

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung	1
2 Nachwuchsleistungssport reloaded	9
2.1 Sportpädagogische Einordnung	9
2.2 Motivation und Motive	20
2.3 Strukturelle Anforderungen	42
3 Stress und Stressbewältigung	57
3.1 Thematische Einordnung	57
3.2 Stressoren und besondere Belastungssituationen	66
3.3 Stressreaktionen und ihre spezifische Ausprägung	73
3.4 Stressbewältigung	79
3.4.1 Allgemeine Grundlagen	79
3.4.2 Soziale Unterstützung	88
4 Resilienz	107
4.1 Inhaltliche Einordnung	107
4.2 Risiko- und Schutzfaktoren	121
4.3 Grenzen der Resilienz und Kritik des Ansatzes	137
4.4 Resilienz im Hochleistungssport	142
5 Konsequenzen für das weitere Vorgehen	153
5.1 Theoretische und methodische Implikationen	153
5.2 Triangulation und Mixed-Method-Design	162
5.3 Ableitung der Leitfragestellung und der Hypothesen	167

6 Vorgehen, Stichprobe und Instrumente	181
6.1 Aufbau der Studie und Stichprobenbeschreibung	181
6.2 Quantitative Teilstudie	186
6.2.1 Datenerhebung – Messinstrumente	186
6.2.2 Datenverarbeitung und -aufarbeitung	193
6.3 Qualitative Teilstudie	196
6.3.1 Qualitative Sozialforschung	196
6.3.2 Datenerhebung – Das Leitfadeninterview	202
6.3.3 Datenverarbeitung und Qualitative Inhaltsanalyse	210
7 Ergebnisdarstellung	217
7.1 Ergebnisse der quantitativen Teilstudie	217
7.2 Interpretation und Einordnung der quantitativen Ergebnisse	251
7.3 Ergebnisse der qualitativen Teilstudie	264
7.3.1 Belastungen und ihre Folgen	265
7.3.2 Die Rolle der systemimmanenten Unterstützung	279
7.3.3 Soziale Unterstützung durch Familie und Peers	309
7.3.4 Motivationsquellen für Leistungssport	326
7.3.5 Personale Ressourcen und Strategien zum Umgang mit Belastungen	341
8 Zusammenfassung und Ausblick	361
Anhang (Abgabe auf DVD)	385
Literaturverzeichnis	387