



Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg

Hallesche Berichte zur Pädagogischen Psychologie

Herausgeberin: Claudia Dalbert

Joachim Stöber, Kathleen Otto, Eva Pescheck & Oliver Stoll

**Skalendokumentation
„Perfektionismus im Sport“**

Bericht Nr. 7

2004

Anschrift der Herausgeberin:
Prof. Dr. C. Dalbert
Arbeitsbereich Pädagogische Psychologie
Institut für Pädagogik
Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg
D-06099 Halle (Saale)
dalbert@paedagogik.uni-halle.de

ISSN 1437-8515

ISBN 3-86010-743-7

INHALTSVERZEICHNIS

<i>PROLOG</i>	3
Vorwort und Danksagung.....	3
Anmerkungen zur Skalendokumentation	3
<i>STICHPROBEN</i>	4
<i>SKALEN</i>	4
Mehrdimensionales Inventar zu Perfektionismus im Sport (MIPS).....	4
Selbstbezogene perfektionistische Ansprüche im Training und im Wettkampf.....	7
Selbstbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Training und im Wettkampf.....	8
Wahrgenommener Druck von Trainer, Mannschaft und Eltern	10
Mannschaftsbezogene perfektionistische Ansprüche und Mannschaftsbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen	12
Sportliches Selbstkonzept.....	14
Selbstwirksamkeit im Umgang mit Trainingsbarrieren.....	15
Wettkampfstärke im Sport: Besorgtheit, Aufgeregtheit und Zuversicht	17
Körperliche Beschwerden	19
Emotionale Erschöpfung (Burnout).....	20
<i>LITERATURVERZEICHNIS</i>	22

PROLOG

Vorwort und Danksagung

Die in dieser Skalendokumentation dargestellten Skalenanalysen beruhen auf zwei Studien. Studie 1 wurde im Wintersemester 2003/2004 am Institut für Sportwissenschaft der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg durchgeführt. TeilnehmerInnen waren 115 Studierende im Studiengang Sportwissenschaft, die an der Einführungsvorlesung „Einführung in die Sportpsychologie“ von Oliver Stoll teilnahmen. Studie 2 ist Teil der Diplom-Arbeit von cand. psych. Eva Pescheck und wurde im Sommersemester 2004 durchgeführt. TeilnehmerInnen dieser Studie waren 204 SchülerInnen zweier Sportgymnasien (Sportgymnasium Halle und Sportgymnasium Magdeburg). Allen TeilnehmerInnen sei herzlich für ihr Engagement und ihre Bereitschaft, an dieser Studie teilzunehmen, gedankt. Ferner bedanken wir uns herzlich bei den LehrerInnen und SchulleiterInnen der beiden Sportgymnasien, die uns in Studie 2 unterstützt haben, sowie dem Schulamt Halle für die schnelle und unkomplizierte Unterstützung der Studie 2. Ferner wollen wir Andreas Lau für seine Unterstützung bei der Fragebogenkonstruktion und -gestaltung sowie bei der Dateneingabe vielmals danken.

Anmerkungen zur Skalendokumentation

Querverweise. Querverweise auf die in der Dokumentation dargestellten Skalen sind jeweils mit einem Pfeil ⇨ gekennzeichnet.

Allgemeine Instruktion. Den in dieser Dokumentation dargestellten Skalen wurde folgende allgemeine Instruktion voran gestellt: „Alle nun folgenden Aussagen beziehen sich darauf, wie Sie sich selbst in Bezug auf Ihre Hauptsportart einschätzen. Jede Aussage hat dabei eine 6-stufige Antwortskala. Bitte kreuzen Sie bei jeder Aussage jeweils den Kreis O an, der Ihrer Antwort am besten entspricht. Lassen Sie bitte keine Aussagen aus! Danke.“

Antwortformat. Da die Probanden (Pbn) nicht mit zu vielen verschiedenen Antwortformaten konfrontiert werden sollten, wurden die von anderen AutorInnen übernommenen Skalen nicht mit dem Antwortformat des Originals vorgelegt. Statt dessen wurde – mit Ausnahme der Skala „Sportliches Selbstkonzept“, welche ein spezielles Antwortformat hat – durchgehend ein sechsstufiges Antwortformat verwendet. Dabei gab es zwei Antwortskalen: zum Einen eine sechsstufige *Häufigkeitseinschätzung* auf einer Skala von „nie“ (1) bis „immer“ (6), siehe ⇨ „Mehrdimensionales Inventar zu Perfektionismus im Sport (MIPS)“ und zum Anderen eine sechsstufige *Zustimmungseinschätzung* auf einer Skala von „stimmt überhaupt nicht“ (1) bis „stimmt genau“ (6), siehe ⇨ Skala „Selbstwirksamkeit im Umgang mit Trainingsbarrieren“. Unter den Antwortkategorien fanden die Pbn dann immer sechs Kreise, die sie entsprechend ihrer Antwort ankreuzen sollten (s. „Allgemeine Instruktion“).

Sprachform. Wir sind uns bewusst, dass bei der Verwendung des generischen Maskulinum Frauen gedanklich oft nicht mit einbezogen werden (vgl. Stahlberg & Sczesny, 2001). Dennoch wurde bei der Formulierung der Items der vorliegenden Skalen das generische Maskulinum (z.B. meine Mannschaftskameraden/Mitspieler, mein Trainer) gewählt, da andere Konstruktionen – beispielsweise das „Binnen-I“ (z.B. meine MannschaftskameradInnen/MitspielerInnen, mein/e TrainerIn) oder die Nennung beider Geschlechtsformen (z.B. meine Mannschaftskameraden/Mitspieler bzw. Mannschaftskameradinnen/Mitspielerinnen, mein Trainer bzw. meine Trainerin) – die Lesbarkeit stark eingeschränkt hätten.

Faktorstruktur. Die Faktorstruktur der mehrdimensionalen Skalen wurde mittels explorativer Faktorenanalysen überprüft. Dabei wurden in einem ersten Schritt jeweils eine Hauptkomponentenanalyse durchgeführt und die Anzahl der zu behaltenden Faktoren mittels Parallelanalyse (Horn, 1965; siehe Zwick & Velicer, 1986) bestimmt, wobei das Programm „RanEigen“ (Enzmann, 1997) verwendet wurde. In einem zweiten Schritt wurden die verbleibenden Faktoren

dann rotiert, wobei neueren Empfehlungen entsprechend (z.B. Fabrigar, Wegener, MacCallum & Strahan, 1999; Russell, 2002) schiefwinklig rotiert wurde. Die resultierende Mustermatrix diente dann als Grundlage der Bildung der Unterskalen (s. ⇨ „Mehrdimensionales Inventar zu Perfektionismus im Sport [MIPS]“ und ⇨ Skala „Selbstwirksamkeit im Umgang mit Trainingsbarrieren“) beziehungsweise der Überprüfung der Struktur der übernommenen Skala (s. ⇨ Skala „Wettkampfangstlichkeit im Sport: Besorgtheit, Aufgeregtheit und Zuversicht“).

STICHPROBEN

Studie 1

Die Stichprobe der Studie 1 umfasst $N = 115$ Studierende am Institut für Sportwissenschaft der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg (s.o., ⇨ Vorwort und Danksagung). Von diesen waren 54% weiblich und 46% männlich. Das mittlere Alter betrug $M = 21.0$ Jahre ($SD = 2.1$, Variationsbreite = 18-31 Jahre). Von den Studierenden übten ihre Hauptsportart 13% seit 1-5 Jahren, 33% seit 5-10 Jahren, 44% seit 10 bis 15 Jahren und 9% seit über 15 Jahren aus. Danach gefragt, ob ihre Hauptsportart eine Einzelsportart (Individualsportart) oder eine Mannschaftssportart (Teamsportart) sei, gaben $n = 62$ (54%) Studierende an, dass ihre Hauptsportart eine Mannschaftssportart sei.

