

Dominik Lorenz

Judo - der Weg zu einem ausgeglichenen Leben?

Aggressionspotential und Ärgerkontrolle von Judokas und Fußballern

Examensarbeit

BEI GRIN MACHT SICH IHR WISSEN BEZAHLT



- Wir veröffentlichen Ihre Hausarbeit, Bachelor- und Masterarbeit
- Ihr eigenes eBook und Buch - weltweit in allen wichtigen Shops
- Verdienen Sie an jedem Verkauf

Jetzt bei www.GRIN.com hochladen
und kostenlos publizieren



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de/> abrufbar.

Dieses Werk sowie alle darin enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsschutz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlanges. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen, Auswertungen durch Datenbanken und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme. Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdrucks, der fotomechanischen Wiedergabe (einschließlich Mikrokopie) sowie der Auswertung durch Datenbanken oder ähnliche Einrichtungen, vorbehalten.

Impressum:

Copyright © 2009 GRIN Verlag
ISBN: 9783640342174

Dieses Buch bei GRIN:

<https://www.grin.com/document/127705>

Dominik Lorenz

Judo - der Weg zu einem ausgeglichenen Leben?

Aggressionspotential und Ärgerkontrolle von Judokas und Fußballern

GRIN - Your knowledge has value

Der GRIN Verlag publiziert seit 1998 wissenschaftliche Arbeiten von Studenten, Hochschullehrern und anderen Akademikern als eBook und gedrucktes Buch. Die Verlagswebsite www.grin.com ist die ideale Plattform zur Veröffentlichung von Hausarbeiten, Abschlussarbeiten, wissenschaftlichen Aufsätzen, Dissertationen und Fachbüchern.

Besuchen Sie uns im Internet:

<http://www.grin.com/>

<http://www.facebook.com/grincom>

http://www.twitter.com/grin_com

Albert-Ludwigs-Universität Freiburg

Institut für Sport und Sportwissenschaft

Wissenschaftliche Arbeit
für die Zulassung zur ersten Staatsprüfung für das Lehramt an
Gymnasien

Judo – der Weg zu einem ausgeglichenen Leben?

Dominik Lorenz

Eingereicht bei:

Arbeitsbereich Sportpsychologie

Oktober 2008

Für meine Mutter

Inhaltsübersicht

Inhaltsübersicht.....	II
Inhaltsverzeichnis	III
Abkürzungsverzeichnis	VI
Abbildungsverzeichnis.....	VII
Tabellenverzeichnis.....	VIII
1 Einleitung	1
2 Historie der Kampfsportarten	7
3 Dimensionen der seelischen Gesundheit	10
4 Aktueller Forschungsstand: Effekte des Judos auf die seelische Gesundheit	18
5 Aktueller Forschungsstand: Effekte des Fußballs auf die seelische Gesundheit	35
6 Eigene empirische Untersuchung	44
7 Zusammenfassung und kritische Diskussion.....	70
Anhang.....	IX
Literaturverzeichnis	XVII

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung.....	1
1.1	Hintergrund der Arbeit	1
1.2	Fragestellung und Zielsetzung der Arbeit	1
1.3	Methodische Vorgehensweise.....	2
1.4	Forschungsstand im Überblick	3
2	Historie der Kampfsportarten	7
2.1	Judo – der sanfte Weg	7
2.2	Entwicklung des Judos in Deutschland.....	8
2.3	Die Grundelemente des Judo	8
3	Dimensionen der seelischen Gesundheit	10
3.1	Was versteht man unter Ärger?	10
3.1.1	Wie entsteht Ärger?	10
3.1.2	Formen des Ärgers	12
3.2	Was versteht man unter Aggression?	13
3.2.1	Wie entsteht Aggression?.....	14
3.2.2	Formen der Aggression.....	15
3.3	Gegenüberstellung von Ärger und Aggression	16
4	Aktueller Forschungsstand: Effekte des Judos auf die seelische Gesundheit	18
4.1	Studie von Reynes & Lorant (2002)	19

4.2	Studie von Reynes & Lorant (2004)	20
4.3	Studie von Nosanchuk & MacNeil (1989)	21
4.4	Studie von Nosanchuk (1981)	23
4.5	Studie von Nosanchuk & Lamarre (1999)	24
4.6	Studie von Trulson (1986)	26
4.7	Studie von Skelton, Glynn & Berta (1991)	28
4.8	Studie von Daniels & Thornton (1990)	29
4.9	Studie von Robazza, Bertollo & Bortoli (2006)	31
4.10	Fazit	33
5	Aktueller Forschungsstand: Effekte des Fußballs auf die seelische Gesundheit	35
5.1	Studie von Lemieux, P., McKelvie, S. & Stout, D. (2002)	35
5.2	Studie von Thomas, S., Reeves, C. & Smith, A. (2006)	37
5.3	Studie von Coulomb, G. & Pfister, R. (1998)	37
5.4	Studie von Coulomb, G. & Rascle, O. (2006)	39
5.5	Fazit:	41
6	Eigene empirische Untersuchung	44
6.1	Fragestellung	44
6.2	Aufbau des Fragebogens	44
6.2.1	Das State-Trait-Ärgerausdrucks-Inventar	44

6.2.2	Der „Aggression Questionnaire“	46
6.2.3	Selbst entwickelter Teil des Fragebogens.....	48
6.3	Vorgehensweise der Befragung.....	48
6.3.1	Befragung von Judokas (n=40)	48
6.3.2	Befragung von Fußballern (n=40)	49
6.4	Ergebnisse: Aggressions- und Ärgerpotential bei Judokas und Fußballern.....	49
6.4.1	Wie unterscheiden sich Judokas von Fußballern auf dem State-Trait- Ärgerausdrucks-Inventar?	50
6.4.2	Wie unterscheiden sich Judokas von Fußballern auf dem Aggression Questionnaire?.....	57
6.4.3	Unterschiede im Bezug auf die Körpergröße	61
6.4.4	Wie beeinflusst die Bildungsstufe Aggression und Ärger?.....	63
6.4.5	Aggressive Handlungen vor und seit Trainingsbeginn	65
6.4.6	Was sind die Trainings- und Motivationsgründe von Judokas und Fußballern?	66
6.5	Interpretation der Ergebnisse.....	66
7	Zusammenfassung und kritische Diskussion.....	70
7.1	Aussichten und Implikationen für die Praxis.....	70
7.2	Kritik und Würdigung der eigenen Untersuchungsmethode	72
7.3	Schlussbetrachtung	74