

# Inhalt

---

**Vorwort** | 7

**1. Einleitung** | 9

**2. Forschungsgegenstand** | 11

2.1 Fragestellung, Begründung und Konkretisierung | 11

2.2 Der Doppelauftrag des Sportunterrichts: Erziehung und Bildung | 12

2.3 Begriffliche Konkretisierung | 14

**3. Stand der Forschung** | 19

3.1 Zusammenfassung | 45

**4. Methodische Vorgehensweise** | 47

4.1 Erhebungsmethode und Begründung | 47

4.2 Auswertungsmethode und Begründung | 51

4.3 Beschreibung der Stichprobe | 54

**5. Neun Kategorien und eine Kernkategorie** | 57

5.1 Distanzbildung | 57

5.2 Ausgleich schaffen | 96

5.3 Ausleben der Emotion | 133

5.4 Positives Gewichten | 154

5.5 Ritualisierte Handlungen | 172

5.6 Bagatellisierung | 193

5.7 Kommunizieren der Niederlage | 208

5.8 Ablenkung | 232

5.9 Techniken der Emotionskontrolle | 267

5.10 Kernkategorie: Befriedigung psychischer Grundbedürfnisse | 282

**6. Entwurf einer Theorie: Strategien der Bewältigung als Aspekt konsistenzorientierter Prozesse sozialen Lernens** | 301

**7. Diskussion und Ausblick** | 315

**Literaturverzeichnis** | 317

**Anhang** | 335