

Deutscher Frisbeesport-Verband e.V.

CASE STUDY

Der Einsatz des LINC SPORTS PROFILERs im Leistungssport



„Mit dem LINC SPORTS PROFILER schaffen wir Klarheit über individuelle Stärken, Teamrollen und Entwicklungsfelder – und geben Athlet:innen wie auch Trainer:innen eine fundierte Basis, um Leistung und Zusammenarbeit nachhaltig zu verbessern.“

Bettina Körner, Mental Skills Coach (Einsatz des LINC Sports Profilers im Ultimate Frisbee)

Ausgangssituation

Im Leistungssport steht häufig die körperliche und technische Vorbereitung im Vordergrund. Dabei wird jedoch oft übersehen, dass die Persönlichkeit der Athlet:innen ein wesentlicher Erfolgsfaktor ist. Wer seine Persönlichkeit kennt, eigene Muster versteht und die eigene Rolle im Team klar einordnen kann, kann auf dem Platz gezielter agieren und Verantwortung übernehmen. Der LINC SPORTS PROFILER bietet hierfür eine wissenschaftlich fundierte Grundlage: Er kombiniert ein differenziertes BIG-FIVE-Persönlichkeitsprofil mit relevanten Erfolgsfaktoren im Leistungssport und macht sichtbar, wie Spieler:innen ihr Potenzial optimal entfalten können.

Herausforderung

- Persönlichkeitsaspekte von Sportler:innen werden im Alltag oft vernachlässigt.
- Unklare Rollen im Team erschweren Zusammenarbeit und führen zu Reibungen.
- Potenzielle Führungsspieler:innen entwickeln sich selten planvoll.

Lösung

- Einsatz des LINC SPORTS PROFILERs
- Darstellung von fünf erfolgskritischen Bereichen für Athlet:innen: Umgang mit Druck, Umgang mit Rückschlägen, Selbstdisziplin, Selbstvertrauen und Bodenhaftung.
- Analyse der Teamrollen und ihrer Wirkung im Zusammenspiel.
- Konkrete Ableitung von Entwicklungsfeldern für Einzelpersonen und Teams.

Weshalb LINC?

- Wissenschaftlich fundiert (BIG FIVE) und in Kooperation mit Expert:innen entwickelt.
- Ganzheitlich: Kombination aus Charaktereigenschaften, Motiven und Kompetenzen in einem Report (inkl. LPP-Report).
- Schnelle Verfügbarkeit, sportartenübergreifend einsetzbar.
- Praxisnahe, wertschätzende Aufbereitung.

Ergebnisse

- Transparenz über individuelle Stärken, Motive und Verhaltensmuster.
- Klarheit in der Rollenverteilung innerhalb des Teams – dadurch weniger Konflikte und höhere Effizienz.
- Gezielte Entwicklung von Führungsspieler:innen und klarere Verantwortung im Team.
- Effektivere Zusammenarbeit zwischen Trainer:innen und Sportler:innen durch ein gemeinsames Verständnis.

Wie wurde der LINC SPORTS PROFILER im Team eingesetzt?

Alle Spielerinnen durchliefen den LINC SPORTS PROFILER und erhielten individuelle Reports zu ihren Motiven, sportlichen Erfolgsfaktoren und Teamverhalten. In gemeinsamen Team-Sessions wurden die Profile debriefed: Die Athletinnen reflektierten, wie ihre Motive und Erfolgsfaktoren im Kontext von Ultimate Frisbee sichtbar werden und die eigene Performance wie auch die Teamdynamik beeinflussen. Anschließend wurden gezielt jene Erfolgsfaktoren herausgearbeitet, die für das Team insgesamt am relevantesten waren – etwa Umgang mit Rückschlägen oder Selbstvertrauen – und in praxisnahen Übungen trainiert. Jede:r Spieler:in wählte dabei Tools aus, die individuell am hilfreichsten erschienen, und konnte diese im 1:1-Coaching weiter vertiefen und anpassen.

Welche Erkenntnisse sind durch den Einsatz des LINC SPORTS PROFILERs entstanden?

Das Debriefing machte deutlich, dass sich viele Unterschiede in Motiven und Persönlichkeiten direkt auf die Spielweise und das Verhalten unter Druck auswirken. So wurde klar, dass Selbstvertrauen und die Fähigkeit zur Selbstregulation in Stresssituationen für die Mehrheit der Spieler:innen Schlüsselfaktoren waren. Gleichzeitig gewann das Team ein neues Bewusstsein dafür, wie verschiedene Präferenzen und Rollen ineinandergreifen – und wo es wichtig ist, einander aktiv zu unterstützen. Die individuelle Auswahl und Erprobung der Tools half den Spielerinnen, eigene Strategien zu entwickeln, die wirklich alltagstauglich und nachhaltig sind.

Welchen konkreten Nutzen bzw. Mehrwert hatte die Nationalmannschaft durch den Einsatz?

Durch den Einsatz des LINC SPORTS PROFILERs erhielt die Mannschaft eine strukturierte Grundlage, um mentale Faktoren systematisch zu trainieren. Spieler:innen wussten nicht nur, dass mentale Stärke wichtig ist, sondern auch wo sie individuell ansetzen können. Die Arbeit führte zu klareren Selbstbildern, gezielteren Strategien im Umgang mit Druck und Rückschlägen und mehr Selbstvertrauen. Auf Teamebene entstand eine offene Diskussion über Dynamiken, Stärken und Herausforderungen, was die Zusammenarbeit stabilisierte und die gegenseitige Unterstützung stärkte. Für Coaches eröffnete der Profiler wertvolle Einblicke, um Training und Kommunikation effektiver auf individuelle und kollektive Bedürfnisse abzustimmen.

Anwendungsbeispiele

Bettina Körner begleitet derzeit spanische und deutsche Nationalteams im Ultimate Frisbee in unterschiedlicher Intensität. Profiler-Ergebnisse werden genutzt, um individuelle Strategien zu entwickeln und Teamdynamiken zu steuern.

Der deutsche Nationaltrainer der diesjährigen World Games, Henning Frede, betont:

„Dank Bettina und dem LINC SPORTS PROFILER konnten die Spielerinnen ihr Persönlichkeitsprofil und die Erfolgsfaktoren im Sport kennenlernen und gezielt an ihren Skills arbeiten. Wir freuen uns darauf, diese Arbeit kontinuierlich fortzuführen.“

Auch die spanische Trainerin und langjährige Nationalspielerin Regina Amador sieht enormen Mehrwert in der Zusammenarbeit:

*„Der LINC SPORTS PROFILER hat mir ganz neue Erkenntnisse gebracht – ich konnte mein Coaching danach gezielt optimieren und die Spieler*innen noch besser unterstützen.“*