

## Inhalt

<b>Danksagung.....</b>	<b>11</b>
<b>1 Einleitung.....</b>	<b>12</b>
<b>2 Aktuelle sportwissenschaftliche Diskussion: (Leistungs-)Sportliche Karriereverläufe im Heranwachsendenalter .....</b>	<b>16</b>
2.1 Zum entwicklungsfördernden Einfluss des (Leistungs-)Sports im Heranwachsendenalter – Chancen.....	17
2.1.1 Entwicklungspsychologische Grundlagen.....	18
2.1.2 Sozialisationstheoretische Grundlagen.....	19
2.1.3 Sportliches Engagement im Kontext von Entwicklung im Heranwachsendenalter .....	23
2.2 Zum Phänomen der Doppelbelastung aus Schule und (Leistungs-)Sport – Risiken .....	26
2.3 Aktuelle Richtungen der Schulentwicklung im Kontext der Doppelbelastung aus Schule und (Leistungs-)Sport .....	28
2.3.1 Sportbetonte Schule.....	38
2.3.2 Partnerschule des Leistungssports.....	40
2.3.3 Eliteschule des Sports.....	41
2.3.4 NRW-Sportschule .....	43
2.4 Schlussfolgerungen.....	45
<b>3 Chronischer Stress im Kindes- und Jugendalter .....</b>	<b>48</b>

---

3.1	Begriffsbestimmung: Chronischer Stress .....	49
3.2	Grundpositionen der Stressforschung – stress- theoretische Modelle .....	51
3.2.1	Physiologische Ansätze der Stressforschung ..	52
3.2.1.1	Das Kampf-/Flucht-Syndrom nach Walter Cannon.....	52
3.2.1.2	Das allgemeine Adaptionssyndrom nach Hans Selye.....	53
3.2.1.3	Aktuelle Entwicklungen: Psychoendo- krinologie und Psychoimmunologie.....	54
3.2.2	Psychologische Ansätze der Stressforschung..	56
3.2.2.1	Die klassische kognitiv-transaktionale Stresstheorie nach Richard S. Lazarus .....	56
3.2.2.2	Die Theorie der Ressourcenerhaltung nach Steven E. Hobfoll .....	61
3.2.3	Zusammenfassung und Eingrenzung .....	63
3.3	Chronischer Stress im späten Kindes- und Jugend- alter .....	65
3.3.1	Chronischer Stress im Kindesalter .....	68
3.3.2	Chronischer Stress im Jugendalter .....	71
3.3.3	Zur Erfassung chronischer Stressbelastungen im Kindes- und Jugendalter .....	76
3.4	Zum Umgang mit chronischen Belastungen im Kindes- und Jugendalter – die Bedeutung von Ressourcen.....	78
3.4.1	Das Belastungs-Bewältigungs-Paradigma.....	79
3.4.2	Soziale Ressourcen.....	81
3.4.3	Personale Ressourcen .....	85

---

3.4.4	Zur Trennung sozialer und personaler Ressourcen .....	86
3.5	Chronischer Stress und Ressourcen im Kontext sportlicher Aktivität – zur Stresspufferhypothese .....	87
3.6	Schlussfolgerungen.....	90
<b>4</b>	<b>Das Selbstkonzept unter Berücksichtigung (leistungs-)sportlicher Karriereverläufe ...</b>	<b>93</b>
4.1	Begriffsbestimmung: Selbstkonzept .....	94
4.2	Strukturierungsansätze des Selbstkonzepts in kognitiver Perspektive .....	97
4.2.1	Der Ansatz von Epstein (Selbstkonzept als Selbsttheorie).....	99
4.2.2	Der Ansatz von Shavelson, Hubner und Stanton (Selbstkonzept als Selbstwahrnehmung) .....	100
4.2.3	Der Ansatz von Markus (Selbstkonzept als Selbstschemata) .....	104
4.2.4	Der Ansatz von Hannover (Selbstkonzept als Selbstkonstrukt) .....	105
4.2.5	Zusammenfassung und Eingrenzung .....	107
4.3	Zur Entwicklung, Beeinflussung und Erfassung des Selbstkonzepts vom späten Kindes- bis zum Jugendalter.....	109
4.3.1	Entwicklungspsychologische Modellvorstellungen des Selbstkonzepts von der späten Kindheit bis zum Jugendalter.....	110
4.3.1.1	Das Modell von Damon und Hart (1982; 1988) .....	110

---

4.3.1.2	Das Modell von Harter (1983; 1998; 1999; 2012) .....	115
4.3.2	Zur Beeinflussung des Selbstkonzepts nach Philipp (1979).....	120
4.3.3	Zur Erfassung des Selbstkonzepts im Kindes- und Jugendalter .....	123
4.3.4	Zusammenfassung und Eingrenzung .....	126
4.4	Aktueller Forschungsstand im Kontext des Shavelson-Modells für das späte Kindes- und Jugendalter.....	128
4.4.1	Das allgemeine Selbstkonzept .....	129
4.4.2	Das akademische Selbstkonzept .....	131
4.4.3	Das nicht-akademische Selbstkonzept .....	136
4.5	Das Selbstkonzept im Kontext (leistungs-) sportlicher Karriereverläufe .....	139
4.5.1	Hypothesen zum Zusammenhang von Sport und Selbstkonzeptentwicklung .....	140
4.5.2	Das Exercise-and-Self-Esteem-Model von Sonstroem und Morgan (1989) .....	143
4.6	Schlussfolgerungen.....	145

## **5 Forschungsstand: (Leistungs-)Sportliche Karriereverläufe, Selbstkonzeptentwicklung und chronischer Stress im späten Kindes- und Jugendalter .....**

5.1	Chronischer Stress in sportlichen Karriereverläufen.....	148
5.2	Das Selbstkonzept in sportlichen Karriereverläufen.....	164

---

5.3	Zum Stresspuffereffekt in (leistungs-)sportlichen Karriereverläufen .....	196
5.4	Abschließende Betrachtung und Ableitung der Untersuchungsfragen .....	214
<b>6</b>	<b>Methodik .....</b>	<b>223</b>
6.1	Studiendesign.....	223
6.2	Stichprobenbeschreibung.....	226
6.3	Messinstrumente .....	233
6.3.1	Fragebogen.....	233
6.3.2	Wochentagebuch – Stundenplan .....	240
6.4	Untersuchungsdurchführung .....	240
6.5	Datenverarbeitung.....	242
6.6	Datenauswertung .....	243
6.6.1	Multivariate Varianzanalyse .....	244
6.6.2	Regressionsanalyse.....	246
<b>7</b>	<b>Darstellung der Ergebnisse .....</b>	<b>248</b>
7.1	Forschungsbereich: Chronischer Stress.....	248
7.2	Forschungsbereich: Selbstkonzept .....	264
7.3	Forschungsbereich: Stresspufferhypothese.....	288
7.3.1	Stressmindernde Effekte .....	288
7.3.2	Ressourcenmindernde Effekte .....	303
<b>8</b>	<b>Zusammenfassung und Diskussion der Befunde .....</b>	<b>324</b>
8.1	Interpretation der empirischen Befunde .....	324

---

8.2 Methodenkritische Auseinandersetzung im Hinblick auf die Untersuchungsergebnisse und Ansatzpunkte für weitere Forschungsbemühungen .	341
<b>9 Schlussbetrachtung: Rückblick, Fazit und Ausblick .....</b>	<b>349</b>
<b>Literaturverzeichnis.....</b>	<b>357</b>
<b>Anhang.....</b>	<b>392</b>