

Inhaltsverzeichnis

1. Kapitel: Sportpsychologische Praxis: Von der Diagnostik zu Training und Intervention

Von Jürgen Beckmann und Michael Kellmann

1	Einleitung	1
2	Sportpsychologische Diagnostik als Ausgangspunkt für Intervention	3
2.1	Warum ist psychologische Diagnostik im Hochleistungssport so wichtig?	4
2.2	Voraussetzungen für die Anwendung von Diagnostik im Hochleistungssport	6
2.3	Grundlegende Probleme bei der Akzeptanz und Umsetzung angewandter Sportpsychologie	7
2.3.1	Das Forschungs-Anwendungsdilemma	7
2.3.2	Widerstände gegen den Einsatz von Diagnostik	8
2.4	Überlegungen zur Psychometrik	9
2.5	Grundlagenforschung in Psychologie und Sportpsychologie als Basis für sportpsychologische Anwendungen	12
3	Angewandte Forschungsprogramme in der Sportpsychologie	13
3.1	Angewandte Forschung vs. Grundlagenforschung	13
3.2	Diagnosen von Gruppenprozessen und individuellen Unterschieden	14
3.3	Das Dilemma bei Forschungsinterventionen	16
4	Mögliche Forschungsansätze	17
4.1	Action Research	17
4.2	Einzelfallstudien im Verlauf sportpsychologischer Betreuung im Leistungssport	19
5	Die Phasen des Erhebungsprozesses	20
5.1	Den Grund für die Erhebung feststellen	20
5.2	Akzeptanz und Selbstverpflichtung von Athleten, Trainern und Management	21
5.3	Kommunikation von Zielen und der Art des Vorgehens	22
5.4	Vorbehalte von Trainern	23
5.5	Durchführung des Erhebungsprozesses	24
5.6	Rückmeldungen für Trainer und Athleten	25
5.7	Den Effekt der Intervention bestimmen: Evaluation	26
5.8	Erwartungshaltungen und Ressentiments	27

6	Systematische sportpsychologische Intervention	29
7	Ausblick – Perspektiven für ein integratives System	32
	Literatur	33

2. Kapitel: Psychoregulation im Sport

Von Rolf Frester und Nadine Mewes

1	Allgemeine Grundlagen	41
1.1	Zusammenhang zwischen Aktivierung und Leistung	42
1.2	Flusserleben	43
1.3	Mentale Fitness	45
1.4	Funktionsprinzipien des Organismus bei der Psychoregulation	45
1.5	Praxiswirksamer Einsatz der Psychoregulation	46
1.5.1	Bedingungen für eine effiziente Psychoregulation	46
1.5.2	Merkmale für eine effiziente Psychoregulation	47
1.5.3	Funktionen psychoregulativer Verfahren	48
1.5.4	Psychische Leistungsvoraussetzungen	48
1.6	Bedeutungen der Selbstregulation	50
2	Ziele und Anforderungsfelder der Psychoregulation im Sport	52
3	Grundsätze der Anwendung psychoregulativer Verfahren im Sport	58
4	Methoden und Gestaltungsformen zur Ausprägung leistungsfördernder Regulationsprozesse	61
4.1	Methoden zur Optimierung der Zustands- und Emotionsregulation	64
4.1.1	Relaxationstechniken	65
4.1.1.1	Vorgehensweise	65
4.1.1.2	Entspannungsatmung	67
4.1.1.3	Autogenes Training	68
4.1.1.4	Progressive Muskelrelaxation	69
4.1.1.5	Emotionsruhebilder	70
4.1.1.6	Meditation	71
4.1.1.7	Hypnose	72
4.1.1.8	Psychomuskuläres Training	74
4.1.1.9	Biofeedback	75
4.1.1.10	Funktionen und Ziele des Entspannungstrainings im Sport	77
4.1.1.11	Wirkungen von Relaxationstechniken	78
4.1.1.12	Integration im Training und Wettkampf	79
4.1.2	Methoden zur Verbesserung der Antriebsregulation	80
4.1.2.1	Aktivierungstechniken	80
4.1.2.2	Aktivierungsatmung	82
4.1.2.3	Selbstmotivierungsformen	83
4.1.2.4	Visualisierung	87