Studie 2

Die Stichprobe der Studie 2 umfasst $N = 204$ SchülerInnen der Klassenstufen 9-11 zweier Sportgymnasien (s.o., ⇨ Vorwort und Danksagung), wobei 34% die 9., 35% die 10. und 31% die 11. Klassenstufe besuchten. Von den SchülerInnen waren 36% weiblich und 64% männlich. Das mittlere Alter betrug $M = 15.8$ Jahre ($SD = 0.9$, Variationsbreite = 14-18 Jahre). Von den SchülerInnen übten ihre Hauptsportart 25% seit 1-5 Jahren, 58% seit 5-10 Jahren und 15% seit 10 bis 15 Jahren aus. Danach gefragt, ob ihre Hauptsportart eine Einzelsportart (Individualsportart) oder eine Mannschaftssportart (Teamsportart) sei, gaben $n = 133$ (65%) SchülerInnen an, dass ihre Hauptsportart eine Mannschaftssportart sei.

SKALEN

Mehrdimensionales Inventar zu Perfektionismus im Sport (MIPS)

AutorInnen

Stöber, Otto & Stoll (2004)

Kommentar

Das Mehrdimensionale Inventar zu Perfektionismus im Sport (MIPS; Stöber et al., 2004) wurde in Anlehnung an die mehrdimensionalen Inventare konstruiert, welche die neuere Forschung zu Perfektionismus wesentlich bestimmen: (a) die Multidimensional Perfectionism Scale (MPS; Hewitt & Flett, 1988, 1991), (b) die Frost Multidimensional Perfectionism Scale (FMPS; Frost, Marten, Lahart & Rosenblate, 1990), (c) der Perfectionism Questionnaire (PQ; Rhéaume, Freeston & Ladouceur, 1995; Rhéaume et al., 2000) und (d) die Almost Perfect Scale-Revised (APS-R; Slaney, Mobley, Rice, Trippi & Ashby, 2000; Slaney, Rice & Ashby, 2002). Die MPS unterscheidet drei Dimensionen des Perfektionismus, nämlich selbstbezogenen Perfektionismus (engl. „self-oriented perfectionism“), sozial vorgeschriebenen Perfektionismus („socially prescribed perfectionism“) und auf Andere bezogenen Perfektionismus („other-oriented perfectio-

nism“). Dabei beschreibt selbstbezogener Perfektionismus die perfektionistischen Ansprüche, die man selbst an sich stellt, während sozial vorgeschriebener Perfektionismus die perfektionistischen Ansprüche beschreibt, die Andere (vermeintlich) an einen stellen. Auf Andere bezogener Perfektionismus schließlich beschreibt perfektionistische Ansprüche, die eine Person nicht an sich selbst, sondern an Andere stellt. Die FMPS unterscheidet sechs Dimensionen des Perfektionismus, nämlich persönliche Ansprüche („personal standards“), Sorge über Fehler („concern over mistakes“), Handlungszweifel („doubts about actions“), elterliche Erwartungen („parental expectations“), elterliche Kritik („parental criticism“) und Organisiertheit („organization“). Diese lassen sich jedoch zu vier Dimensionen zusammenfassen, wobei persönliche Standards und Organisiertheit als separate Dimensionen erhalten bleiben, während Sorge über Fehler und Handlungszweifel zu einer Dimension „Sorge über Fehler und Zweifel“ („concern over mistakes and doubts“) und elterliche Erwartungen und elterliche Kritik zu einer Dimension „elterlicher Druck“ („parental pressure“) zusammengefasst werden (Stöber, 1998; Stumpf & Parker, 2000). Das PQ unterscheidet zwei Dimensionen, nämlich perfektionistische Tendenzen („perfectionist tendencies“) und negative Konsequenzen von Perfektionismus („negative consequences of perfectionism“). Die APS-R schließlich unterscheidet drei Dimensionen, nämlich hohe Ansprüche („high standards“), Diskrepanz („discrepancy“) und Ordnung („order“). Dabei beschreiben „hohe Ansprüche“ persönliche perfektionistische Ansprüche an sich selbst, während „Diskrepanz“ Unzufriedenheit mit und Ärger über Leistungen beschreibt, die den eigenen perfektionistischen Ansprüchen nicht genügen. „Ordnung“ schließlich beschreibt Bestrebungen, ordentlich und organisiert zu sein, und entspricht damit der FMPS-Dimension „Organisiertheit“.

Bei der Konstruktion des MIPS wurde darauf geachtet, dass das MIPS – so wie die oben genannten Inventare, an denen sich die Konstruktion orientierte – ebenfalls Unterskalen beinhaltet, die adaptive und maladaptive Aspekte von Perfektionismus abbilden. Verschiedene Studien haben mittlerweile gezeigt, dass Dimensionen wie „persönliche Standards“ (FMPS), „selbstbezogener Perfektionismus“ (MPS) und „hohe Ansprüche“ (APS-R), aber auch „auf Andere bezogener Perfektionismus“ (MPS) und „Organisiertheit“ (FMPS) eher adaptive Aspekte von Perfektionismus darstellen, während Dimensionen wie „Sorge über Fehler und Zweifel“ (FMPS), „sozial vorgeschriebener Perfektionismus“ (MPS) „Diskrepanzerleben“ (APS-R) sowie „elterlicher Druck“ eher maladaptive Aspekte darstellen (z.B. Ashby & Rice, 2002; Frost, Heimberg, Holt, Mattia & Neubauer, 1993; s. auch Enns & Cox, 2002, Tabelle 2.2). Dabei wurden jedoch zwei Dimensionen bewusst unberücksichtigt gelassen. Zum Einen blieb die Frost'sche Dimension „Sorge über Fehler und Zweifel“ (FMPS) unberücksichtigt, da unklar ist, ob Besorgnis und Zweifel – welche zwar im Zusammenhang mit Perfektionismus auftreten – wirklich spezifische Kernaspekte von Perfektionismus darstellen, zumal diese sehr enge Zusammenhänge zu anderen Konstrukten wie Angst, Besorgnis und Depressivität aufweisen (Stöber & Joormann, 2001). Zum Anderen blieb die Dimension „Organisiertheit“ (FMPS) beziehungsweise „Ordnung“ (APS-R) unberücksichtigt, da Organisiertheit, Ordentlichkeit und Ordnungsliebe ebenfalls keine Kernaspekte von Perfektionismus darstellen, sondern eher als „Begleiterscheinungen“ von Perfektionismus gesehen werden (z.B. Ashby & Rice, 2002; Frost et al., 1990).

Ferner wurde bei der Konstruktion des MIPS darauf geachtet, dass das MIPS die für SportlerInnen wichtigsten Quellen sozial vorgeschriebenen Perfektionismus beziehungsweise sozialen Drucks erfasst. Diese sind bei erwachsenen SportlerInnen primär der Trainer und, wenn es sich um MannschaftssportlerInnen handelt, die MannschaftskameradInnen. Letztere sind, bei MannschaftssportlerInnen, jedoch nicht nur Quelle, sondern auch Ziel perfektionistischer Ansprüche. Dem entsprechend wurden, in Anlehnung an die MPS-Dimension „Auf Andere bezogener Perfektionismus“, in das MIPS auch zwei Unterskalen zu auf die Mannschaftskameraden bezogenem Perfektionismus eingeschlossen, nämlich „Mannschaftsbezogene perfektionistische Ansprüche“ und „Mannschaftsbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen“. Ferner wurden, um für die Dimensionen selbstbezogenen Perfektionismus bei SportlerInnen Unterschiede zwischen Training und Wettkampf/Punktspiel erfassen zu können, für die Skalen „Selbstbezogene perfektionistische Ansprüche“ und „Selbstbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen“ jeweils eine Trainings- und eine Wettkampf/Punktspiel-Version erarbeitet.

