



MENTAL  
SYNERGY

[www.mental-synergy.at](http://www.mental-synergy.at)

# 9 Jahre Mental Synergy



## Rückblick

2017 - 2025

Mario Schuster





**Was durfte ich lernen?**

Die Realität des ersten Geschäftsjahres war herausfordernder als erwartet. Als Mentaltrainer wurde mir nicht die Tür eingerannt.  
Hart, aber lehrreich!

# Das Gründungsjahr >>>

**Was lief super?**

Langzeitziel Doppelstudium Sportwissenschaften UND Psychologie im Herbst geschafft!  
Bonus: Erster sportpsychologischer Auftrag im internationalen Radsport.





**Was lief unerwartet?**

Entgegen meiner Ur-Pläne nahm ich einen Nebenjob an um Mental Synergy zu stabilisieren.

# Das Durchhaltejahr >>>

**Was lief super?**

Die Stabilisierung war auch strategisch wichtig. Der Fokus lag wieder verstärkt auf Qualität und Anfragen aus Sport und Wirtschaft nahmen zu.





### **Was machte Probleme?**

Jahrelange persönliche orthopädische Probleme erreichten ihren Höhepunkt. Ein normaler Alltag war nicht mehr möglich.

# Gesundheit im Fokus



### **Was lief super?**

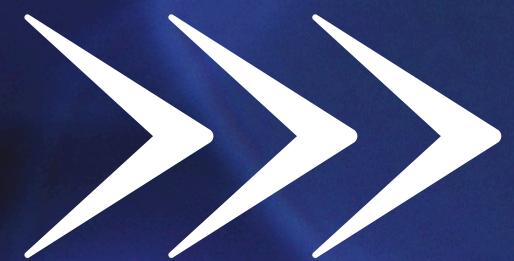
Ein Karriereziel für ein Nachwuchsnationalteam des ÖFB zu arbeiten war erreicht.



High-Tech Operation löste ein schwerwiegendes orthopädisches Problem. Reha verlief erfolgreich.



# Corona- Pandemie



## Was kam unerwartet?

Etablierung von Webinaren und Online-Coachings -> damit wurde Mental Synergy gerettet.





2021

### **Was ist überhaupt das Ziel?**

Fehlende strategische Klarheit über die mittelfristige Ausrichtung und Zielsetzung von Mental Synergy; eine Lockdown-Folgeerscheinung. Eher ein braves Abarbeiten von Aufträgen.

# Neu- orientierung



### **Was lief super?**

Ausbau des Seminarportfolios und Entwicklung erster arbeits- und organisationspsychologischer Dienstleistungen als Ergänzung zur Sportpsychologie.

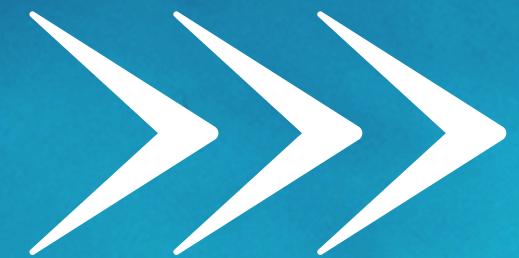




### **Was kostete Energie?**

Die Bürokratie und sich wöchentlich  
ändernde Prozesse.

## Erste Erweiterung



### **Was lief super?**

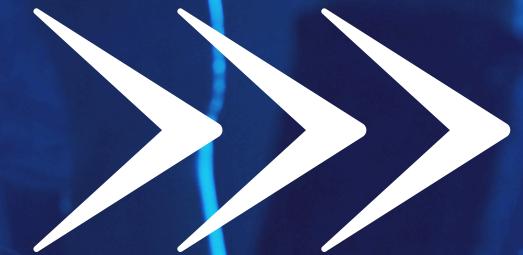
Habe meine Wunschposition als  
Sportpsychologe beim ÖBS  
erhalten!

Zudem konnte ich es mir erlauben  
überbürokratisierte Projekte  
abzuschließen.





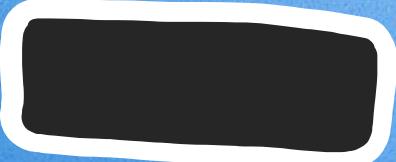
# Internationale Einsätze



## Was lief super?

Mein bisheriger Peak in meiner Karriere als Sportpsychologe. Internationale sportpsychologische Betreuungstätigkeit bei Europa- und Weltmeisterschaften für verschiedene österreichische Herren- und Damen-Nationalteams.



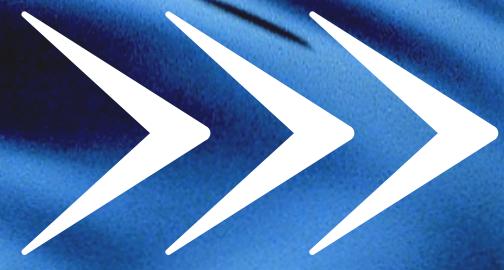


**Was war schwierig?**

Eigentlich lief es ganz super.  
Außer, dass die Zielklarheit  
weiterhin fehlte.



# Vertiefende Kooperationen >>>



**Was lief super?**

Viele neue Auftraggeber:innen &  
erfolgreiche Kooperationen mit  
Kolleg:innen sowie große  
gemeinsame Aufträge im  
Unternehmenskontext.



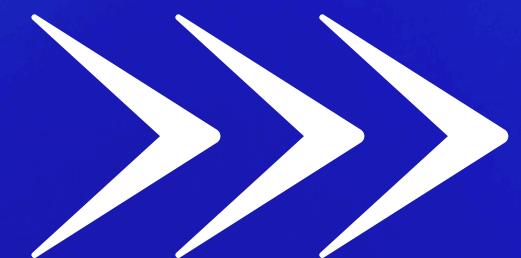


2025

**Was war weiterhin unklar?**

Trotz super Auftragslage:  
In der ersten Jahreshälfte fehlte es  
weiterhin an einer langfristigen  
Vision zur optimalen Sinnstiftung.

# Ambivalenz & Aufbruch



**Was lief super?**

Vieles!

Erster Marathon (3:59), fünf Jahre  
nach meiner OP.

Stärkste Auftragslage seit der  
Firmengründung.

Heureka-Moment zur künftigen  
Vision von Mental Synergy.





MENTAL  
SYNERGY

[www.mental-synergy.at](http://www.mental-synergy.at)

2026 |  
Jubiläumsjahr

10 Jahre  
Mental Synergy

Mario Schuster

Ankündigungen folgen,  
es ist Vieles geplant!