4.1.2.5 Zielsetzungstraining	89
4.1.2.6 Integration im Training und Wettkampf	91
4.2 Methoden zur Verbesserung kognitiver Prozesse der Bewegungsregulation	92
4.3 Mentale Techniken zur Verbesserung der Selbstregulationskompetenz im Wettkampf	95
4.3.1 Systematische Desensibilisierung	96
4.3.2 Stressimpfungstraining	97
4.3.3 Gedankenstopp	98
4.3.4 Integration im Training und Wettkampf	99
5 Praxis der Psychoregulation an Fallbeispielen	100
5.1 Analysephase	100
5.2 Sportmethodisch-psychologische Trainingsphase	100
5.3 Pausengestaltung	102
5.4 Debriefing	103
6 Zusammenfassende Schlussbemerkung	103
Literatur	107

3. Kapitel: Training kognitiver Fertigkeiten Von Marc Immenroth, Hans Eberspächer und Hans-Dieter Hermann

1 Einleitung	119
2 Kognitive Fertigkeiten im Leistungssport	120
2.1 Konzentration	121
2.2 Selbstwirksamkeitserwartung	123
3 Training kognitiver Fertigkeiten	128
3.1 Trainingsziel	128
3.2 Trainingsverfahren	129
3.2.1 Mentales Training	129
3.2.1.1 Empirische Belege	132
3.2.1.2 Theoretische Fundierung	133
3.2.1.3 Anwendung	136
3.2.2 Training der Selbstgesprächsregulation	141
3.2.2.1 Empirische Belege	143
3.2.2.2 Theoretische Fundierung	145
3.2.2.3 Anwendung	146
3.2.3 Prognosetraining	147
3.2.3.1 Empirische Belege	148
3.2.3.2 Theoretische Fundierung	148
3.2.3.3 Anwendung	150
3.3 Transfer des Trainings kognitiver Fertigkeiten	152
3.3.1 Rehabilitation	152

3.3.2 Chirurgie	154
3.3.3 Luftfahrt	159
4 Abschließende Bemerkungen	160
Literatur	161

4. Kapitel: Lehren und Lernen sportmotorischer Fertigkeiten Von Jörn Munzert und Ernst-Joachim Hossner

1 Einführung	177
2 Lernverläufe und Lernphasen	178
3 Bewegungsvorstellungen und kognitive Lehrverfahren	182
3.1 Wirkung und Bedeutung	183
3.2 Observatives Training	185
3.3 Verbale Instruktion und verbomotorisches Lernen	187
3.3.1 Bewegungsinstruktion	187
3.3.2 Verbomotorisches Training	190
3.3.3 Aufmerksamkeitsfokussierung	191
3.4 Mentales Training	194
4 Rückmeldungen und Fehlerkorrektur	198
4.1 Wirkung und Bedeutung	198
4.2 Resultatsbezogene Rückmeldungen: Knowledge of Results	201
4.2.1 Präzision und Umfang	201
4.2.2 Zeitliche Platzierung und Zusatzaktivitäten	203
4.2.3 Frequenz und Selbstwahl	204
4.3 Ausführungsbezogene Rückmeldungen: Knowledge of Performance	207
4.3.1 Verbale Rückmeldungen und Fehlerhierarchien	207
4.3.2 Video-Feedback und Messplatztraining	209
4.3.3 Rückmeldungsverzicht und fehlerhafte Rückmeldungen	211
5 Übungsgestaltung und methodische Reihungen	212
5.1 Wirkung und Bedeutung	213
5.2 Übungserleichterungen und Methodische Übungsreihen	217
5.3 Umfang und Abfolge von Übungsvariationen	221
5.4 Umfang und Frequenz von Übungswiederholungen	226
6 Übungserfahrungen und Expertiseerwerb	230
6.1 Wirkung und Bedeutung	230
6.2 Langfristiges Üben: Deliberate Practice	230
6.3 Experten-Novizen-Vergleiche	233
6.4 Wahrnehmungstraining	235
7 Fazit und Ausblick	237
Literatur	239