Dabei ergaben die Faktorenanalysen jedoch, dass sich selbstbezogene perfektionistische Ansprüche und selbstbezogene negative Leistungen insgesamt zwar klar trennen ließen, die Binnendifferenzierung in Training versus Wettkampf in den explorativen Faktorenanalysen jedoch nicht deutlich wurde. SportlerInnen, die im Vergleich zu anderen starke perfektionistische Tendenzen hatten, hatten dies in der Regel sowohl im Training als auch im Wettkampf. Dies zeigten auch die sehr hohen Interkorrelationen zwischen selbstbezogenen perfektionistischen Ansprüchen im Training und selbstbezogenen perfektionistischen Ansprüchen im Wettkampf einerseits und zwischen selbstbezogenen negativen Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Training und selbstbezogenen negativen Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Wettkampf andererseits (s. die Tabellen „Interkorrelationen“ auf S. 8 bzw. S. 10). Dennoch wurden die entsprechenden Unterskalen als separate Unterskalen beibehalten. Erstens sprechen inhaltliche Gründe dafür, bei LeistungssportlerInnen zwischen persönlichen Ansprüchen im Training und persönlichen Ansprüchen im Wettkampf zu unterscheiden. Zweitens zeigten sich beträchtliche Mittelwertunterschiede zwischen diesen Skalen (s. die Tabellen „Skalenkennwerte“ auf S. 8 bzw. S. 10): In beiden Studien berichteten die SportlerInnen nämlich jeweils wesentlich höhere selbstbezogene perfektionistische Ansprüche und wesentlich mehr negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Wettkampf als im Training. Diese Unterschiede waren dabei mit $t_s(114) \geq 8.82$ in Studie 1 und $t_s(203) \geq 8.83$ in Studie 2, alle $ps < .001$, nicht nur hochsignifikant, sondern – mit einer Größenordnung von einer halben Standardabweichung und mehr – auch bedeutsam.

Damit weist das MIPS insgesamt neun Unterskalen auf: (a) „Selbstbezogene perfektionistische Ansprüche im Training“, (b) „Selbstbezogene perfektionistische Ansprüche im Wettkampf“, (c) „Selbstbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Training“, (d) „Selbstbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Wettkampf“, (e) „Wahrgenommener Druck vom Trainer“, (f) „Wahrgenommener Druck von der Mannschaft“, (g) „Wahrgenommener Druck von den Eltern“ sowie (h) „Mannschaftsbezogene perfektionistische Ansprüche“ und (i) „Mannschaftsbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen“. Als Orientierung dienten dabei für die beiden MIPS-Unterskalen „Selbstbezogene perfektionistische Ansprüche im Training und im Wettkampf“ die Dimensionen „Selbstbezogener Perfektionismus“ (MPS), „Persönliche Standards“ (FMPS), „Perfektionistische Tendenzen“ (PQ) und „Hohe Ansprüche“ (APS-R), für die beiden MIPS-Unterskalen „Selbstbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Training und im Wettkampf“ die Dimensionen „Negative Konsequenzen von Perfektionismus“ (PQ) und „Diskrepanz“ (APS-R), für die drei MIPS-Unterskalen „Wahrgenommener Druck von Trainer, Mannschaft und Eltern“ die Dimensionen „sozial vorgeschriebener Perfektionismus“ (MPS) und „elterlicher Druck“ (FMPS) und schließlich für die beiden MIPS-Unterskalen „Mannschaftsbezogene perfektionistische Ansprüche“ und „Mannschaftsbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen“ die Dimension „auf Andere bezogener Perfektionismus“ (MPS).

Während die MIPS-Skalen zu selbstbezogenen Aspekten von Perfektionismus im Sport – nämlich „Selbstbezogene perfektionistische Ansprüche im Training und im Wettkampf“ und „Selbstbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Training und im Wettkampf“ – und die MIPS-Skala „Wahrgenommener Druck vom Trainer“ für SportlerInnen aller Sportarten eingesetzt werden können, können die MIPS-Skalen zu mannschaftsbezogenen Aspekten von Perfektionismus (also „Mannschaftsbezogene perfektionistische Ansprüche“ und „Mannschaftsbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen“) sowie die MIPS-Skala „Wahrgenommener Druck von der Mannschaft“ nur für SportlerInnen in Mannschaftssportarten (Teamsportarten) eingesetzt werden. Schließlich ist unseres Erachtens die MIPS-Skala „Wahrgenommener Druck von den Eltern“ nur für SportlerInnen sinnvoll, bei denen die Eltern noch eine große Rolle spielen und damit eine potentielle Quelle perfektionistischer Ansprüche darstellen können. Dies dürfte insbesondere bei jüngeren SportlerInnen der Fall sein, wie zum Beispiel bei SchülerInnen von Sportgymnasien (siehe Studie 2) oder bei NachwuchssportlerInnen/Nachwuchskadern.

Instruktion, Antwort- und Präsentationsformat

Instruktion. Den MIPS-Skalen wurde folgende Instruktion voran gestellt: „Bitte geben Sie bei den folgenden Aussagen an, wie oft diese auf Sie im Allgemeinen zutreffen.“

Antwortformat. Häufigkeitseinschätzung auf einer Sechs-Punkte-Antwortskala mit den Kategorien „nie“ (1), „selten“ (2), „manchmal“ (3), „oft“ (4), „meistens“ (5) und „immer“ (6).

Präsentationsformat. Die Items des MIPS wurden in Studie 1 in zwei Blöcken vorgegeben, wobei die Items der verschiedenen Skalen blockweise in gemischter Reihenfolge vorgelegt wurden: Block 1 enthielt die Items der Skalen „Selbstbezogene perfektionistische Ansprüche im Training und im Wettkampf“, „Selbstbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Training und im Wettkampf“ und „Wahrgenommener Druck vom Trainer“ und Block 2 die Items der Skalen „Mannschaftsbezogene perfektionistische Ansprüche und negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen“ und „Wahrgenommener Druck durch die Mannschaft“.

In Studie 2 wurden – um für die Pbn eine größere Übersichtlichkeit zu schaffen – die Items des MIPS in sechs Blöcken vorgegeben, wobei die Items der verschiedenen Skalen blockweise in gemischter Reihenfolge vorgelegt wurden: Block 1 enthielt die Items der Skalen „Selbstbezogene perfektionistische Ansprüche im Training“ und „Selbstbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Training“, Block 2 Items der Skalen „Selbstbezogene perfektionistische Ansprüche im Wettkampf“ und „Selbstbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Wettkampf“, Block 3 die Items der Skala „Wahrgenommener Druck vom Trainer“, Block 4 die Items der Skala „Wahrgenommener Druck von den Eltern“, Block 5 die Items der Skala „Wahrgenommener Druck von der Mannschaft“ und Block 6 die Items der Skalen „Mannschaftsbezogene perfektionistische Ansprüche und negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen“.

