

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
Abbildungsverzeichnis	11
Tabellenverzeichnis	17
Abkürzungsverzeichnis	23
1 Problemstellung und Aufbau der Arbeit.....	27
2 Allgemeine theoretische Grundlagen und experimentelle Befunde.....	33
2.1 „Attentional Focus Effects as a Function of Task Difficulty“ (Wulf, Töllner & Shea, 2007).....	34
2.2 Aufmerksamkeit	38
2.2.1 Unterschiedliche Betrachtungsperspektiven des Begriffs Aufmerksamkeit	38
2.2.2 Regulation der Aufmerksamkeitsorientierung	43
2.2.3 Neuronale Organisation der Aufmerksamkeit.....	44
2.2.4 Internale und externale Aufmerksamkeitslenkung	45
2.2.5 Aufmerksamkeit und Handlungskontrolle	56
2.2.5.1 Die Constrained-Action Hypothese	56
2.2.5.2 Ideomotorische Betrachtungsweisen	57
2.2.5.3 Die self-invoking trigger Hypothese	61
2.2.5.4 Ergänzende Aspekte.....	62
2.2.5.5 Gegenüberstellung der dominierenden Forschungslinien ausführungsbbezogener Aufmerksamkeitslenkungen.....	64
2.2.6 Aufmerksamkeitsprozesse im Lernverlauf	64
2.2.7 Zusammenfassung Aufmerksamkeit	66
2.3 Gleichgewichtsregulation	68
2.3.1 Posturales Gleichgewicht und Störungen des posturalen Gleichgewichts	68
2.3.2 Physiologische Grundlagen der motorischen Gleichgewichtskontrolle	72

2.3.2.1	Motorische Systeme	72
2.3.2.2	Das visuelle System.....	74
2.3.2.3	Das vestibuläre System	75
2.3.2.4	Das somatosensorische System.....	76
2.3.3	Posturale reaktive Strategien und Synergien	77
2.3.4	Auswirkungen unterschiedlicher Aufmerksamkeitslenkungen auf die Leistung bei Gleichgewichtsaufgaben	81
2.3.5	Zusammenfassung Gleichgewichtsregulation	84
2.4	<i>Instruktionen</i>	86
2.4.1	Psychologische Instruktionstheorien	87
2.4.2	Sportmotorische Instruktionstheorien	93
2.4.3	Instruktionskonfundierungen in der „attentional focus“ Forschung	100
2.4.4	Zusammenfassung Instruktionen.....	106
2.5	<i>Allgemeine Forschungshypothesen</i>	108
3	Experimentelle Untersuchungen	111
3.1	<i>Überblick über die durchgeführten Experimente</i>	111
3.2	<i>Grundsätzliche methodische Vorgehensweise</i>	111
3.2.1	Datenerfassung und -verarbeitung	112
3.2.1.1	Verwendete Messtechnik.....	112
3.2.1.1.1	Die verwendeten Kraftmessplatten und der piezoelektrische Effekt.....	112
3.2.1.1.2	Ladungsverstärkung und Analog-Digital-Wandlung	114
3.2.1.2	Quantifizierung des Messfehlers	114
3.2.1.3	Ergebnisaufbereitung	116
3.2.2	Untersuchungsdesign	116
3.2.2.1	Grundsätzlicher Versuchsaufbau	117
3.2.2.2	Allgemeiner Aufbau des Instruktionssets.....	118
3.2.2.3	Zuordnung der experimentell verwendeten Instruktionen.....	119
3.2.2.4	Instruktionsreihenfolgen.....	120
3.2.2.5	Versuchsablauf.....	120
3.2.2.6	Instruktionsreihenfolgenzuordnung.....	123

3.2.2.7	Fragebögen und Manipulationsüberprüfung	124
3.2.3	Abhängige Variable.....	126
3.2.4	Verwendete Statistik	128
3.2.5	Ergebnisse der Manipulationsüberprüfung	132
3.2.6	Instruktionsreihenfolge- und Übungseffekte	133
3.2.7	Voraussetzungsprüfung der angewandten Statistik	134
3.2.8	Operationalisierte Forschungshypothesen	135
3.3	<i>Experiment 1 - Bipedaler Stand auf festem Untergrund</i>	137
3.3.1	Problemstellung Experiment 1	137
3.3.2	Methodik Experiment 1	138
3.3.2.1	Versuchsaufbau	138
3.3.2.2	Motorische Aufgabe	139
3.3.2.3	Stichprobe	141
3.3.2.4	Instruktionen	141
3.3.3	Ergebnisse Experiment 1	142
3.3.3.1	Ergebnisse OH 1 (Experiment 1)	143
3.3.3.2	Ergebnisse OH 2a + OH 2b (Experiment 1)	144
3.3.4	Diskussion Experiment 1	146
3.4	<i>Experiment 2 - Bipedaler Stand auf einem Luftkissen</i>	149
3.4.1	Problemstellung Experiment 2	149
3.4.2	Methodik Experiment 2	149
3.4.2.1	Versuchsaufbau	149
3.4.2.2	Motorische Aufgabe	150
3.4.2.3	Stichprobe	152
3.4.2.4	Instruktionen	153
3.4.3	Ergebnisse Experiment 2	153
3.4.3.1	Ergebnisse OH 1 Experiment 2	154
3.4.3.2	Ergebnisse OH 2a + OH 2b Experiment 2	156
3.4.4	Diskussion Experiment 2	158
3.5	<i>Experiment 3 - Monopedaler Stand auf einem Luftkissen</i>	161
3.5.1	Problemstellung Experiment 3	161

3.5.2	Methodik Experiment 3	161
3.5.2.1	Versuchsaufbau	161
3.5.2.2	Motorische Aufgabe	161
3.5.2.3	Ablauf der Untersuchung	163
3.5.2.4	Stichprobe	164
3.5.2.5	Instruktionen	165
3.5.3	Ergebnisse Experiment 3	165
3.5.3.1	Ergebnisse OH 1 Experiment 3	166
3.5.3.2	Ergebnisse OH 2a + OH 2b Experiment 3	167
3.5.4	Diskussion Experiment 3	169
3.6	<i>Experiment 4 - Monopedaler Stand auf festem Untergrund</i>	171
3.6.1	Problemstellung Experiment 4	171
3.6.2	Methodik Experiment 4	172
3.6.2.1	Versuchsaufbau	172
3.6.2.2	Motorische Aufgabe	172
3.6.2.3	Stichprobe	173
3.6.2.4	Instruktionen	174
3.6.3	Ergebnisse Experiment 4	174
3.6.3.1	Ergebnisse OH 1 Experiment 4	175
3.6.3.2	Ergebnisse OH 2a + OH 2b Experiment 4	176
3.6.4	Diskussion Experiment 4	178
4	Zusammenfassende Diskussion der Experimente 1 - 4	181
5	Fazit und Ausblick auf zukünftige Forschungsarbeiten	193
6	Zusammenfassung	199
7	Literaturverzeichnis	203
8	Anhang	225