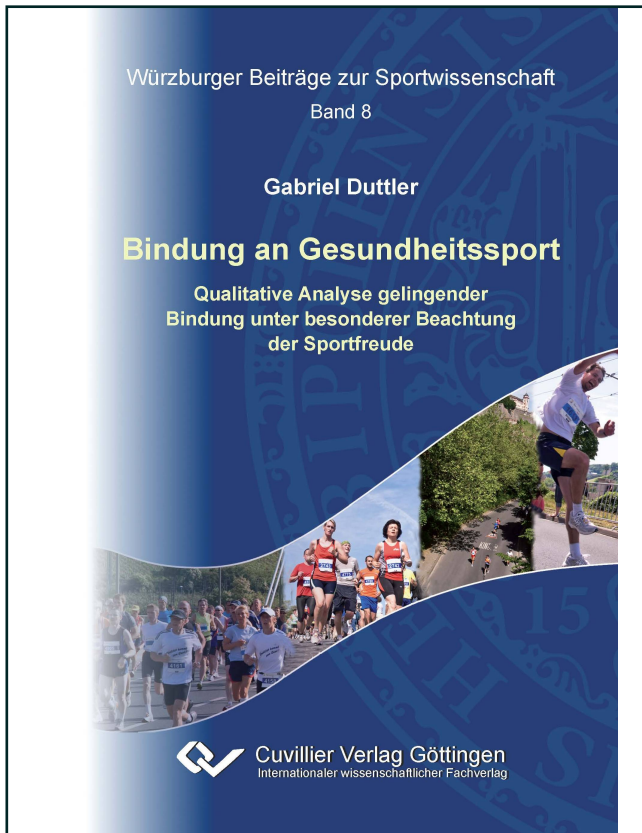




Gabriel Duttler (Autor)

## **Bindung an Gesundheitssport**

Qualitative Analyse gelingender Bindung unter besonderer  
Beachtung der Sportfreude



<https://cuvillier.de/de/shop/publications/6277>

Copyright:

Cuvillier Verlag, Inhaberin Annette Jentsch-Cuvillier, Nonnenstieg 8, 37075 Göttingen,  
Germany

Telefon: +49 (0)551 54724-0, E-Mail: [info@cuvillier.de](mailto:info@cuvillier.de), Website: <https://cuvillier.de>



## Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	III
Inhaltsverzeichnis .....	IV
Abbildungsverzeichnis .....	VIII
Tabellenverzeichnis .....	X
<b>1 Einleitung .....</b>	<b>11</b>
1.1 Aktualität des Themas .....	11
1.2 Problemaufriss und Forschungslage .....	14
1.3 Fragestellung und Aufbau der Arbeit.....	15
<b>2 Theoretische Bezüge und Grundlagen .....</b>	<b>16</b>
2.1 Bindung an körperliche Aktivität .....	16
2.1.1 Abgrenzungen zu Motivation und Volition.....	16
2.1.2 Eine erste allgemeine Annäherung an „Bindung“ .....	19
2.1.3 Theoretische Eingrenzung aus einer psychologischen Warte ..	20
2.1.4 Bindung pädagogisch hinterfragt.....	23
2.1.5 Determinanten der Bindung .....	27
2.2 Sportfreude als Determinante der Bindung an körperliche Aktivität und Sport .....	30
2.2.1 Die Emotion Freude .....	31
2.2.2 Was ist Sportfreude? – Auf der Suche nach einer Begriffs- definition .....	34
2.2.3 Dimensionen und Kennzeichen der (Sport-)Freude.....	35
2.2.4 Bildungsaspekte der Sportfreude .....	37
2.2.5 Sportfreude und ihre Wirkung auf die Gesundheit .....	39
2.2.6 Sportfreude als Untersuchungsgegenstand.....	47
2.2.7 Fazit.....	49
2.3 Bewegung und Sport: Überblick mit besonderem Augenmerk auf anthropologische Zugänge .....	52
2.3.1 Sich-Bewegen als Dialog zwischen Mensch und Welt.....	53
2.3.2 Sport als spezielle Art des Sich-Bewegens.....	60
2.3.3 Gesundheitssport .....	65



