

Inhalt

| | |
|---|-----------|
| Vorwort | 8 |
| 1 Leben mit dem Leistungssport – aus der Sicht von Kindern und ihren Trainern..... | 11 |
| 1.1 Theresa und Frau Dietrich | 13 |
| 1.2 Marie und Frau Petzold..... | 23 |
| 1.3 Leistungssport und Spaß?..... | 31 |
| 1.4 Anstrengung und Alltag..... | 36 |
| 1.5 Worum es in dieser Studie geht | 38 |
| 2 Theoretischer Bezugsrahmen | 43 |
| 2.1 Chronischer Stress im Kindesalter..... | 44 |
| 2.1.1 Grundpositionen der Stressforschung..... | 44 |
| 2.1.2 Das kognitiv-transaktionale Modell | 45 |
| 2.1.3 Chronischer Stress | 46 |
| 2.1.4 Kinder als Zielgruppe | 49 |
| 2.1.5 Chronische Belastungen von Kindern im Leistungssport | 50 |
| 2.2 Die Bedeutung von Ressourcen..... | 51 |
| 2.2.1 Theoretische Zugänge zum Ressourcen-Problem | 51 |
| 2.2.2 Personale Ressourcen | 53 |
| 2.2.3 Soziale Ressourcen von Kindern | 54 |
| 2.2.3.1 Bindungen und psychische Sicherheit: Konzepte und Befunde..... | 58 |
| 2.2.3.2 Bindungen und psychische Sicherheit: Konsequenzen und Fragen für den Leistungssport von Kindern | 71 |
| 3 Methodisches Vorgehen | 73 |
| 3.1 Design und Aufbau der Studie..... | 75 |
| 3.2 Quantitative Teilstudie..... | 76 |
| 3.2.1 Fragebogen zu Belastungen und Ressourcen im Leistungssport von Kindern (BRiL-K)..... | 76 |
| 3.2.1.1 Skalen zu chronischem Stress im Kindesalter (CSiK) | 77 |
| 3.2.1.2 Skalen zu protektiven Ressourcen und Belastungssymptomen (SET). | 80 |
| 3.2.2 Stichprobe | 82 |
| 3.2.3 Datenerhebung und -aufbereitung | 86 |

| | | |
|----------|---|-----------|
| 3.3 | Qualitative Teilstudie | 86 |
| 3.3.1 | Kinderinterview | 86 |
| 3.3.2 | Geschichtenergänzungsverfahren (GEV-B): Standardverfahren und Sporterweiterung..... | 87 |
| 3.3.3 | Trainerinterview | 91 |
| 3.3.4 | Stichprobe, Datenerhebung und Datenaufbereitung..... | 93 |
| 4 | Ergebnisse..... | 95 |
| 4.1 | Äußere Anforderungen, subjektive Bewertung und typische Prozessmerkmale der Trainer-Athlet-Beziehung | 96 |
| 4.1.1 | Umfang und Inhalt leistungssportlicher Anforderungen | 96 |
| 4.1.2 | Typische Prozessmerkmale der Trainer-Athlet-Beziehung | 99 |
| 4.1.3 | Alltägliche Anforderungen aus Sicht der Kinder | 101 |
| 4.2 | Ergebnisse der quantitativen Teilstudie..... | 105 |
| 4.2.1 | Bereiche chronischer Belastungen..... | 106 |
| 4.2.2 | Soziale und personale Ressourcen..... | 110 |
| 4.2.3 | Belastungssymptome | 113 |
| 4.2.4 | Soziale Ressourcen und Stresswahrnehmung | 115 |
| 4.2.5 | Personale Ressourcen und Stresswahrnehmung..... | 118 |
| 4.2.6 | Ressourcen, Stress und Belastungssymptome | 125 |
| 4.2.7 | Welche Rolle spielt die Sportart? Befunde aus dem Blickwinkel leistungssportlicher Rahmenbedingungen..... | 128 |
| 4.2.7.1 | Chronische Belastungen – sportartenspezifisch | 128 |
| 4.2.7.2 | Protektive Ressourcen – sportartenspezifisch | 131 |
| 4.2.7.3 | Exkurs: Essstörungen im Kinderleistungssport..... | 134 |
| 4.2.7.4 | Belastungssymptome – sportartenspezifisch | 136 |
| 4.2.7.5 | Unzufriedenheit und Überforderung im Sport. Welche Ressourcen schützen?..... | 136 |
| 4.2.7.6 | Ressourcen, chronische Belastungen und Wettkampfangst | 141 |
| 4.2.8 | Hohe Belastungen = niedrige Ressourcen? – Extremgruppenver- gleiche..... | 143 |
| 4.2.9 | Zwischenfazit..... | 148 |
| 4.3 | Ergebnisse der qualitativen Teilstudie..... | 151 |
| 4.3.1 | Körperliche Beschwerden und Ängste im Sport | 152 |
| 4.3.1.1 | Körperliche Beschwerden und Verletzungen | 152 |
| 4.3.1.2 | Ängste und Affektregulation | 174 |

| | | |
|----------|---|------------|
| 4.3.1.3 | Zwischenfazit..... | 196 |
| 4.3.2 | Familiäre Belastungen | 199 |
| 4.3.2.1 | Paarkonflikte der Eltern, Trennung, Scheidung | 209 |
| 4.3.2.2 | Der Umgang mit Konflikten zwischen Eltern und Kind | 219 |
| 4.3.2.3 | Belastungen durch hohe elterliche Leistungserwartungen im Sport | 225 |
| 4.3.2.4 | Zwischenfazit..... | 239 |
| 4.3.3 | Bindungsrepräsentationen im Kinderleistungssport..... | 241 |
| 4.3.3.1 | Bindungstypen im Alltag des Kinderleistungssports..... | 243 |
| 4.3.3.2 | Sichere und unsichere Bindungsmuster – Häufigkeiten..... | 248 |
| 4.3.3.3 | Bindungsrepräsentation gegenüber Eltern und Trainern | 251 |
| 4.3.3.4 | Verteilung der Bindungsmuster nach Sportarten..... | 253 |
| 4.3.3.5 | Zusammenhang zwischen Bindungsmustern, Belastungs-Ressourcen- Werten und psychosomatischen Beschwerden sowie Ängsten | 254 |
| 4.3.3.6 | Zusammenhang zwischen Bindungsmustern und Affektregulation..... | 258 |
| 4.3.3.7 | Zwischenfazit..... | 262 |
| 4.3.4 | Die Interaktion von Trainer und Athlet | 264 |
| 4.3.4.1 | Fürsorge und feinfühlige Herausforderung von Trainern..... | 265 |
| 4.3.4.2 | Erwartungen an den Trainer und Erfahrungen mit ihm (Arbeitsbündnis) | 286 |
| 4.3.4.3 | Zwischenfazit..... | 299 |
| 5 | Schluss..... | 303 |
| | Literaturverzeichnis..... | 309 |
| | Tabellenverzeichnis..... | 325 |
| | Abbildungsverzeichnis..... | 327 |
| | Abkürzungsverzeichnis..... | 329 |
| | Anhang: Ergänzende Informationen für methodisch Interessierte | 331 |