

A) Einführung

1 Einleitung

1.1 Das Forschungsthema

Es ist ein strahlend schöner Tag, die Freunde sind beim Baden am See, nur man selbst hat sich zum Lernen für die anstehende Klausur entschieden. Man sitzt am Schreibtisch, doch die Gedanken schweifen ständig ab. Einer reiht sich an den nächsten, doch keiner davon ist auf den zu lernenden Stoff gerichtet. Stattdessen malt man sich das lustige Treiben am See aus, erinnert sich an den Urlaub am Meer im vergangenen Jahr, an die Großeltern, die damals dabei waren und längst schon mal wieder besucht werden sollten. Das unaufgeräumte Zimmer drängt ins Bewusstsein, der Kleiderschrank, der ausgemistet gehört und überhaupt: all die kleinen und großen To-dos rund um den Haushalt. Und ob schon jemand ein Foto von dem Tag am See gepostet hat? Wer wohl alles dabei ist? Das herauszufinden dauert ja höchstens eine Minute... Wie in einem Räderwerk sieht man sich mit diversen, komplex verzahnten externen Anforderungen und eigenen Begierden konfrontiert, die einen zu zerreiben drohen. Ist der Tag dann vorbei und nur ein Bruchteil der Lernvorhaben erfüllt, dann spätestens meldet sich das schlechte Gewissen, wächst die Unzufriedenheit mit der schlecht genutzten Zeit und entsteht womöglich der Eindruck, den Umständen hilflos ausgeliefert zu sein.

Eine solche Situation dürfte jedem und jeder in dieser oder einer ähnlich gelagerten Weise nur zu bekannt vorkommen. Sie ist zweifelsohne *alltäglich* und mag das einführende Beispiel auf den ersten Blick auch trivial und konstruiert erscheinen, so sind derartige Konstellationen der Sache nach geradezu allgegenwärtig und für die jeweils betroffenen Individuen oftmals mit großen Belastungen verbunden, die letzten Endes sogar grundsätzlich handlungslähmend wirken können. Das allein rechtfertigt schon die wissenschaftliche Auseinandersetzung mit derartigen Konstellationen, die ich im Folgenden und in Anschluss an die *Theorie Motivationaler Handlungskonflikte* (TMH) als *innere Konflikte* bezeichnen werde. Die vorliegende Studie wird sich dabei selbstverständlich nicht mit dem gesamten ‚Kosmos innerer Konflikte‘ beschäftigen, sondern einen ganz spezifischen Blickwinkel auf eine ganz spezifische Problemkonstellation einnehmen, von der ich mir jedoch nichtsdestotrotz in einem gewissen Maße ein Generalisierungspotenzial verspreche.

In den Blick nehmen werde ich Handlungskonflikte von jugendlichen Leistungssportler*innen und deren Implikationen bei der Handlungsausführung. Abgesehen davon, dass mit dieser Fokussierung insgesamt gegenwärtig ein Forschungs ‚neuland‘ betreten wird, lässt sich die spezifische Modellierung im Einzelnen wie folgt begründen:

Warum Jugendliche? Handlungskonflikten bei Jugendlichen kann eine besondere Brisanz zugeschrieben werden. Wie in wohl keiner anderen Phase des menschlichen Alterns prallen hier das Bedürfnis nach individueller Selbstfindung und -bestimmung einerseits und die gesellschaftlichen Erwartungen und Integrationsanforderungen andererseits, aufeinander. In dieser sensiblen Phase, so ist zu vermuten, treten Handlungskonflikte besonders häufig und – in identitätskonstitutiver Hinsicht – besonders intensiv zutage.

*Warum Leistungssportler*innen?* Da jugendliche Leistungssportler*innen im Alltag neben den Anforderungen und Einflüssen aus den ohnehin potenziell konfligierenden Bereichen Schule und Freizeit auch noch jene aus einem dritten Bereich, dem des Leistungssports, koordinieren müssen, liegt die Vermutung nahe, dass bei dieser Bezugsgruppe durch die zusätzlichen Handlungsoptionen und -verpflichtungen durch den Sport häufiger und vielfältigere innere Konflikte auftreten. Das Räderwerk, so könnte man mit Blick auf die Einstiegsmetapher sagen, wird in diesem Fall noch mit einem weiteren Zahnrad versehen.