2.4	Die freudvolle Inszenierung des Gesundheitssports als Perspektive der Gesundheitspädagogik.....	72
2.4.1	Pädagogische Zielsetzung Gesundheitsbildung .....	72
2.4.2	Pädagogische Zielsetzung Gesundheitskultur .....	74
2.5	Theoretischer Rahmen der Untersuchung .....	75
2.5.1	Dynamische Stadienmodelle.....	76
2.5.2	Kontinuierliche Prädiktionsmodelle .....	79
2.5.3	Das Sport Commitment Modell (SCM) von Scanlan et al. (1993) .....	82
<b>3</b>	<b>Forschungsstand und Konkretisierung der Forschungsfragen .....</b>	<b>87</b>
3.1	Aktueller Forschungsstand .....	87
3.1.1	Bindungsforschung in Deutschland.....	87
3.1.2	Untersuchungen der Sportart Laufen .....	90
3.1.3	Die Beforschung des Sport Commitment Modells (SCM) .....	92
3.1.4	Was löst Sportfreude aus? – Ein Überblick über vorliegende Ergebnisse .....	99
3.2	Ziele und Fragestellungen der Untersuchung .....	110
<b>4</b>	<b>Methodisches Vorgehen .....</b>	<b>113</b>
4.1	Besonderheiten sportpädagogischer Forschung.....	113
4.2	Warum wird ein qualitatives Vorgehen gewählt? .....	117
4.2.1	Was ist unter qualitativer Forschung zu verstehen? .....	117
4.2.2	Grundannahmen, Kennzeichen und Gütekriterien qualitativer Forschung .....	121
4.2.3	Das Verhältnis zwischen qualitativer und quantitativer Forschung.....	127
4.2.4	Qualitative Forschung in der Sportpädagogik .....	129
4.3	Das Problemzentrierte Interview nach Witzel (1982) .....	130
4.3.1	Qualitative Interviews .....	130
4.3.2	Prinzipien.....	132
4.3.3	Phasen des Problemzentrierten Interviews.....	133
4.3.4	Datenerhebung.....	134
4.4	Transkription der Interviews .....	135
4.5	Die Methodologie der Grounded Theory .....	137
4.5.1	Grundlagen.....	137



4.5.2	Die Methode des permanenten Vergleichs .....	141
4.5.3	Theoretische Sensibilität .....	143
4.5.4	Das Kodieren von Texten.....	145
4.5.5	Memos.....	150
4.6	Theoriebegriff und subjektives Verständnis .....	151
<b>5</b>	<b>Untersuchungsablauf .....</b>	<b>155</b>
5.1	Das spezifische theoretische Sampling.....	155
5.2	Terminvereinbarung, Interviewablauf und Transkription .....	157
5.3	Die Auswertung der Interviews mittels der Grounded Theory Methodologie .....	160
<b>6</b>	<b>Untersuchungsergebnisse .....</b>	<b>163</b>
6.1	Wie kommen Menschen zum Laufen und wie beginnen sie kon- kret?.....	164
6.1.1	Allgemeine Motive für Sport .....	164
6.1.2	Attraktivität des Laufens für „Nicht-Läufer“ .....	168
6.1.3	Charaktereigenschaften von Laufenden .....	170
6.1.4	Der Schritt von der Intention zum Laufbeginn .....	171
6.1.5	Mögliche Anlässe des Laufbeginns.....	172
6.2	Quellen der Lauffreude.....	173
6.2.1	Leistung .....	174
6.2.2	Wettbewerb, Konkurrenz, Gewinnen.....	180
6.2.3	Soziale Aspekte des Laufens .....	180
6.2.4	Psychische und affektive Effekte.....	182
6.2.5	Natur.....	185
6.2.6	Körperliche Auswirkungen spüren.....	186
6.2.7	Laufen selbst .....	188
6.2.8	Systematisierungsversuche der beschriebenen Quellen .....	193
6.2.9	Entwicklungstendenzen, Gewichtungen und Zusammen- hänge beziehungsweise Gegenwirkungen .....	198
6.2.10	Vergleich mit anderen Studien .....	203
6.3	Wahrgenommener Profit durch das Laufen .....	205
6.4	Bildungsprozesse als Kernkategorie .....	207
6.4.1	Exkurs Bildung .....	207



6.4.2	Sich selbst besser kennenlernen, sich verändern (Fähigkeiten) .....	210
6.4.3	Laufen als Sportart einverleiben (Anforderungen) .....	211
6.4.4	Sportfreude entwickeln (Funktionen).....	217
6.4.5	Selbstreflexivität als Kernkompetenz .....	220
6.5	Entwicklung des Bindungsprozesses .....	220
6.5.1	Kennzeichen steigender Bindung.....	220
6.5.2	Ein Beispiel gelingender Bindung: die Laufkarriere des Herrn Müller.....	224
6.5.3	Ein Beispiel misslingender Bindung: Frau Schmidts Versuch das Laufen für sich zu entdecken.....	226
6.5.4	Ultras als besondere Gruppe .....	228
6.6	Bildung und Lauffreude als Kernelemente des Bindungsprozesses .....	229
<b>7</b>	<b>Perspektiven für den Gesundheitssport .....</b>	<b>232</b>
<b>8</b>	<b>Kritische Einschätzung des methodischen Vorgehens .....</b>	<b>239</b>
<b>9</b>	<b>Zusammenfassung und Ausblick .....</b>	<b>241</b>
9.1	Einordnung in den Forschungsstand und Ausblick .....	242
9.2	Handlungsempfehlungen .....	242
	<b>Literaturverzeichnis.....</b>	<b>244</b>
	<b>Anhangsverzeichnis.....</b>	<b>281</b>
	<b>Anhang .....</b>	<b>282</b>