Selbstbezogene perfektionistische Ansprüche im Training und im Wettkampf

Items

Item	Wortlaut
1	Im Training habe ich das Bedürfnis, perfekt zu sein.
2	Im Training strebe ich danach, so perfekt wie möglich zu sein.
3	Im Training möchte ich alles perfekt machen.
4	Im Training ist es mir wichtig, in allem, was ich versuche, perfekt zu sein.
5	Im Training verlange ich von mir nichts Geringeres als Perfektion.
6	Im Training habe ich extrem hohe Erwartungen an mich selbst.
7	Im Training bin ich perfektionistisch, was meine Zielsetzungen angeht.
8	Im Training habe ich den Wunsch, alles perfekt zu machen.
1	Im Wettkampf/Punktspiel habe ich das Bedürfnis, perfekt zu sein.
2	Im Wettkampf/Punktspiel strebe ich danach, so perfekt wie möglich zu sein.
3	Im Wettkampf/Punktspiel möchte ich alles perfekt machen.
4	Im Wettkampf/Punktspiel ist es mir wichtig, in allem, was ich versuche, perfekt zu sein.
5	Im Wettkampf/Punktspiel verlange ich von mir nichts Geringeres als Perfektion.
6	Im Wettkampf/Punktspiel habe ich extrem hohe Erwartungen an mich selbst.
7	Im Wettkampf/Punktspiel bin ich perfektionistisch, was meine Zielsetzungen angeht.
8	Im Wettkampf/Punktspiel habe ich den Wunsch, alles perfekt zu machen.

Itemkennwerte

Item	Selbstbezogene perfektionistische Ansprüche im Training						Selbstbezogene perfektionistische Ansprüche im Wettkampf					
	Studie 1			Studie 2			Studie 1			Studie 2		
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r_{it}</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r_{it}</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r_{it}</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r_{it}</i>
1	4.21	1.21	.61	4.24	1.15	.73	4.27	1.44	.88	4.99	1.13	.73
2	3.97	1.25	.82	4.54	1.28	.70	4.50	1.38	.82	5.07	1.12	.73
3	3.86	1.32	.86	4.06	1.46	.83	4.40	1.35	.86	4.82	1.28	.73
4	3.42	1.41	.90	3.84	1.36	.76	4.26	1.32	.84	4.62	1.32	.84
5	2.90	1.35	.78	3.52	1.42	.76	3.58	1.53	.80	4.39	1.35	.79
6	3.35	1.28	.78	3.71	1.34	.53	4.57	1.31	.73	4.31	1.40	.53
7	3.53	1.37	.77	3.86	1.38	.73	4.21	1.30	.74	4.38	1.24	.74
8	3.60	1.45	.86	3.88	1.49	.83	4.60	1.28	.86	4.79	1.32	.82

Anmerkungen. r_{it} = korrigierte Trennschärfe.

Skalenkennwerte

	Selbstbezogene perfektionistische Ansprüche im Training		Selbstbezogene perfektionistische Ansprüche im Wettkampf	
	Studie 1	Studie 2	Studie 1	Studie 2
<i>M</i>	3.60	3.96	4.30	4.67
<i>SD</i>	1.13	1.09	1.17	1.02
Schiefe	-0.04	-0.48	-0.59	-0.77
α	.94	.92	.95	.92
<i>N</i>	115	204	115	204

Anmerkungen. α = Cronbachs alpha.

Interkorrelationen

Die Korrelation zwischen den Unterskalen „Selbstbezogene perfektionistische Ansprüche im Training“ und „Selbstbezogene perfektionistische Ansprüche im Wettkampf“ betrug $r = .80$ in Studie 1 und $r = .72$ in Studie 2, beide $ps < .001$.

Selbstbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Training und im Wettkampf

Items

Item	Wortlaut
1	Im Training fühle ich mich extrem gestresst, wenn nicht alles perfekt läuft.
2	Nach dem Training fühle ich mich niedergeschlagen, wenn ich nicht perfekt gewesen bin.
3	Im Training ärgere ich mich maßlos, wenn ich Fehler mache.

(Fortsetzung nächste Seite)

Items (Fortsetzung)

Item	Wortlaut
4	Ich stelle an mich im Training so hohe Ansprüche, dass ich sie nicht erfüllen kann.
5	Im Training setzte ich mich durch meine extrem hohen Erwartungen unter Druck.
6	Nach dem Training bin ich enttäuscht, wenn ich nicht perfekte Leistungen gezeigt habe.
7	Wenn im Training eine Sache nicht perfekt läuft, dann bin ich mit dem gesamten Training unzufrieden.
8	Im Training bin ich frustriert, wenn ich meine extrem hohen Erwartungen nicht erfülle.
1	Im Wettkampf/Punktspiel fühle ich mich extrem gestresst, wenn nicht alles perfekt läuft.
2	Nach dem Wettkampf/Punktspiel fühle ich mich niedergeschlagen, wenn ich nicht perfekt gewesen bin.
3	Im Wettkampf/Punktspiel ärgere ich mich maßlos, wenn ich Fehler mache.
4	Ich stelle an mich im Wettkampf/Punktspiel so hohe Ansprüche, dass ich sie nicht erfüllen kann.
5	Im Wettkampf/Punktspiel setzte ich mich durch meine extrem hohen Erwartungen unter Druck.
6	Nach dem Wettkampf/Punktspiel bin ich enttäuscht, wenn ich nicht perfekte Leistungen gezeigt habe.
7	Wenn im Wettkampf/Punktspiel eine Sache nicht perfekt läuft, dann bin ich mit dem gesamten Wettkampf/Punktspiel unzufrieden.
8	Im Wettkampf/Punktspiel bin ich frustriert, wenn ich meine extrem hohen Erwartungen nicht erfülle.

Itemkennwerte

Item	Selbstbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Training						Selbstbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Wettkampf					
	Studie 1			Studie 2			Studie 1			Studie 2		
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{it}	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{it}	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{it}	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{it}
1	3.18	1.25	.69	2.69	1.28	.69	3.26	1.35	.81	3.11	1.39	.71
2	2.77	1.09	.73	2.60	1.24	.70	3.24	1.30	.83	3.48	1.33	.79
3	3.49	1.31	.56	3.22	1.32	.56	4.18	1.38	.71	3.80	1.46	.60
4	2.11	0.80	.47	2.14	1.05	.50	2.41	0.96	.50	2.33	1.19	.56
5	2.79	1.22	.62	2.97	1.50	.55	3.42	1.38	.64	3.41	1.50	.63
6	2.97	1.04	.73	3.38	1.33	.64	4.03	1.33	.76	4.07	1.31	.67
7	2.43	0.98	.62	2.62	1.25	.63	2.96	1.34	.66	2.62	1.29	.56
8	2.86	1.06	.75	3.67	1.26	.62	3.43	1.36	.89	4.01	1.26	.70

Anmerkungen. *r*_{it} = korrigierte Trennschärfe.

Skalenkennwerte

	Selbstbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Training		Selbstbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Wettkampf	
	Studie 1	Studie 2	Studie 1	Studie 2
<i>M</i>	2.83	2.91	3.37	3.36
<i>SD</i>	0.81	0.91	1.03	1.00
Schiefe	0.15	0.53	-0.09	0.30
α	.88	.86	.91	.88
<i>N</i>	115	204	115	204

Anmerkungen. α = Cronbachs alpha.

Interkorrelationen

Die Korrelation zwischen den Unterskalen „Selbstbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Training“ und „Selbstbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen im Wettkampf“ betrug $r = .77$ in Studie 1 und $r = .72$ in Studie 2, beide $ps < .001$.