5. Kapitel: Talent und Talententwicklung

Von Jürgen Beckmann, Anne-Marie Elbe und Ilka Seidel

1	Einleitung	257
2	Zusammenhänge zwischen Sport und Persönlichkeit als Ausgangspunkt für Talentdiagnose und Talententwicklung	260
2.1	Selektions- und Sozialisierungshypothese	260
2.2	Methodische Probleme bei Untersuchungen zum Zusammenhang zwischen Persönlichkeit und Sport	263
3	Definitorische Ausführungen zum Talentbegriff	266
4	Motivationspsychologische Forschung in der Talentförderung und -entwicklung	268
4.1	Persönlichkeitsvariablen als Mediatoren der Leistungsentwicklung von Talenten	269
4.2	Ansätze zur Talentidentifikation und -diagnose	272
4.3	Verfahren der Talentselektion	274
4.4	Kriterien der Talentauswahl im Sport	277
4.5	Diagnostische Verfahren aus Sicht der Sportpsychologie	283
4.5.1	Standardisierte Verfahren	283
4.5.2	Projektive und semiprojektive Verfahren	284
4.5.3	Einsatz der Diagnostik	284
5	Talententwicklung	286
5.1	Expertisemodell	286
5.2	Ressourcentheoretisches Modell	288
5.2.1	Anforderungen	288
5.2.2	Ressourcen	289
5.3	Talentfördersysteme	291
5.4	Entwicklung von Sporttalenten an Eliteschulen des Sports	292
6	Optimierung der Talententwicklung	296
7	Fazit und Ausblick	298
	Literatur	300

6. Kapitel: Gruppendynamik und Teambuilding

Von Daniel Birrer und Roland Seiler

1	Einleitung	311
2	Gruppendynamik: Theorien, Konzepte, Forschungsansätze	314
2.1	Gegenstand und Abgrenzungen	314
2.1.1	Gruppe oder Team?	314

2.1.2	Dynamik von Gruppen	315
2.1.3	Gruppenleistung: Passung von Funktion – Struktur – Prozess ..	316
2.2	Funktionen von Gruppen	317
2.2.1	Gruppenerhalt und Gruppenweiterentwicklung	317
2.2.2	Die Gruppe als Mittel zur individuellen Bedürfnisbefriedigung	318
2.3	Strukturmerkmale von Gruppen	320
2.3.1	Gruppengröße	320
2.3.2	Gruppenzusammensetzung	321
2.3.3	Position	321
2.3.4	Rollen	322
2.3.5	Status	324
2.3.6	Normen	325
2.3.7	Kommunikationsnetzwerk	326
2.3.8	Strukturdiagnostik	327
2.4	Prozessmerkmale von Gruppen	330
2.4.1	Gruppenentwicklung	330
2.4.2	Interaktion und Kommunikation	332
2.4.3	Gruppen- und Teamzielsetzung	335
2.4.4	Teamführung	338
2.4.5	Gruppenkohäsion	339
2.4.6	Phänomene des sozialen Faulenzens und der sozialen Förderung/Hemmung	342
2.4.7	Gruppenwirksamkeitsüberzeugung	348
2.4.8	Prozessdiagnostik	351
3	Teambuilding: Interventionen und Wirksamkeit	354
3.1	Definition von Teambuilding	354
3.2	Konzepte effektiven Teambuildings	355
3.2.1	Ansätze zu einer Systematisierung von Teambuildingmaßnahmen	355
3.2.2	Inhalte von Teambuildingprogrammen	357
3.2.3	Hinweise zur Interventionsplanung	361
3.3	Spezifische Ansätze zur Funktionsoptimierung	362
3.4	Strukturoptimierung	363
3.4.1	Gruppenzusammensetzung	364
3.4.2	Schaffen von Rollenklarheit und Rollenakzeptanz	364
3.4.3	Aufbau von Gruppennormen	365
3.5	Teambuilding durch Prozessoptimierung	367
3.5.1	Bewusste Förderung der Teamentwicklung	367
3.5.2	Aufbau gemeinsamer Zielsetzungen	369
3.5.3	Aufbau von Gruppenwirksamkeitsüberzeugung	370
3.5.4	Weitere Ansätze zur Prozessoptimierung	370
4	Ausblick	371
4.1	Konzeptionen des Gruppenhandelns	371
4.2	Eine handlungstheoretische Konzeption des Gruppenhandelns	374

4.2.1 Person-Umwelt-Aufgabe-Bezug	375
4.2.2 Phasenmodell des Gruppenhandelns	376
4.2.3 Soziale Prozess- und Basisregulation	377
4.3 Forschungsbedarf und mögliche Forschungsperspektiven	379
Literatur	380