Vor diesem Hintergrund werde ich unter Berücksichtigung der spezifischen Bedingungsfaktoren und potenziellen Auswirkungen dieses Settings insbesondere zu erkunden versuchen, ob sich jugendliche Leistungssportler*innen in Bezug auf das Erleben innerer Konflikte von Jugendlichen unterscheiden, die keinen Leistungssport betreiben.

Analyseleitend wird dabei die oben bereits erwähnte, von Hofer und Kolleg*innen entwickelte *TMH* sein (siehe u. a. Hofer et al., 2005; Hofer et al., 2017), die zum jetzigen Zeitpunkt nach meiner Kenntnis eine der wenigen wissenschaftlichen Auseinandersetzungen mit den hier interessierenden Handlungskonflikten und ihren lebensweltlichen Auswirkungen darstellt. Wenngleich die *TMH* bisher noch keine Übertragung auf den Bereich alltäglicher innerer Konflikte im Feld des (jugendlichen) Leistungssports gefunden hat, so lassen die bisher in ihrem Umfeld gewonnenen Erkenntnisse die Annahme zu, dass eine derartige bereichernde Modifikation gelingen und sich als gewinnbringend erweisen kann. Sollte sich diese Annahme bestätigen, können die Erkenntnisse der vorliegenden Studien nicht nur einen Beitrag zur weiteren Ausdifferenzierung künftiger Forschungsarbeiten leisten, sondern insbesondere auch Effekte von hoher Alltagsrelevanz für jugendliche Leistungssportler*innen zeitigen – etwa indem Ursachen und mögliche Bewältigungsstrategien des sogenannten ‚Drop-out‘ der Jugendlichen identifiziert werden.

Bevor ich im Folgenden detailliert auf die konkreten Zielsetzungen (Kap. 1.2) und den Aufbau (Kap. 1.3) der Arbeit eingehe, sei bereits an dieser Stelle noch auf zwei-erlei verwiesen:

1) Da die Übertragung der *TMH* auf den Kontext alltäglicher innerer Konflikte im jugendlichen Leistungssport bisher noch nicht existierte, ist im Rahmen der vorliegenden Studie neben dem ‚eigentlichen‘ Erkenntnisinteresse – und gewissermaßen auf einer Metaebene – *zusätzlich* auch zu überprüfen, ob sich die ursprünglich mit Blick

auf Jugendliche im Allgemeinen entwickelte Theorie (sowie die damit in Verbindung stehenden Erhebungsinstrumente und empirischen Erkenntnisse) tatsächlich auch auf den Kontext des jugendlichen Leistungssports übertragen lässt.

2) Eine eindeutige *disziplinäre Verortung* der vorliegenden Studie ist nicht möglich und auch gar nicht wünschenswert, der Themenkomplex *innerer Konflikte* ist als interdisziplinär zu begreifen. Zahlreiche akademische Disziplinen arbeiten an diesem Komplex und nur unter Einbezug der Erkenntnisse verschiedener Disziplinen können zufriedenstellende Einsichten generiert werden. Für die vorliegende Arbeit können im Besonderen die Psychologie und die Pädagogik als stichwortgebende Bezugsdisziplinen genannt werden. Innerhalb der Psychologie kann aufgrund der Bezugnahme auf die einander überlappenden Themenkomplexe Motivation, Handeln und Volition eine spezifischere Verortung im Bereich der Allgemeinen Psychologie bzw. in deren Teilbereichen der Motivations-, Handlungs- und Volitionspsychologie vorgenommen werden. Ferner spielen durch die Orientierung an der *TMH* und deren Ausrichtung auf die lebensweltlichen Bereiche Schule und Freizeit und somit entwicklungs- und lernpsychologische Aspekte eine zentrale Rolle sowie – settingbezogen – auch die Sportpsychologie. Durch die angestrebte Ableitung entsprechender Praxismaßnahmen aus den gewonnenen Erkenntnissen rückt schließlich auch die Pädagogik ins Zentrum der Arbeit, wobei in diesem Fall aufgrund der spezifischen Ausrichtung der Studie insbesondere der Bereich der Sportpädagogik bedeutsam ist.