Wahrgenommener Druck von Trainer, Mannschaft und Eltern

Items

Item	Wortlaut
1	Mein Trainer erwartet von mir perfekte Leistungen.
2	Mein Trainer kritisiert mich bei allem, was ich nicht vollkommen perfekt mache.
3	Wenn ich keine absoluten Höchstleistungen bringe, ist mein Trainer unzufrieden mit mir.
4	Mein Trainer erwartet von mir, dass ich perfekt bin.
5	Mein Trainer verlangt von mir nichts Geringeres als Perfektion.
6	Mein Trainer stellt extrem hohe Anforderungen an mich.
7	Mein Trainer setzt extrem hohe Maßstäbe an mich an.
8	Mein Trainer ist enttäuscht von mir, wenn ich keine perfekten Leistungen bringe.
1	Meine Mannschaftskameraden/Mitspieler erwarten von mir perfekte Leistungen.
2	Meine Mannschaftskameraden/Mitspieler kritisieren mich bei allem, was ich nicht vollkommen perfekt mache.
3	Wenn ich keine absoluten Höchstleistungen bringe, sind meine Mannschaftskameraden/Mitspieler unzufrieden mit mir.
4	Meine Mannschaftskameraden/Mitspieler erwarten von mir, dass ich perfekt bin.
5	Meine Mannschaftskameraden/Mitspieler verlangen von mir nichts Geringeres als Perfektion.
6	Meine Mannschaftskameraden/Mitspieler stellen extrem hohe Anforderungen an mich.
7	Meine Mannschaftskameraden/Mitspieler setzen extrem hohe Maßstäbe an mich an.
8	Meine Mannschaftskameraden/Mitspieler sind enttäuscht von mir, wenn ich keine perfekten Leistungen bringe.

(Fortsetzung nächste Seite)

Items (Fortsetzung)

Item	Wortlaut
1	Meine Eltern erwarten von mir perfekte Leistungen.
2	Meine Eltern kritisieren mich bei allem, was ich nicht vollkommen perfekt mache.
3	Wenn ich keine absoluten Höchstleistungen bringe, sind meine Eltern unzufrieden mit mir.
4	Meine Eltern erwarten von mir, dass ich perfekt bin.
5	Meine Eltern verlangen von mir nichts Geringeres als Perfektion.
6	Meine Eltern stellen extrem hohe Anforderungen an mich.
7	Meine Eltern setzen extrem hohe Maßstäbe an mich an.
8	Meine Eltern sind enttäuscht von mir, wenn ich keine perfekten Leistungen bringe.

Itemkennwerte

Item	Wahrgenommener Druck vom Trainer						Wahrgenommener Druck von der Mannschaft					
	Studie 1			Studie 2			Studie 1			Studie 2		
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{it}	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{it}	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{it}	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{it}
1	4.10	1.51	.66	4.20	1.45	.65	3.79	1.37	.77	3.38	1.44	.63
2	2.63	1.31	.72	2.78	1.51	.61	2.11	0.98	.38	1.99	1.08	.39
3	2.41	1.39	.77	3.09	1.46	.49	2.82	1.20	.60	2.67	1.22	.49
4	2.63	1.60	.88	3.03	1.66	.65	3.68	1.30	.71	2.16	1.30	.72
5	2.56	1.60	.89	3.32	1.58	.74	3.02	1.52	.84	2.45	1.47	.65
6	3.17	1.49	.81	3.53	1.35	.63	3.11	1.29	.65	2.73	1.43	.68
7	2.98	1.50	.86	3.71	1.20	.45	3.26	1.28	.72	3.24	1.28	.67
8	2.57	1.42	.81	3.27	1.31	.59	2.60	1.18	.66	2.69	1.05	.62

Anmerkungen. *r*_{it} = korrigierte Trennschärfe.

Item	Wahrgenommener Druck von den Eltern		
	Studie 2		
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{it}
1	2.30	1.44	.80
2	1.59	1.05	.72
3	1.70	0.98	.65
4	1.73	1.22	.72
5	1.77	1.16	.73
6	2.02	1.32	.80
7	2.42	1.39	.74
8	2.11	1.21	.72

Anmerkungen. *r*_{it} = korrigierte Trennschärfe.

Skalenkennwerte

	Wahrgenommener Druck vom Trainer		Wahrgenommener Druck von der Mannschaft		Wahrgenommener Druck von den Eltern
	Studie 1	Studie 2	Studie 1	Studie 2	Studie 2
<i>M</i>	2.88	3.37	3.05	2.66	1.96
<i>SD</i>	1.26	1.02	0.96	0.92	0.98
Schiefe	0.63	0.08	0.23	0.34	1.49
α	.94	.86	.89	.86	.92
<i>N</i>	115	204	62	133	204

Anmerkungen. α = Cronbachs alpha.

Interkorrelationen

Die Korrelation zwischen den Unterskalen „Wahrgenommener Druck vom Trainer“ und „Wahrgenommener Druck von der Mannschaft“, welche nur von den MannschaftssportlerInnen beantwortet wurde, betrug $r = .75$ in Studie 1 und $r = .54$ in Studie 2, beide $ps < .001$. Die Korrelation der in Studie 2 zusätzlich mitgeführten Unterskala „Wahrgenommener Druck von den Eltern“ betrug $r = .30$ mit der Unterskala „Wahrgenommener Druck vom Trainer“ und $r = .48$ mit der Unterskala „Wahrgenommener Druck von der Mannschaft“, beide $ps < .001$, wobei letztere Unterskala wiederum nur von den MannschaftssportlerInnen beantwortet wurde.

Mannschaftsbezogene perfektionistische Ansprüche und Mannschaftsbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen

Items

Item	Wortlaut
1	Ich verlange von meinen Mannschaftskameraden/Mitspielern nichts Geringeres als Perfektion.
2	Ich habe extrem hohe Erwartungen an meine Mannschaftskameraden/Mitspieler.
3	Die Leistungen meiner Mannschaftskameraden/Mitspieler müssen für mich perfekt sein.
4	Ich erwarte von meinen Mannschaftskameraden/Mitspielern perfekte Leistungen.
5	Ich möchte, dass meine Mannschaftskameraden/Mitspieler möglichst alles perfekt machen.
6	Mir ist wichtig, dass meine Mannschaftskameraden/Mitspieler alles perfekt machen.
7	Alles, was meine Mannschaftskameraden/Mitspieler machen, muss von überragender Qualität sein.
8	Ich lege an meine Mannschaftskameraden/Mitspieler extrem hohe Maßstäbe an.
1	Ich bin mit meinen Mannschaftskameraden/Mitspielern unzufrieden, auch wenn ich weiß, dass sie ihr Bestes geben.
2	Wenn meine Mannschaftskameraden/Mitspieler Fehler machen, halte ich sie für Versager.
3	Ich ärgere mich über meine Mannschaftskameraden/Mitspieler, wenn diese keine erstklassigen Leistungen zeigen.
4	Ich bin frustriert, wenn meine Mannschaftskameraden/Mitspieler meine extrem hohen Erwartungen nicht erfüllen.

(Fortsetzung nächste Seite)

Items (Fortsetzung)

Item	Wortlaut
5	Ich bin enttäuscht, wenn meine Mannschaftskameraden/Mitspieler nicht perfekte Leistungen zeigen.
6	Ich werde wütend, wenn meine Mannschaftskameraden/Mitspieler keine Höchstleistungen zeigen.
7	Ich ertrage es nicht, wenn meine Mannschaftskameraden/Mitspieler Fehler machen.
8	Ich fühle mich extrem gestresst, wenn bei meinen Mannschaftskameraden/Mitspielern nicht alles perfekt läuft.