7. Kapitel: Erholung und Untererholung im Sport Von Michael Kellmann

1 Relevanz von Erholung und Untererholung im Sport	393
2 Zur Komplexität von Erholung und Untererholung	396
2.1 Erholung ist abhängig von der Art und Dauer der Beanspruchung	399
2.2 Bedingungen für Erholung	399
2.3 Erholung ist personenspezifisch und von individuellen Bewertungen abhängig	400
2.4 Erholung kann auf verschiedenen Ebenen beschrieben werden	401
2.5 Passive, aktive und proaktive Erholung	402
2.6 Erholung ist eng an situative Bedingungen gebunden	403
2.7 Erholung als selbstbestimmter Prozess	404
2.8 Zusammenfassende Definition von Erholung	405
2.9 Der Erholungs-Beanspruchungszustand	405
3 Folgen von Untererholung im Leistungssport	407
3.1 Burnout	408
3.2 Übertraining	411
4 Ausblick	414
Literatur	415

8. Kapitel: Partizipation, Bindung und Dropout im Freizeit-, Breiten- und Gesundheitssport Von Iris Pahmeier

1 Partizipation im Erwachsenensport	425
2 Partizipation, Bindung und Dropout: die zwei Seiten einer Medaille	429
3 Dynamische Modelle zur Erklärung der Sportpartizipation	433
4 Theorien, Konzepte und Determinanten der Aufnahme und Beibehaltung sportlicher Aktivität	442

4.1	Theorien und Konzepte	443
4.2	Empirische Befunde zur Bedeutung spezifischer Determinanten	449
4.2.1	Personale Merkmale	451
4.2.2	Merkmale des Lebenskontextes und ihre subjektive Bewertung	453
4.2.3	Merkmale der Vorbereitung: Kognitionen und ihre theoretische Verankerung	455
4.2.3.1	Einstellungen und Intention	456
4.2.3.2	Verhaltenskontrolle und Selbstwirksamkeit	457
4.2.3.3	Sinnorientierungen	460
4.2.3.4	Sportspezifische Konsequenzerwartungen und Ziele	461
4.2.3.5	Barrieren	462
4.2.3.6	Kontrollüberzeugung, Risikowahrnehmung und Vulnerabilität	463
4.2.4	Merkmale des Programms	465
4.2.4.1	Der soziale Rückhalt im Sportkontext	465
4.2.4.2	Programminhalte und Programmsetting	475
5	Ausblick	477
	Literatur	479

9. Kapitel: Karrierebeendigung im Sport

Von Dorothee Alfermann

1	Die Bedeutung des Themas in Wissenschaft und Praxis	499
2	Das Karriereende	502
3	Theorien zum Karriereende	504
3.1	Thanatologische Ansätze	504
3.2	Gerontologische Ansätze	506
3.3	Transitionsmodelle	508
3.4	Entwicklungspsychologische Modelle	512
4	Ursachen des Karriereendes	513
4.1	Das vorzeitige Karriereende	514
4.2	Der Rücktritt vom Leistungssport	517
5	Erleben und Bewältigen des Karriereendes	520
6	Maßnahmen zur Beratung und Unterstützung bei der Planung und Bewältigung des Karriereendes und der Nachkarriere	525
6.1	Maßnahmen zur Prävention im Rahmen sportpsychologischer Beratungsprogramme	525
6.2	Maßnahmen zur Krisenintervention	530
7	Ausblick und Desiderata in Forschung und Praxis	532
	Literatur	534

