

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	III
----------------------	------------

Inhaltsverzeichnis	IV
---------------------------------	-----------

Abbildungsverzeichnis	VIII
------------------------------------	-------------

Tabellenverzeichnis	X
----------------------------------	----------

1 Einleitung	11
---------------------------	-----------

1.1 Aktualität des Themas	11
1.2 Problemaufriss und Forschungslage	14
1.3 Fragestellung und Aufbau der Arbeit	15

2 Theoretische Bezüge und Grundlagen	16
---	-----------

2.1 Bindung an körperliche Aktivität	16
2.1.1 Abgrenzungen zu Motivation und Volition	16
2.1.2 Eine erste allgemeine Annäherung an „Bindung“	19
2.1.3 Theoretische Eingrenzung aus einer psychologischen Warte	20
2.1.4 Bindung pädagogisch hinterfragt	23
2.1.5 Determinanten der Bindung	27
2.2 Sportfreude als Determinante der Bindung an körperliche Aktivität und Sport	30
2.2.1 Die Emotion Freude	31
2.2.2 Was ist Sportfreude? – Auf der Suche nach einer Begriffsdefinition	34
2.2.3 Dimensionen und Kennzeichen der (Sport-)Freude	35
2.2.4 Bildungsaspekte der Sportfreude	37
2.2.5 Sportfreude und ihre Wirkung auf die Gesundheit	39
2.2.6 Sportfreude als Untersuchungsgegenstand	47
2.2.7 Fazit	49
2.3 Bewegung und Sport: Überblick mit besonderem Augenmerk auf anthropologische Zugänge	52
2.3.1 Sich-Bewegen als Dialog zwischen Mensch und Welt	53
2.3.2 Sport als spezielle Art des Sich-Bewegens	60
2.3.3 Gesundheitssport	65

2.4	Die freudvolle Inszenierung des Gesundheitssports als Perspektive der Gesundheitspädagogik	72
2.4.1	Pädagogische Zielsetzung Gesundheitsbildung	72
2.4.2	Pädagogische Zielsetzung Gesundheitskultur	74
2.5	Theoretischer Rahmen der Untersuchung	75
2.5.1	Dynamische Stadienmodelle	76
2.5.2	Kontinuierliche Prädiktionsmodelle	79
2.5.3	Das Sport Commitment Modell (SCM) von Scanlan et al. (1993)	82
3	Forschungsstand und Konkretisierung der Forschungsfragen	87
3.1	Aktueller Forschungsstand	87
3.1.1	Bindungsforschung in Deutschland	87
3.1.2	Untersuchungen der Sportart Laufen	90
3.1.3	Die Beforschung des Sport Commitment Modells (SCM)	92
3.1.4	Was löst Sportfreude aus? – Ein Überblick über vorliegende Ergebnisse	99
3.2	Ziele und Fragestellungen der Untersuchung	110
4	Methodisches Vorgehen	113
4.1	Besonderheiten sportpädagogischer Forschung	113
4.2	Warum wird ein qualitatives Vorgehen gewählt?	117
4.2.1	Was ist unter qualitativer Forschung zu verstehen?	117
4.2.2	Grundannahmen, Kennzeichen und Gütekriterien qualitativer Forschung	121
4.2.3	Das Verhältnis zwischen qualitativer und quantitativer Forschung	127
4.2.4	Qualitative Forschung in der Sportpädagogik	129
4.3	Das Problemzentrierte Interview nach Witzel (1982)	130
4.3.1	Qualitative Interviews	130
4.3.2	Prinzipien	132
4.3.3	Phasen des Problemzentrierten Interviews	133
4.3.4	Datenerhebung	134
4.4	Transkription der Interviews	135
4.5	Die Methodologie der Grounded Theory	137
4.5.1	Grundlagen	137

4.5.2	Die Methode des permanenten Vergleichs	141
4.5.3	Theoretische Sensibilität	143
4.5.4	Das Kodieren von Texten	145
4.5.5	Memos	150
4.6	Theoriebegriff und subjektives Verständnis	151
5	Untersuchungsablauf	155
5.1	Das spezifische theoretische Sampling	155
5.2	Terminvereinbarung, Interviewablauf und Transkription	157
5.3	Die Auswertung der Interviews mittels der Grounded Theory Methodologie	160
6	Untersuchungsergebnisse	163
6.1	Wie kommen Menschen zum Laufen und wie beginnen sie konkret?	164
6.1.1	Allgemeine Motive für Sport	164
6.1.2	Attraktivität des Laufens für „Nicht-Läufer“	168
6.1.3	Charaktereigenschaften von Laufenden	170
6.1.4	Der Schritt von der Intention zum Laufbeginn	171
6.1.5	Mögliche Anlässe des Laufbeginns	172
6.2	Quellen der Lauffreude	173
6.2.1	Leistung	174
6.2.2	Wettbewerb, Konkurrenz, Gewinnen	180
6.2.3	Soziale Aspekte des Laufens	180
6.2.4	Psychische und affektive Effekte	182
6.2.5	Natur	185
6.2.6	Körperliche Auswirkungen spüren	186
6.2.7	Laufen selbst	188
6.2.8	Systematisierungsversuche der beschriebenen Quellen	193
6.2.9	Entwicklungstendenzen, Gewichtungen und Zusammenhänge beziehungsweise Gegenwirkungen	198
6.2.10	Vergleich mit anderen Studien	203
6.3	Wahrgenommener Profit durch das Laufen	205
6.4	Bildungsprozesse als Kernkategorie	207
6.4.1	Exkurs Bildung	207

6.4.2	Sich selbst besser kennenlernen, sich verändern (Fähigkeiten)	210
6.4.3	Laufen als Sportart einverleiben (Anforderungen)	211
6.4.4	Sportfreude entwickeln (Funktionen).....	217
6.4.5	Selbstreflexivität als Kernkompetenz	220
6.5	Entwicklung des Bindungsprozesses	220
6.5.1	Kennzeichen steigender Bindung.....	220
6.5.2	Ein Beispiel gelingender Bindung: die Laufkarriere des Herrn Müller.....	224
6.5.3	Ein Beispiel misslingender Bindung: Frau Schmidts Versuch das Laufen für sich zu entdecken.....	226
6.5.4	Ultras als besondere Gruppe	228
6.6	Bildung und Lauffreude als Kernelemente des Bindungsprozesses	229
7	Perspektiven für den Gesundheitssport	232
8	Kritische Einschätzung des methodischen Vorgehens	239
9	Zusammenfassung und Ausblick	241
9.1	Einordnung in den Forschungsstand und Ausblick	242
9.2	Handlungsempfehlungen	242
	Literaturverzeichnis.....	244
	Anhangsverzeichnis.....	281
	Anhang	282