

# Inhaltsverzeichnis

<b>Verzeichnis der Autor*innen</b> .....	<b>5</b>
<b>Einleitung</b> .....	<b>11</b>
<i>Jörn Munzert, Markus Raab &amp; Bernd Strauß</i>	
<b>1    Forschungsmethoden in der empirischen Sportpsychologie</b> .....	<b>17</b>
<i>Karen Zentgraf &amp; Axel Kohler</i>	
1.1    Forschungsmethoden als Mittel zur Erkenntnisgewinnung .....	17
1.2    Maße und Messmethoden in der Sportpsychologie .....	22
1.3    Ethische Aspekte empirischen Arbeitens in der Sportpsychologie .....	34
Übungsfragen .....	38
Literaturvorschläge zum Weiterlesen .....	38
Literatur .....	38
<b>2    Wahrnehmung und Bewegung im Sport</b> .....	<b>40</b>
<i>Jörn Munzert &amp; Jörg Schorer</i>	
2.1    Grundlagen des Zusammenhangs von Wahrnehmung und Bewegung...	40
2.2    Die Rolle der visuellen Wahrnehmung im Leistungssport.....	51
2.3    Das Training von Wahrnehmung.....	55
Übungsfragen .....	58
Literaturvorschläge zum Weiterlesen .....	58
Literatur .....	58
<b>3    Aufmerksamkeit</b> .....	<b>62</b>
<i>Daniel Memmert &amp; Philip Furley</i>	
3.1    Einleitung .....	62
3.2    Aufmerksamkeitsdimensionen .....	64
Übungsfragen .....	77
Literaturvorschläge zum Weiterlesen .....	77
Literatur .....	77
<b>4    Motorisches Lernen</b> .....	<b>80</b>
<i>Mathias Hegele</i>	
4.1    Einleitung .....	80
4.2    Theorien und Modelle des motorischen Lernens.....	81

4.3	Einflussfaktoren motorischen Lernens.....	93
	Übungsfragen .....	104
	Literaturvorschläge zum Weiterlesen .....	104
	Literatur .....	105
<b>5</b>	<b>Mentales Training und Simulationstraining .....</b>	<b>109</b>
	<i>Jörn Munzert &amp; Karen Zentgraf</i>	
5.1	Grundlegende Experimente und Darstellung der Reviews und Meta-Analysen – was versteht man unter Mentalem Training?.....	110
5.2	Experimentelle Grundlagen der Bewegungsvorstellung und des Mentalen Trainings .....	113
5.3	Experimentelle Zugänge zu Bewegungsvorstellung und Bewegungsvorstellungstraining .....	116
5.4	Anwendungsbereiche des Mentalen Trainings .....	120
5.5	Motor Imagery und Brain-Machine Interfaces in der Neurorehabilitation .....	124
	Übungsfragen .....	127
	Literaturvorschläge zum Weiterlesen .....	127
	Literatur .....	128
<b>6</b>	<b>Expertise .....</b>	<b>131</b>
	<i>Norbert Hagemann &amp; Florian Löffing</i>	
6.1	Einleitung .....	131
6.2	Was ist Expertise?.....	132
6.3	Entstehung der Expertiseforschung.....	132
6.4	Der Experten-Novizen-Vergleich und die Expertiseforschung im Sport .....	134
6.5	Erklärungen von Expertenleistungen und die Bedeutung von <i>deliberate practice</i> .....	141
6.6	Weitere Erklärungsfaktoren und ein multifaktorielles Modell.....	144
	Übungsfragen .....	146
	Literaturvorschläge zum Weiterlesen .....	147
	Literatur .....	147
<b>7</b>	<b>Embodiment .....</b>	<b>151</b>
	<i>Markus Raab und Karsten Werner</i>	
7.1	Embodiment-Forschung .....	151
7.2	Theoretische Grundlagen.....	153
7.3	Empirische Grundlagen .....	159
7.4	Relevanz der Embodiment-Forschung für die Sportpsychologie.....	165
	Übungsfragen .....	167
	Literaturvorschläge zum Weiterlesen .....	168
	Literatur .....	168

<b>8</b>	<b>Soziale Einflüsse auf Verhalten und Leistungen</b> .....	<b>172</b>
	<i>Kathrin Staufenbiel &amp; Bernd Strauß</i>	
8.1	Einleitung .....	172
8.2	Sozialer Einfluss durch die bloße oder aktive Anwesenheit .....	173
8.3	Sozialer Einfluss durch Persuasion.....	179
8.4	Sozialer Einfluss durch Normen .....	186
	Übungsfragen .....	191
	Literaturvorschläge zum Weiterlesen .....	192
	Literatur .....	192
<b>9</b>	<b>Gruppe und soziale Beziehungen</b> .....	<b>196</b>
	<i>Jens Kleinert &amp; Fabian Pels</i>	
9.1	Einleitung .....	196
9.2	Begriffliche Bestimmungen .....	197
9.3	Modelle und Theorien .....	199
9.4	Treatments und Gruppenfaktoren .....	201
9.5	Zielgrößen.....	210
9.6	Transfer gruppenexperimenteller Erkenntnisse in die Praxis des Sports...	215
9.7	Ausblick auf gruppenexperimentelle Forschung .....	217
	Übungsfragen .....	217
	Literaturvorschläge zum Weiterlesen .....	218
	Literatur .....	218
<b>10</b>	<b>Motivation und Volition</b> .....	<b>222</b>
	<i>Anne-Marie Elbe &amp; Vanda Sieber</i>	
10.1	Einführung in das Thema Motivation und Volition.....	222
10.2	Wie erfasst man Motivation und Volition? Darstellung verschiedener Verfahren.....	224
10.3	Welche Konstrukte werden gemessen und welche (sportspezifischen) Instrumente gibt es? .....	226
	Übungsfragen .....	240
	Literaturvorschläge zum Weiterlesen .....	241
	Literatur .....	241
<b>11</b>	<b>Emotionen und Stress</b> .....	<b>246</b>
	<i>Reinhard Fuchs, Kathrin Wunsch &amp; Sandra Klaperski</i>	
11.1	Stresstheoretische Grundlagen.....	247
11.2	Stress und Angst im Leistungssport.....	249
11.3	Stressregulation durch Sportaktivität .....	256
	Übungsfragen .....	264
	Literaturvorschläge zum Weiterlesen .....	264
	Literatur .....	265

<b>12</b>	<b>Selbstbezogenes Wissen im Kontext von Sport und physischer Aktivität: Das physische Selbstkonzept (PSK) .....</b>	<b>271</b>
	<i>Maike Tietjens &amp; Dennis Dreiskämper</i>	
12.1	Einführung.....	271
12.2	Selbstkonzept und Sport(-psychologie).....	274
12.3	Vorherrschende methodische Designs und Messinstrumente .....	275
12.4	Wirkungen des PSK: Exercise and Self Esteem Model und Reciprocal- Effect-Model.....	278
12.5	Experimentelle, quasi-experimentelle und longitudinale Studien zum (physischen) Selbstkonzept.....	280
12.6	Interventionsstudien .....	287
	Übungsfragen .....	291
	Literaturvorschläge zum Weiterlesen .....	291
	Literatur .....	292
<b>Stichwortverzeichnis</b> .....		<b>297</b>