10. Kapitel: Körperlich-sportliche Aktivität und Gesundheit Von Petra Wagner und Walter Brehm

1	Einleitung	543
2	Körperlich-sportliche Aktivität und Inaktivität: Chancen und Risiken für die Gesundheit	545
2.1	Körperlich-sportliche Aktivität als Chance und Risiko	545
2.2	Körperlich-sportliche Inaktivität und Bewegungsmangel – Prävalenz und Relevanz	547
2.3	Modellvorstellungen zu Gesundheit unter Berücksichtigung körperlich-sportlicher Aktivität	550
3	Effekte körperlich-sportlicher Aktivität auf ausgewählte Gesundheitsparameter	554
3.1	Effekte auf die körperliche Gesundheit – physische Ressourcen und Risikofaktoren	555
3.1.1	Morbiditäts- bzw. Mortalitätsraten	555
3.1.2	Externe und interne Funktionstüchtigkeit der Organe und Organsysteme	557
3.2	Effekte auf die psychische Gesundheit – psychosoziale Gesundheitsressourcen und Gesundheitsprobleme	559
3.2.1	Generelle psychische Gesundheit	559
3.2.2	Subjektive Gesundheitswahrnehmung	560
3.2.3	Wahrnehmungen des Fitness- und Beschwerdestatus	560
3.2.4	Angst und Depression	562
3.2.5	Stresswahrnehmung	564
3.2.6	Körperselbstkonzept	565
3.2.7	Stimmung	566
3.2.8	Soziale Dimensionen des Befindens	569
3.2.9	Methodenkritische und zusammenfassende Anmerkungen ...	570
4	Ansätze zur Erklärung von psychologischen Effekten körperlich-sportlicher Aktivität als Gesundheitsverhaltensweise	571
4.1	Physiologische Hypothesen	573
4.2	Psychologische Hypothesen	574
4.3	Mischmodelle	576
5	Körperlich-sportliche Aktivität als Element der Gesundheitsförderung ...	576
5.1	Kernziele für den Gesundheitssport	578
5.2	Interventionsmaßnahmen und deren Qualitätssicherung	588
5.2.1	Individuumsbezogene Maßnahmen – Gesundheitssport- programme	589
5.2.2	Populationsbezogene Maßnahmen – Gesundheitsförderliche körperliche Aktivität	591
6	Fazit	593
	Literatur	594

11. Kapitel: Sportpsychologische Interventionen in der Therapie und Rehabilitation

Von Ralf Brand und Wolfgang Schlicht

1	Einleitung	609
2	Sport, sportliche Aktivität, Bewegung – Rehabilitation und Therapie	610
3	Indikationsfelder	613
4	Innere Erkrankungen	614
4.1	Kardiologische Erkrankungen	614
4.2	Atemwegs- und andere internistische Erkrankungen	617
4.3	Krebserkrankungen	621
4.4	HIV und AIDS	623
5	Psychische Störungen	624
5.1	Depressive Störungen	626
5.2	Angststörungen	632
5.3	Schizophrenie	635
5.4	Andere psychische Störungen	638
5.4.1	Alkoholismus	638
5.4.2	Bulimia Nervosa	639
6	Sportverletzungen	640
7	Handlungshinweise und Forschungsdesiderate	647
	Literatur	651

12. Kapitel: Psychologische Aspekte im Schulsport

Von Ralf Erdmann und Günter Amesberger

1	Psychologie im Schulsport	661
2	Perspektiven von Sportlehrerinnen und -lehrern	663
2.1	Berufsbiografien von Sportlehrenden	663
2.2	Sport- und Unterrichtsverständnis	666
2.3	Kommunikation und Konfliktlösung	667
2.4	Psychische Beanspruchung Sportlehrender	669
3	Schulsport aus der Schülerinnen- und Schülerperspektive	672
3.1	Beliebtheit des Faches	673
3.2	Geschlechterunterschiede	674
3.3	Befindlichkeitsveränderungen	677
3.4	Wirklichkeiten von Schülerinnen und Schülern	678
4	Psychologische Anwendungsfelder im Schulsport	682
4.1	Motivation	682

4.1.1	Theoretische Ansätze	682
4.1.1.1	Motiv und Motivation	683
4.1.1.2	Zielorientierung	686
4.1.2	Facetten der Leistung	689
4.1.3	Sportliche Eliteschulen	691
4.2	Selbstkonzept	693
4.2.1	Konstrukt	693
4.2.2	Geschlechterunterschiede	694
4.2.3	Körperkonzept	695
4.3	Soziales Lernen	696
4.3.1	Konzeption	697
4.3.2	Umsetzung im Schulsport	698
4.4	Angst	699
4.4.1	Konstrukt	700
4.4.2	Ergebnisse und Interventionen	702
4.4.3	Umgang Lehrender mit der Angst Lernender	704
4.5	Aggression und Gewalt	705
4.5.1	Studien	706
4.5.2	Ursachen von Aggression	708
4.5.3	Interventionsmöglichkeiten	710
4.5.3.1	Gewaltprävention durch Sporterziehung	711
4.5.3.2	Werterziehung	713
5	Psychologische Aspekte von Sportunfällen	714
6	Schlussbemerkung	716
	Literatur	717

