Richtlinien auch die Entwicklung von eindeutigen Leitlinien zum Einsatz von digitalem Coaching in der angewandten Sportpsychologie. Obwohl sportpsychologische Betreuung keine heilkundliche Tätigkeit ist, können die bestehenden Leitlinien für Videosprechstunden der Bundespsychotherapeutenkammer (2022) und der Kassenärztlichen Bundesvereinigung (2024) als wertvolle Orientierung für die Entwicklung entsprechender Standards im digitalen Coaching dienen. Beide Organisationen betonen, dass Videoformate – ob in der Einzel- oder Gruppensitzung – nur dann eingesetzt werden sollten, wenn bestimmte technische und organisatorische Voraussetzungen erfüllt sind. Dazu gehören insbesondere zertifizierte Videodienstplattformen mit Ende-zu-Ende-Verschlüsselung, störungsfreie und vertrauliche Räumlichkeiten für die Durchführung der Sitzungen sowie eine vorherige Aufklärung und schriftliche Einwilligung der Klient_innen. Solche Vorgaben können – in angepasster Form – auch in der angewandten Sportpsychologie eine klare Orientierung geben. Damit diese Standards wirksam bleiben, müssen sie regelmäßig an neue technische Entwicklungen und gesetzliche Rahmenbedingungen angepasst werden. Ergänzend sind praxisnahe Unterstützungsangebote notwendig, wie etwa Fortbildungen, Checklisten oder Beratungsangebote, um Sportpsycholog_innen und sportpsychologische Expert_innen in einem rechtlich und ethisch sicheren Handeln zu bestärken.

Entsprechend setzt sich die Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie (ASP) ab sofort aktiv in verschiedenen Gremien mit den ethischen, rechtlichen und praktischen Aspekten des digitalen Coachings auseinander, um Standards und Empfehlungen für die angewandte Sportpsychologie in Deutschland zu entwickeln. Dieses Positionspapier versteht sich dabei als Einladung an alle in der Praxis tätigen Kolleg_innen, die eigene Arbeit im digitalen Coaching kritisch zu reflektieren, verantwortungsvoll weiterzuentwickeln und so gemeinsam zur Professionalisierung unseres Fachgebiets beizutragen.

Literatur

- American Psychological Association (2013). Guidelines for the practice of telepsychology. <https://www.apa.org/practice/guidelines/telepsychology>
- Bird, M. D. & Harris, B. S. (2019). The ethical use of technology for clinical and performance enhancement services: Prevalence and perceptions among association for applied sport psychology certified consultants. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 13(1), 56–71. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2017-0034>
- Bundespsychotherapeutenkammer (2022). BPtK Praxis-Info: Videobehandlung. https://api.bptk.de/uploads/bptk_praxis_Info_videobehandlung_22_web_716e7c6ae0.pdf

- Föderation Deutscher Psychologinnenvereinigungen (2022). Berufsethische Richtlinien des Berufsverbandes Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V. und der Deutschen Gesellschaft für Psychologie e.V. https://www.bdp-verband.de/fileadmin/user_upload/BDP/website/dokumente/PDF/Profession/Berufsethik/BER-Foederation-20230426-Web-1.pdf
- Kassenärztliche Bundesvereinigung (2024). *Videosprechstunde*. <https://www.kbv.de/html/videosprechstunde.php>
- Langarizadeh, M., Tabatabaei, M. S., Tavakol, K., Naghipour, M., Rostami, A. & Moghbeli, F. (2017). Telemental health care, an effective alternative to conventional mental care: A systematic review. *Acta Informatica Medica*, 25(4), 240. <https://doi.org/10.5455/aim.2017.25.240-246>
- Watson, J.C., Schinke, R. & Sampson, J.P. (2014). Ethical issues affecting the use of teletherapy in sport and exercise psychology. In E.F. Etzel & J.C. Watson, II (Eds.), *Ethical issues in sport, exercise, and performance psychology* (pp. 139–149). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Watson, J. & Etzel, E. (o.J.). *Considering ethics: Using the internet in Sport Psychology*. <https://appliedsportpsych.org/resources/professional-resources-for-mental-performance-consultants/considering-ethics-using-the-internet-in-sport-psychology/>
- Onlineveröffentlichung: 30.10.2025

Dr. Christian Zepp
St. Magdalenen Straße 2
50226 Frechen
Deutschland
cz@zepp-consulting.com