

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	5
I Einleitung.....	11
II Theoretischer Hintergrund.....	15
2.1 Einführung in den Problembereich	15
2.1.1 Psychologische Paradigmen zur Untersuchung von Persönlichkeitsmerkmalen im Sport.....	16
2.2 Mentale Fitness im Sport.....	21
2.2.1 Ergebnisse induktiver und deduktiver Studien	22
2.2.1.1 Eigenschaftstheoretische Korrelate mentaler Fitness	29
2.2.1.2 Entwicklung und Trainierbarkeit mentaler Fitness.....	31
2.2.2 Instrumente zur Diagnostik mentaler Fitness	33
2.2.3 Mentale Fitness aus dynamisch-interaktionistischer Perspektive.....	38
2.3 Sport und Persönlichkeit	43
2.3.1 Generelle Temperaments- und Persönlichkeitseigenschaften	44
2.3.1.1 Trait-Ansätze: Fünf-Faktoren-Modell	45
2.3.1.2 Situationismus, State-Ansätze und die Sportlerbefindlichkeit	49
2.3.1.3 Zwischenfazit	50
2.3.2 Motivation und Kognition.....	51
2.3.2.1 Leistungsmotivation.....	51
2.3.2.2 Selbstwirksamkeit	58
2.3.2.3 Selbst- und körperbezogene Kognitionen.....	61
2.3.2.4 Psychologische Fertigkeiten	62

2.3.2.5 Zwischenfazit	68
2.3.3 Zentrale Beziehungsvariablen.....	70
2.3.3.1 Vertrauen.....	74
2.3.3.2 Unbedingte Wertschätzung.....	77
2.3.3.3 Zwischenfazit	79
2.3.4 Bewertung des Forschungsstands	80
2.3.5 Fragestellung	83
III Empirischer Teil.....	87
3.1 Zielsetzung	87
3.2 Methode.....	87
3.2.1 Erste Erhebung.....	88
3.2.1.1 Durchführung	88
3.2.1.2 Material	88
3.2.1.3 Stichprobe	92
3.2.1.4 Datenanalyse	93
3.2.2 Zweite Erhebung	95
3.2.2.1 Durchführung.....	95
3.2.2.2 Material	95
3.2.2.3 Stichprobe	95
3.2.2.4 Datenanalyse	96
3.3 Ergebnisse der ersten Erhebung.....	99
3.3.1 Ergebnisse der Item- und Reliabilitätsanalysen.....	99
3.4 Ergebnisse der zweiten Erhebung	103

3.4.1 Ergebnisse der Reliabilitäts- und Skalenanalysen	103
3.4.2 Erste Ergebnisse zur Validität.....	104
3.4.2.1 Ergebnisse der explorativen Faktorenanalyse.....	104
3.4.2.2 Ergebnisse der konfirmatorischen Faktorenanalyse	108
IV Diskussion	113
4.1 Zusammenfassung der Ergebnisse	113
4.1.1 Zusammenfassung der Ergebnisse zur ersten Erhebung.....	113
4.1.2 Zusammenfassung der Ergebnisse zur zweiten Erhebung.....	114
4.2 Theoretische Implikationen.....	114
4.3 Methodische Implikationen.....	120
4.4 Weiterführende Fragestellungen	127
4.5 Implikationen für die sportpsychologische Beratung und Betreuung	138
Literatur	141