13. Kapitel: Bewegungs- und Sportaktivitäten der Älteren Von Henning Allmer

1	Zielsetzungen	735
2	Motivationale Bedingungen der Bewegungs- und Sportaktivität	736
2.1	Begründungen der Bewegungs- und Sportaktivität	736
2.2	Begründungen der Bewegungs- und Sportinaktivität	740
2.2.1	Der Wunsch, bewegungs- und sportaktiv zu sein, ist nicht ausgeprägt	742
2.2.2	Der Wunsch, bewegungs- und sportaktiv zu sein, ist nicht realisierbar	743
2.3	Begründungen des Ausstiegs aus Bewegungs- und Sportaktivitäten ..	747
3	Perspektiven der motivationspsychologischen Forschung zu Bewegungs- und Sportaktivitäten Älterer	750
3.1	Analyse der Bewegungs- und Sportbiografie	750
3.2	Analyse der Bewegungs- und Sportaktivität als Aktivitäts-Inaktivitäts-Zyklus	752

3.3	Analyse der Bewegungs- und Sportaktivität als intentional und volitional gesteuerter Veränderungsprozess	755
3.3.1	Phase der Intentionsbildung	757
3.3.2	Phase der Intentionsinitiierung	762
3.3.3	Phase der Intentionsbeibehaltung	763
4	Biopsychosoziale Wirkungen von Bewegungs- und Sportprogrammen	766
4.1	Zielsetzungen für Bewegungs- und Sportaktivitäten der Älteren	766
4.2	Auswirkungen auf die physische Funktionsfähigkeit	771
4.3	Auswirkungen auf koordinative Fähigkeiten	773
4.4	Auswirkungen auf die kognitive Funktionsfähigkeit	775
4.5	Auswirkungen auf die soziale Funktionsfähigkeit	779
4.6	Auswirkungen auf das physische Wohlbefinden	780
4.7	Auswirkungen auf das aktuelle Wohlbefinden	782
4.8	Auswirkungen auf das habituelle Wohlbefinden	783
5	Forschungsperspektiven zu den biopsychosozialen Auswirkungen	785
6	Bewegungszentrierte Sturzprävention bei Älteren	790
6.1	Bedingungen der Sturzentstehung	790
6.2	Interventionsansätze zur Sturzprävention	792
7	Fazit	793
	Literatur	793

14. Kapitel: Zielgruppenperspektiven: Sport bei Behinderung sowie Sport mit sozial ausgegrenzten Gruppen

Von Manfred Wegner

1	Einführung: Sportliche Aktivität mit besonderen Zielgruppen psycho-funktionale und sozial-kulturelle Beeinträchtigung	809
2	Behinderung und sportliche Aktivität	810
2.1	Definition und Charakterisierung der Zielgruppe Menschen mit Behinderungen	811
2.1.1	Systematisierung der Behinderungsarten	811
2.1.2	Paradigmen und Definition	813
2.1.3	Theoriemodell der Rehabilitation	815
2.2	Körperliche, sportliche und gesundheitssportliche Aktivität – Definition und Abgrenzung	816
2.3	Bedeutung von sportlicher Aktivität für Menschen mit Behinderung	817
2.3.1	Spezifische Zielsetzung gesundheitssportlicher- und sportlicher Aktivität	818
2.3.2	Allgemeine Zielsetzungen sportlicher Aktivität	821
2.4	Institutionalisierung	822

2.4.1	Therapeutisch-kurative Ausrichtung	823
2.4.2	Sportliche Aktivität und organisierter Sport	824
2.4.3	Pädagogisch-soziale Ausrichtung	828
2.5	Anpassung sportlicher Aktivität – Einordnung der Konzepte	830
3	Effekte gesundheitssportlicher und sportlicher Aktivität auf ausgewählte Parameter	831
3.1	Ansatzpunkt Schädigung	833
3.2	Ansatzpunkt Gesundheitsverhalten, Fitness und Leistung	836
3.3	Ansatzpunkt soziale Integration	838
3.4	Ansatzpunkt psychische Bewältigung	840
3.4.1	Soziale Ressourcen	841
3.4.2	Psychische Ressourcen	844
3.4.3	Bewältigungskonzepte	850
3.5	Methodenkritische Anmerkungen	853
4	Psychologie, Sport und sozial ausgegrenzte Gruppen	855
4.1	Definition und Charakterisierung der Zielgruppen	856
4.2	Sport mit ausländischen Mitbürgern	857
4.3	Sport und Gewaltprävention	862
4.4	Sport und Resozialisierung	864
4.5	Methodenkritische Anmerkungen	866
5	Fazit – Zielgruppen und Perspektiven	868
	Literatur	870
	 Autorenregister	 881
	 Sachregister	 917