

# MOVE 37 — Whitepaper

SPORTPSYCHOLOGY × AI × HIGH PERFORMANCE

## Move 37 sportpsychologisch neu gelesen

---

**Die Geschichte hinter Niederlagen rekonstruierbar machen — damit mentale Leistungsdynamiken sichtbar werden.**

---

### Abstract

#### LEITGEDANKE

Nicht nur der Spielzug ist entscheidend, sondern die mentale Verarbeitung maximaler Abweichung unter Hochdruck.

Der vorliegende Beitrag entwickelt eine sportpsychologische Relektüre von *Move 37* aus dem Wettkampf zwischen AlphaGo und Lee Sedol.

Ausgangspunkt ist die Annahme, dass dieses Ereignis öffentlich vor allem als technologischer Durchbruch und als Narrativ des Mensch-gegen-Maschine-Wettkampfs gelesen wurde, während zentrale mentale und leistungspsychologische Dimensionen weitgehend unterbelichtet blieben.

Im Zentrum steht deshalb die Frage, ob ein solches Leistungsereignis nicht anders verstanden werden muss: nicht nur als Spielzug, sondern als Situation **maximaler Abweichung vom Erwarteten**, in der Selbstregulation, Selbstbewertung und soziale Bedeutungszuschreibung leistungsrelevant werden.

---

*Athleten verlieren in Niederlagenserien oft nicht ihre Fähigkeiten, sondern den Glauben an die Wirksamkeit ihrer Fähigkeiten.*

---

Besonderes Gewicht erhält die Analyse **kognitiver Verzerrungen**:

- Negativity Bias
- Conclusion Bias
- Need-for-Closure-Bias
- Bestätigungsbias
- Verwechslung von State und Trait

...

---

## 1 Einleitung

### KERNAUSSAGE

Was wäre, wenn Move 37 nicht nur als KI-Moment, sondern als menschliche Hochdrucksituation gelesen werden müsste?

Es gibt Ereignisse, die öffentlich sehr eindeutig erzählt werden.

Gerade dann ist zu prüfen,

- von wem diese Erzählung stammt,
- welche Perspektive sie setzt,
- und ob Darstellungs- oder Verkaufsinteressen mitlaufen.

Im Hochleistungskontext wird genau hier die Frage nach **Selbstregulation unter Abweichung** relevant.

---

Nicht die Theorie trägt den Moment — sondern die Routinisierung.

---

## 2 Leistungsereignis, Abweichung vom Erwarteten und Selbstregulation

Die Fähigkeit, in einer Disziplin Weltklasse zu sein, ist nicht automatisch identisch mit der Fähigkeit, unter Hochdruck handlungsfähig zu bleiben.

Genau diese Differenz bildet den Kern der Relektüre.

**Selbstregulation** wird hier verstanden als:

- trainierbare Hochleistungsfähigkeit
  - keine spontane Willensleistung
  - individuell passende Regulierungsform
- 

## 3 Bewertung, soziale Rahmung und Fehlzuschreibung

Jede Niederlage hat eine Geschichte.

Sichtbar wird sie erst durch differenzierte Rekonstruktion.

Vorschnelle Kausalgeschichten entstehen oft aus:

- sichtbaren Einzelmomenten
- dominanten öffentlichen Narrativen
- Fehlschlüssen aus Korrelationen

Hier setzt die **datenbasierte Niederlagenaufarbeitung** an.

---

## 4 Methodische Antwort: KI, N=1 und Entwicklungslogik

Im Hochleistungssport ist die Arbeit mit den eigenen Daten keine Nebensache, sondern methodischer Kern.

### N=1-Logik

Nicht Mittelwerte sind zentral, sondern:

- eigene Muster

- eigene Trigger
- eigene Verlaufslogiken

...

---

## 5 Langzeit-, Zukunfts- und Präventionslogik

Mentales Training darf nicht erst beginnen,

**wenn der Einbruch bereits sichtbar geworden ist.**

Prävention bedeutet hier:

- frühe Routinen aufbauen
  - Anschlussfähigkeit erhöhen
  - Selbstregulation trainierbar machen
- 

## 6 Kognitive Verzerrungen und der Verlust unverzerrten Materials

Ein zentraler Beitrag dieses Ansatzes liegt in der Analyse kognitiver Verzerrungen.

Besonders kritisch:

Aussagen zu früh zu glätten bedeutet oft, das eigentliche Material zu verlieren.

Auch hier setzt Sixpack Mind AI an.

---

## 7 Selbstwahrnehmung und Visualisierung

Visualisierung ist nicht bloß Datenausgabe.

Sie ist ein Instrument der Selbstwahrnehmung.

Das ist mehr als Design — es ist diagnostische Architektur.

---

## 8 Offenes Entwicklungsfeld

Wie fragt eine KI nach Niederlagen,

- ohne zu nerven,
- ohne zu glätten,
- ohne Abbrüche zu provozieren?

Diese Frage ist keine Nebenfrage.

Sie ist Kern des Systems.

---

## 9 Schlusswort

Niederlagen nicht nur als Ergebnis, sondern als entwicklungsrelevante Struktur ernst nehmen.

Darin liegt der Kern dieses Ansatzes.