

Inhalt

Vorwort	7	2.3.1 Aufmerksamkeit und soziale Kompetenz.....	70
1 Grundlagen	9	2.3.2 Aufmerksamkeit und Kompetenzerwartung.....	74
1.1 Einleitung.....	9	2.4 Soziale Kompetenz.....	84
1.2 Theoretische Grundlagen.....	14	2.5 Kompetenzerwartung.....	132
1.2.1 Was sind sportpsychologische Trainingsmaßnahmen?.....	14	2.6 Psychoregulation	138
1.3 Aufbau und Struktur eines sportpsychologischen Trainings.....	16	2.7 Trainerkompetenz.....	154
1.3.1 Diagnostik	17	3 Der Fußballtrainer – die eierlegende Wollmilchsau? ..	159
1.3.2 Inhalte und Ebenen sportpsychologischer Trainingsmaßnahmen.....	19	3.1 Grundlagen der Kommunikation	161
1.4 Techniken im Grundlagen- und Aufbaubereich	25	3.2 Feedback	163
1.4.1 Techniken im Grundlagentraining..	25	3.3 Mannschaftscoaching	164
1.4.2 Techniken im Aufbautraining.....	30	3.4 Individualcoaching.....	167
1.5 Verknüpfung verschiedener sportpsychologischer Aspekte.....	35	3.5 Umgang mit Dritten	170
2 Praxis des sportpsychologischen Trainings im Kinder- und Jugendfußball	37	3.6 Selbstfürsorge.....	172
2.1 Einleitung.....	37	4 Literatur	175
2.2 Diagnostik	39	5 Glossar	179
2.3 Aufmerksamkeit.....	47	6 Übungsverzeichnis.....	183
		7 Sachregister	185