

Inhalt

A)	Einführung	9
1	Einleitung	9
1.1	Das Forschungsthema	9
1.2	Ziele der Arbeit	11
1.3	Aufbau der Arbeit	12
B)	Theoretische Grundlagen	15
2	Zur Lebenswelt jugendlicher Leistungssportler*innen	15
2.1	Phase der Jugend	16
2.2	Entwicklungsaufgaben im Jugendalter	18
2.3	Einflussfaktoren auf die jugendliche Entwicklung	19
2.4	Belastungserleben, Risiko- und Schutzfaktoren im Jugendalter	27
2.4.1	Risikofaktoren	28
2.4.2	Schutzfaktoren	28
2.4.3	Mehrfachbelastung durch Leistungssport	30
2.5	Wohlbefinden	38
2.6	Zwischenfazit zur Lebenswelt jugendlicher Leistungssportler*innen	41
3	Motivation und Handeln	43
3.1	Motivation und Handeln – Alltagsverständnisse und psychologische Konstrukte	44
3.2	Vom Wunsch zur Handlung – motivationale Determinanten	47
3.2.1	Personenbezogene Faktoren	48
3.2.2	Situationsbezogene Faktoren	59
3.2.3	Person-Situation-Interaktion und der Übergang zur Handlung	62
3.2.4	Zwischenfazit zu dem Prozess vom Wunsch zur Handlung	64
3.3	Vom Wunsch zur Handlung – Volitionale Determinanten motivierten Handelns	65
3.3.1	Verhaltens- und Handlungssteuerung	66
3.3.2	Volition und Selbststeuerung	76
3.3.3	Zwischenfazit zu Herausforderungen der Verhaltenssteuerung	81
3.4	Die Qual der Wahl – innere Konflikte und notwendige Entscheidungen	83
3.4.1	Innere Konflikte	83

3.4.2	Entscheidungen	89
3.5	Die Theorie Motivationaler Handlungskonflikte	92
3.5.1	Hauptkomponenten der Theorie Motivationaler Handlungskonflikte	92
3.5.2	Darstellung der Theorie Motivationaler Handlungskonflikte	105
3.5.3	Empirischer Forschungsstand zur Theorie Motivationaler Handlungskonflikte	108
3.5.4	Begründungen für die Wahl der Theorie Motivationaler Handlungskonflikte	113
4	Jugendliche zwischen Leistungssport, Schule und Freizeit – Eine Modifikation der Theorie Motivationaler Handlungskonflikte	117
4.1	Personenbezogene Faktoren	119
4.2	Situationsbezogene Faktoren	120
4.3	Von der Interaktion zu langfristigen Verhaltensfolgen	121
4.3.1	Innere Konflikte	121
4.3.2	Strategien der Handlungsplanung im Umgang mit mehreren Handlungsalternativen.....	127
4.3.3	Kurz- und längerfristige Handlungsfolgen	132
4.4	Das Modell zu inneren Konflikten bei jugendlichen Leistungssportler*innen	135
5	Forschungsüberblick	139
6	Forschungsfragen und Hypothesen	143
6.1	Studienspezifisches LeispiK-Modell	143
6.2	Forschungsleitende Fragen	144
6.3	Hypothesen.....	146
C)	Im Räderwerk? Die empirische Studie	155
7	Empirische Studie	155
7.1	Methodik	155
7.1.1	Studiendesign	155
7.1.2	Untersuchungsablauf.....	156
7.1.3	Erhebungsinstrument.....	157
7.1.4	Datenauswertung.....	166
7.1.5	Stichprobe.....	171
7.2	Ergebnisdarstellung und -interpretation.....	176
7.2.1	Hinweise zur Ergebnisdarstellung und -interpretation	176
7.2.2	Ergebnisse zur Gültigkeit des LeispiK-Modells.....	178

7.2.3	Ergebnisse zur Bestandsaufnahme innerer Konflikte bei jugendlichen Leistungssportler*innen	236
7.2.4	Hypothesenprüfung	270
7.3	Diskussion der Ergebnisse	276
7.3.1	Erkenntnisgewinn und Implikationen	276
7.3.2	Maßnahmenempfehlung zur Konfliktregulation	287
D)	Im Räderwerk! Rückschau und Fazit.....	299
8	Rückschau: Eine Reflexion des Forschungsprozesses	299
8.1	Forschungsthema, theoretischer Hintergrund und Forschungsstand.....	299
8.2	Untersuchungsdesign	301
8.3	Operationalisierung.....	302
8.4	Stichprobenziehung und Stichprobe	305
8.5	Datenerhebung, Datenaufbereitung und Datenanalyse	306
8.6	Ergebnispräsentation und -weiterverarbeitung	307
8.7	Zwischenfazit	308
9	Fazit.....	311
Literaturverzeichnis		313
Abbildungsverzeichnis		331
Tabellenverzeichnis		334
Abkürzungsverzeichnis		336
Anhang		337
Die Autorin		338