

Fragen und Antworten zur Wiederholung

Kapitel 20 – Motivation und Volition im Sport

1. Warum kann Anschlussmotivation im Leistungssport hinderlich sein?

Antwort:

In Wettkampfsituationen geht es zumeist um das Besiegen eines sportlichen Gegners. Das schließt zumindest im sportlichen Kontext eine Betonung des harmonischen, konfliktfreien Miteinanders aus.

2. Kann durch Sport Aggression im Sinne der Katharsis-Hypothese abgebaut werden?

Antwort:

Die empirischen Befunde widersprechen mehrheitlich der Katharsis-Hypothese. Lediglich wenn sportliche Aktionen eine Revanche an der Person vermitteln, die aggressionsauslösende Frustration verursacht hat, kommt es zum Abbau einer aggressiven Motivation.

3. Wie unterscheiden sich Selbstkontrolle und Selbstregulation?

Antwort:

Selbstkontrolle hemmt konkurrierende Reaktionen, während Selbstregulation motivationsförderliche Prozesse bahnt.

4. Sind Lageorientierte grundsätzlich die weniger erfolgreichen Sportler?

Antwort:

In manchen Sportarten, die kurzfristigen Maximalkrafteinsatz erfordern (z. B. Gewichtheben, Kugelstoßen), können Lageorientierte sogar die erfolgreichereren Sportler sein. Auch hat sich gezeigt, dass sie auf der Spielmacherposition einer Sportspielmannschaft ein höheres kreatives Potenzial entwickeln können als Handlungsorientierte, zumindest solange negativer Affekt niedrig bleibt.