Itemkennwerte

Item	Mannschaftsbezogene perfektionistische Ansprüche						Mannschaftsbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen					
	Studie 1			Studie 2			Studie 1			Studie 2		
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{it}	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{it}	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{it}	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{it}
1	3.44	1.49	.84	2.59	1.46	.80	2.13	1.05	.46	1.89	1.20	.40
2	3.53	1.24	.78	2.61	1.37	.78	1.44	0.72	.46	1.34	0.77	.49
3	2.87	1.39	.91	2.06	1.17	.76	2.92	1.21	.81	2.17	1.02	.65
4	2.85	1.46	.92	2.32	1.32	.81	2.52	1.24	.79	2.29	1.28	.66
5	3.82	1.31	.66	2.95	1.39	.63	2.74	1.21	.80	2.30	1.19	.68
6	3.24	1.39	.87	2.33	1.28	.75	2.23	1.00	.64	2.17	1.22	.56
7	2.55	1.33	.85	2.04	0.99	.71	2.26	0.90	.57	1.92	0.97	.63
8	2.90	1.32	.79	2.39	1.23	.67	2.47	0.94	.61	2.17	1.15	.66

Anmerkungen. *r*_{it} = korrigierte Trennschärfe.

Skalenkennwerte

	Mannschaftsbezogene perfektionistische Ansprüche		Mannschaftsbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen	
	Studie 1	Studie 2	Studie 1	Studie 2
	<i>M</i>	3.15	2.41	2.34
<i>SD</i>	1.19	1.03	0.77	0.77
Schiefe	0.51	0.63	0.41	0.98
α	.95	.92	.88	.85
<i>N</i>	62	133	62	133

Anmerkungen. α = Cronbachs alpha.

Interkorrelationen

Die Korrelation zwischen den Unterskalen „Mannschaftsbezogene perfektionistische Ansprüche“ und „Mannschaftsbezogene negative Reaktionen auf nichtperfekte Leistungen“ betrug $r = .61$ in Studie 1 und $r = .76$ in Studie 2, beide $ps < .001$.

Sportliches Selbstkonzept

Quelle

Unterskala „Schulisches Selbstkonzept–absolut“ der Skalen zur Erfassung des schulischen Selbstkonzepts (SESSKO; Schöne, Dickhäuser, Spinath & Stiensmeier-Pelster, 2002); modifiziert (s. Kommentar)

Items

-
- 1 Ich bin für meine Hauptsportart ...
 nicht begabt sehr begabt
-
- 2 In meiner Hauptsportart Neues zu lernen fällt mir ...
 sehr schwer sehr leicht
-
- 3 Ich meiner Hauptsportart komme ich mit den Anforderungen ...
 nicht gut zurecht sehr gut zurecht
-
- 4 Ich kann in meiner Hauptsportart ...
 sehr wenig sehr viel
-
- 5 In meiner Hauptsportart fallen mir viele Anforderungen ...
 sehr schwer sehr leicht
-

Kommentar

Die Skala „Sportliches Selbstkonzept“ erfasst das absolute Selbstkonzept von SportlerInnen in ihrer Hauptsportart und basiert auf der Unterskala „Schulisches Selbstkonzept–absolut“ der SESSKO (Schöne et al., 2002), wobei diese drei Modifikationen unterzogen wurde. Erstens wurden alle Items so umformuliert, dass sie sich statt auf die Schule auf die Hauptsportart bezogen. Zweitens wurden für die Antwortanker extremere Formulierungen gewählt (z.B. bei Item 2 „sehr schwer-sehr leicht“ statt „schwer-leicht“), da wir davon ausgingen, dass (a) SportlerInnen für ihre Hauptsportart in der Regel ein höheres Selbstkonzept aufweisen als SchülerInnen für die Schule und (b) SportlerInnen in der Regel ihre Hauptsportart aufgrund von Neigungen, Interessen und/oder Erfolgen frei wählen, während SchülerInnen die Fächer in der Schule und deren Anforderungen in der Regel nicht frei wählen können. Drittens wurde in Item 5 „viele Aufgaben“ durch „viele Anforderungen“ ersetzt.

Instruktion, Antwort- und Präsentationsformat

Instruktion. Der Skala wurde folgende Instruktion voran gestellt: „Bitte geben Sie bei den folgenden Aussagen an, in welchem Ausmaß diese Ihrer Einschätzung entsprechen.“

Antwortformat. Sechs-Punkte-Antwortskala wie in obiger Tabelle „Items“ dargestellt, wobei die Antworten dann aufsteigend von 1 bis 6 kodiert wurden.

Präsentationsformat. Die Items wurden als separater Block vorgegeben.

Itemkennwerte

Item	Studie 1			Studie 2		
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r_{it}</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r_{it}</i>
1	4.60	0.76	.64	4.75	0.73	.58
2	4.74	0.82	.65	4.74	0.82	.55
3	5.07	0.75	.57	4.95	0.80	.61
4	4.71	0.84	.60	4.88	0.79	.61
5	4.72	0.73	.62	4.63	0.79	.69

Anmerkungen. *r_{it}* = korrigierte Trennschärfe.

Skalenkennwerte

	Studie 1	Studie 2
<i>M</i>	4.77	4.79
<i>SD</i>	0.60	0.60
Schiefe	-0.57	-0.46
α	.82	.82
<i>N</i>	115	203

Anmerkungen. α = Cronbachs alpha.

Selbstwirksamkeit im Umgang mit Trainingsbarrieren**Quelle**

Fragebogen zur Erfassung sportbezogener Selbstwirksamkeitserwartungen (Wagner, 1998, 2000; unter Verwendung von Items von Fuchs & Schwarzer, 1994); modifiziert (s. Kommentar)

Items

Item	Wortlaut:
	Ich traue mir zu, auch dann mit vollem Einsatz für meine Hauptsportart zu trainieren, ...
1	wenn Freunde zu Besuch da sind.
2	wenn andere Personen mit mir etwas unternehmen wollen.
3	wenn meine Familie/mein Partner mich beansprucht.
4	wenn ich noch viel Arbeit zu erledigen habe.
5	wenn ich müde bin.
6	wenn ich mich niedergeschlagen fühle.
7	wenn ich Sorgen habe.
8	wenn ich mich über etwas ärgere.
9	wenn ich das Gefühl habe, der Trainer mag mich nicht.
10	wenn mir der Trainer unsympathisch ist.

Anmerkungen. Items 1-4: Selbstwirksamkeit für Training trotz privater Beanspruchung/Ablenkung (PB); Items 5-8: Selbstwirksamkeit für Training trotz emotionaler Belastung und Müdigkeit (EB); Items 9-10: Selbstwirksamkeit für Training trotz Trainerproblemen (TP).

Kommentar

Der „Fragebogen zur Erfassung sportbezogener Selbstwirksamkeitserwartungen“ wurde von Wagner (1998, 2000) für den Bereich „Gesundheitssport“ konstruiert, um Selbstwirksamkeitserwartungen zur regelmäßigen Teilnahme an gesundheitsorientierten Sportprogrammen und damit zur Aufrechterhaltung sportlicher Aktivität im Erwachsenenalter zu erfassen und umfasst 19 Items, die mögliche Barrieren einer regelmäßigen Teilnahme an Sportprogrammen beschreiben (Wagner, 1998, 2002; siehe auch Stoll, Woll, Bös, Tittlbach & Pfeifer, 2001). Für die vorliegende Version wurden die Items ausgewählt, die auch im Bereich „Leistungssport“ geltende Trainingsbarrieren beschreiben. Ferner wurde der Itemstamm von „Ich traue mir zu, auch dann noch regelmäßig am Sportprogramm teilzunehmen“ in „Ich traue mir zu, auch dann mit vollem Einsatz für meine Hauptsportart zu trainieren“ geändert und in Items 9 und 10 das Wort „Trainingsleiter“ durch „Trainer“ ersetzt.