1.2 Ziele der Arbeit

Für diese Arbeit wurden konkrete Ziele formuliert, die es sowohl theorie-, als auch empiriegestützt zu verfolgen galt. Die Zielsetzungen lauten wie folgt:

- (a) Überprüfung und Ausdifferenzierung der *TMH*.
- (b) Überprüfung der Gültigkeit der *TMH* unter Einbezug der in Punkt (a) genannten Ausdifferenzierung für den Einbezug des Settings Leistungssport.
- (c) Bestandsaufnahme zu Häufigkeit alltäglich erlebter Konflikte sowie deren Auswirkungen auf Handlungsverlauf und Individuum bei jugendlichen Leistungssportler*innen.
- (d) Erkenntnisgewinn über potenzielle Einflüsse von Schule-Sport-Verbundsystemen auf das Erleben innerer Konflikte bei Leistungssportler*innen.

Am Ende dieser Arbeit werden diese Zielsetzungen in Kapitel 9 erneut aufgegriffen und das Erreichen dieser überprüft.

1.3 Aufbau der Arbeit

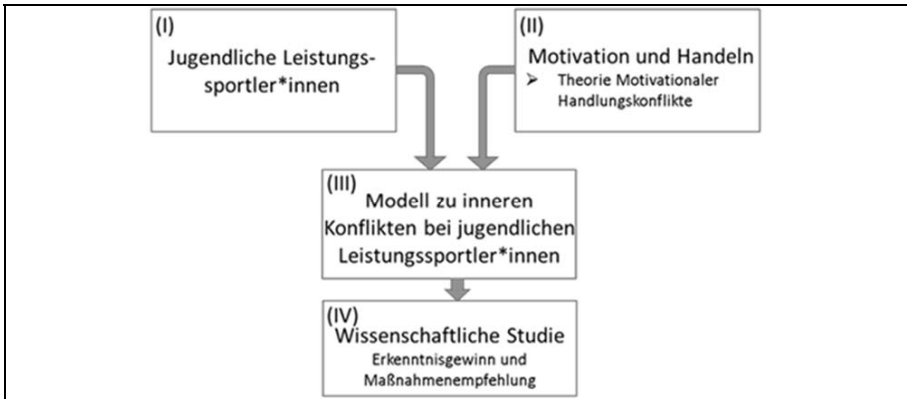


Abb. 1. Überblick über die Teilbereiche der vorliegenden Arbeit.

Die vorliegende Arbeit setzt sich aus vier Hauptbestandteilen zusammen (siehe Abb. 1). Das sind zunächst die theoretischen Themenkomplexe *Jugendliche Leistungssportler*innen* (I), *Motivation und Handeln* sowie die darin verortete *TMH* (II). Es folgt die aus diesen Themenkomplexen abgeleitete *Modellierung zu inneren Konflikten bei jugendlichen Leistungssportler*innen* (III). Diese theoretischen Überlegungen münden in den empirischen Teil dieser Arbeit, der *wissenschaftlichen Studie* (IV). Unter Einbezug von Theorie und Empirie wird an dieser Stelle eine *Diskussion* der Ergebnisse sowie eine Übertragung der gewonnenen Erkenntnisse auf die Praxis in Form einer *Maßnahmenempfehlung* formuliert.

Konkret gliedert sich die Arbeit in folgende Kapitel:

Nach dieser Einleitung beginnt die theoretische Auseinandersetzung mit der Lebenswelt und den Charakteristika *jugendlicher Leistungssportler*innen* (Kap. 2, *Zur Lebenswelt jugendlicher Leistungssportler*innen*). Das Kapitel widmet sich zunächst der Charakterisierung des Jugendalters allgemein, bevor dann konkret auf Entwicklungsaufgaben dieser Lebensphase eingegangen wird. Anschließend werden Einflussfaktoren auf die Entwicklung Jugendlicher dargestellt und dabei Belastungen und Schutzfaktoren thematisiert. Eine Auseinandersetzung mit dem Wohlbefinden im Jugendalter beschließt das Kapitel. Sämtliche Unterkapitel beginnen mit allgemeinen Überlegungen zur Thematik und verknüpfen diese anschließend mit dem Spezifikum Leistungssport.

In Kapitel 3 (*Motivation und Handeln*) steht die Auseinandersetzung mit den beiden Konstrukten *Motivation* und *Handlung* als zentralen Elementen der Theorie zu motivationalen Handlungskonflikten, die dieser Arbeit zu Grunde liegt, im Fokus. Dazu werden zunächst alltagssprachliche und wissenschaftliche Verständnisse und Defini-