Instruktion, Antwort- und Präsentationsformat

Instruktion. Der Skala wurde folgende Instruktion voran gestellt: „Bitte geben Sie bei den folgenden Aussagen an, in welchem Ausmaß Sie diesen zustimmen.“

Antwortformat. Zustimmungseinschätzung auf einer Sechs-Punkte-Skala mit den Kategorien „stimmt überhaupt nicht“ (1), „stimmt weitgehend nicht“ (2), „stimmt eher nicht“ (3), „stimmt ein wenig“ (4), „stimmt weitgehend“ (5) und „stimmt genau“ (6).

Präsentationsformat. Die Items wurden als separater Block vorgelegt.

Itemkennwerte

Item	Studie 1						Studie 2 ^a				
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r_{it}</i>				<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r_{it}</i>		
			G	PB	EB	TP			G*	EB	TP
1	4.72	1.18	.65	.74							
2	4.74	1.09	.62	.72							
3	4.10	1.33	.40	.64							
4	4.11	1.26	.57	.67							
5	4.17	1.12	.59		.52	4.12	1.37	.53	.56		
6	4.21	1.10	.35		.62	3.92	1.29	.61	.72		
7	4.76	1.03	.32		.50	4.14	1.30	.60	.62		
8	5.11	1.00	.49		.58	4.97	1.16	.51	.54		
9	4.43	1.40	.41			4.59	1.31	.48			.72
10	4.58	1.14	.32			4.38	1.36	.48			.72

Anmerkungen. r_{it} = korrigierte Trennschärfe. G = Gesamtskala „Selbstwirksamkeit für engagiertes Training trotz Barrieren“, PB = Unterskala „Selbstwirksamkeit für Training trotz privater Beanspruchung/Ablenkung“, EB = Unterskala „Selbstwirksamkeit für Training trotz emotionaler Belastung und Müdigkeit“, TP = Unterskala „Selbstwirksamkeit für Training trotz Trainerproblemen“; G* = Gesamtskala ohne Unterskala PB.

^aIn Studie 2 wurden nur die Items der Unterskalen EB und TP vorgelegt, da die Items der Unterskala PB für SchülerInnen von Sportgymnasien teilweise irrelevant und/oder ungeeignet sind.

Skalenkennwerte

	Studie 1				Studie 2 ^a		
	G	PB	EB	TP	G*	EB	TP
<i>M</i>	4.49	4.41	4.56	4.50	4.35	4.29	4.48
<i>SD</i>	0.69	1.01	0.81	1.15	0.90	1.01	1.23
Schiefe	-0.40	-0.57	-0.66	-0.82	-0.37	-0.42	-0.65
α	.79	.85	.76	.78	.79	.80	.83
<i>N</i>	115	115	115	115	204	204	204

Anmerkungen. α = Cronbachs alpha. G = Gesamtskala „Selbstwirksamkeit für engagiertes Training trotz Barrieren“, PB = Unterskala „Selbstwirksamkeit für Training trotz privater Beanspruchung/Ablenkung“, EB = Unterskala „Selbstwirksamkeit für Training trotz emotionaler Belastung und Müdigkeit“, TP = Unterskala „Selbstwirksamkeit für Training trotz Trainerproblemen“; G* = Gesamtskala ohne PB.

^aIn Studie 2 wurden nur die Items der Unterskalen EB und TP vorgelegt, da die Items der Unterskala PB für SchülerInnen von Sportgymnasien teilweise irrelevant und/oder ungeeignet sind.

Interkorrelationen

Die Unterskalen korrelierten in Studie 1 ($N = 115$) zu r (Selbstwirksamkeit für Training trotz privater Beanspruchung/Ablenkung, Selbstwirksamkeit für Training trotz emotionaler Bean-

spruchung) = .32, $p < .001$, $r(\text{Selbstwirksamkeit für Training trotz privater Beanspruchung/Ablenkung, Selbstwirksamkeit für Training trotz Trainerproblemen}) = .21$, $p < .05$ und $r(\text{Selbstwirksamkeit für Training trotz emotionaler Beanspruchung, Selbstwirksamkeit für Training trotz Trainerproblemen}) = .24$, $p < .01$ und in Studie 2 ($N = 204$) zu $r(\text{Selbstwirksamkeit für Training trotz emotionaler Beanspruchung, Selbstwirksamkeit für Training trotz Trainerproblemen}) = .34$, $p < .001$.

Wettkampfstress im Sport: Besorgtheit, Aufregtheit und Zuversicht

AutorInnen

Stöber und Pescheck (2004); nach Martens, Vealey und Burton (1990)

Items

Item	P	Wortlaut
1	1	Ich mache mir über den Wettkampf/das Punktspiel Sorgen.
2	4	Ich habe Selbstzweifel.
3	7	Ich mache mir Sorgen, dass ich im Wettkampf/Punktspiel keine so guten Leistungen bringe, wie ich könnte.
4	10	Ich mache mir Sorgen, dass wir verlieren.
5	13	Ich mache mir Sorgen, dass ich dem Druck nicht standhalte.
6	16	Ich mache mir Sorgen, dass ich schlechte Leistungen bringe.
7	19	Ich mache mir Sorgen, ob ich mein Ziel erreiche.
8	22	Ich mache mir Sorgen, dass Andere von meinen Leistungen enttäuscht sein werden.
9	25	Ich mache mir Sorgen, dass ich mich nicht konzentrieren kann.
1	2	Ich bin nervös.
2	5	Ich fühle mich kribbelig.
3	8	Mein Körper ist angespannt.
4	11	Ich habe ein flaes Gefühl im Magen.
5	14	Mein Körper ist entspannt. (R)
6	17	Mein Herz rast.
7	20	Ich habe das Gefühl, dass mein Magen sich zusammenzieht.
8	23	Meine Hände sind feucht.
9	26	Mein Körper ist verspannt.
1	3	Ich bin locker.
2	6	Ich fühle mich wohl.
3	9	Ich bin selbstsicher.
4	12	Ich habe ein sicheres Gefühl.
5	15	Ich bin zuversichtlich, dass ich die Herausforderung meistere.
6	18	Ich bin zuversichtlich, dass ich gute Leistungen bringe.
7	21	Ich fühle mich mental entspannt.
8	24	Ich bin zuversichtlich, dass ich mein Ziel erreiche.
9	27	Ich bin zuversichtlich, dass ich den Druck gut überstehe.

Anmerkungen. P = Position des Items im Präsentationsblock. (R) = bei Skalenbildung umzupolendes Item.

Kommentar

Die Skala „Wettkampfstress im Sport“ (Stöber & Pescheck, 2004) ist die deutsche Übersetzung des Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2; Martens et al., 1990), wobei ein Rückübersetzungsverfahren angewandt wurde, an dem auch eine englische Muttersprachlerin

beteiligt war. Das CSAI-2 umfasst insgesamt 27 Items, die zu drei Unterskalen – nämlich „Cognitive Anxiety“, „Somatic Anxiety“ und „Self-Confidence“ – zusammengefasst werden. Für die vorliegende deutsche Übersetzung wurden Instruktion, Items und Antwortformat so modifiziert, dass die vorliegende Skala eine „Trait-Version“ des CSAI-2 darstellt, also anders als die CSAI-2 nicht die aktuelle (Zustands-) Angst, sondern Ängstlichkeit als Personenmerkmal abfragt (vgl. Stöber & Schwarzer, 2000). Ferner wurde die Bezeichnung der Unterskalen modifiziert: Während Martens et al. diese im CSAI-2 wörtlich übersetzt als „kognitive Angst“, „somatische Angst“ und „Selbstvertrauen“ bezeichnen, wurden für die vorliegenden Unterskalen die Bezeichnungen „Besorgtheit“, „Aufgeregtheit“ und „Zuversicht“ verwendet, da diese der in der Literatur zur Prüfungsängstlichkeit üblichen deutschen Bezeichnungen dieser Komponenten entsprechen (s. Hodapp, 1991; Stöber & Schwarzer, 2000).

Instruktion, Antwort- und Präsentationsformat

Instruktion. Der Skala wurde folgende Instruktion vorangestellt: „Die folgenden Aussagen beziehen sich darauf, wie Sie sich in Ihrer Hauptsportart in Wettkämpfen/Punktspielen im Allgemeinen fühlen und welche Gedanken Sie in Ihrer Hauptsportart in Wettkämpfen/Punktspielen im Allgemeinen haben.“

Antwortformat. Häufigkeitseinschätzung auf einer Sechs-Punkte-Skala von „nie“ (1) bis „immer“ (6); siehe \Rightarrow „Mehrdimensionales Inventar zu Perfektionismus im Sport (MIPS)“.

Präsentationsformat. Die Items wurden als separater Block in derselben Reihenfolge, wie sie Martens et al. (1990) für das CSAI-2 angeben, präsentiert (s. Tabelle „Items“, Spalte „P“).

Itemkennwerte

Unterskala	Item	Studie 1			Studie 2		
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r_{it}</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r_{it}</i>
Besorgtheit	1	3.63	1.35	.54	3.18	1.26	.60
	2	2.65	1.12	.66	2.64	1.29	.58
	3	3.82	1.29	.72	3.76	1.35	.68
	4	3.17	1.25	.72	3.21	1.36	.68
	5	2.40	1.05	.59	2.57	1.35	.69
	6	2.94	1.15	.79	3.17	1.44	.82
	7	3.02	1.04	.71	3.21	1.23	.72
	8	3.03	1.17	.74	3.00	1.34	.73
	9	2.40	1.09	.55	2.61	1.30	.55
Aufgeregtheit ^a	1	4.17	1.34	.78	3.82	1.52	.76
	2	4.25	1.34	.69	3.95	1.48	.72
	3	4.09	1.25	.65	3.86	1.39	.65
	4	3.43	1.38	.76	3.31	1.54	.76
	5	4.17	1.11	.66	4.11	1.36	.60
	6	2.86	1.44	.70	2.74	1.62	.72
	7	2.50	1.25	.72	2.49	1.47	.69
	8	3.28	1.54	.67	3.20	1.64	.59
	9	2.68	1.18	.60	2.69	1.33	.63
Zuversicht	1	3.03	1.17	.75	3.33	1.40	.67
	2	3.68	1.21	.75	3.67	1.34	.72
	3	3.85	1.15	.77	3.67	1.26	.72
	4	3.28	1.10	.78	3.49	1.23	.77

(Fortsetzung nächste Seite)

Itemkennwerte (Fortsetzung)

Unterskala	Item	Studie 1			Studie 2		
		<i>M</i>	<i>SD</i>	r_{it}	<i>M</i>	<i>SD</i>	r_{it}
Zuversicht	5	4.10	1.04	.77	3.95	1.51	.77
	6	3.97	1.01	.84	3.78	1.61	.80
	7	3.11	1.15	.67	3.13	1.28	.70
	8	3.95	1.01	.79	3.88	1.23	.76
	9	4.23	1.03	.58	3.93	1.24	.66

Anmerkungen. r_{it} = korrigierte Trennschärfe. ^aItemkennwerte nach Umpolung des (R)-Items.

Skalenkennwerte

	Besorgtheit		Aufgeregtheit		Zuversicht	
	Studie 1	Studie 2	Studie 1	Studie 2	Studie 1	Studie 2
<i>M</i>	3.00	3.04	3.49	3.35	3.69	3.65
<i>SD</i>	0.87	0.99	1.00	1.12	0.88	0.99
Schiefe	0.45	0.55	0.23	0.23	0.15	0.00
α	.90	.90	.91	.91	.93	.92
<i>N</i>	115	203	115	203	115	203

Anmerkungen. α = Cronbachs alpha.

Interkorrelationen

Die Unterskalen zeigten in Studie 1 ($N = 115$) Interkorrelationen von $r(\text{Besorgtheit, Aufgeregtheit}) = .66$, $r(\text{Besorgtheit, Zuversicht}) = -.55$ und $r(\text{Aufgeregtheit, Zuversicht}) = -.59$ und in Studie 2 ($N = 203$) Interkorrelationen von $r(\text{Besorgtheit, Aufgeregtheit}) = .78$, $r(\text{Besorgtheit, Zuversicht}) = -.70$ und $r(\text{Aufgeregtheit, Zuversicht}) = -.65$, alle $ps < .001$.

Körperliche Beschwerden**Quelle**

Erholungs-Belastungsfragebogen für Sportler (EBF-Sport; Kellmann & Kallus, 2000); modifiziert (s. Kommentar)

Items

Item	Wortlaut: Nach sportlichen Leistungen in meiner Hauptsportart ...
1	hatte ich körperliche Beschwerden.
2	hatte ich Kopfdruck oder Kopfschmerzen.
3	fühlte ich mich körperlich unwohl.
4	fühlte ich mich körperlich matt.
5	hatte ich Muskelschmerzen.
6	litt ich unter Muskelverhärtungen oder -verspannungen.

Kommentar

Items 1 bis 4 der Skala „Körperliche Beschwerden“ entstammen der Unterskala 7 „Somatische Beanspruchung“ des EBF-Sport (Kellmann & Kallus, 2000), während Item 5 und 6 der Unterskala „Verletzungsanfälligkeit“ des EBF-Sport entstammen. Dabei wurden drei Modifikationen vorgenommen: Erstens wurde der Itemstamm von „In den letzten (3) Tagen/Nächten“ in „Nach sportlichen Leistungen in meiner Hauptsportart“ geändert. Zweitens wurde bei den Items 5 und 6 der Zusatz „nach dem Training“ beziehungsweise „während des Trainings“ gestrichen. Drittens wurde das Antwortformat geändert, in dem die siebenstufige Häufigkeitseinschätzung des Originals durch die unten genannte sechsstufige Häufigkeitseinschätzung ersetzt wurde.

Instruktion, Antwort- und Präsentationsformat

Instruktion. Der Skala wurde folgende Instruktion voran gestellt: „Die folgenden Aussagen beziehen sich darauf, wie es Ihnen im Allgemeinen nach sportlichen Leistungen in Ihrer Hauptsportart geht.“

Antwortformat. Zustimmungseinschätzung auf einer Sechs-Punkte-Skala von „stimmt überhaupt nicht“ (1) bis „stimmt genau“ (6); siehe \Rightarrow Skala „Selbstwirksamkeit im Umgang mit Trainingsbarrieren“.

Präsentationsformat. Die Items wurden als separater Block vorgegeben.

Itemkennwerte

Item	Studie 1			Studie 2		
	<i>M</i>	<i>SD</i>	r_{it}	<i>M</i>	<i>SD</i>	r_{it}
1	2.57	1.00	.56	2.65	1.06	.48
2	1.70	0.88	.26	1.06	1.00	.37
3	2.01	0.92	.53	2.36	1.12	.59
4	3.17	1.16	.49	3.27	1.31	.50
5	3.07	1.09	.60	3.03	1.19	.59
6	2.78	1.06	.59	2.86	1.20	.55

Anmerkungen. r_{it} = korrigierte Trennschärfe.

Skalenkennwerte

	Studie 1	Studie 2
<i>M</i>	2.55	2.71
<i>SD</i>	0.69	0.78
Schiefe	0.36	0.38
α	.76	.77
<i>N</i>	115	204

Anmerkungen. α = Cronbachs alpha.

Emotionale Erschöpfung (Burnout)

Quelle

EBF-Sport (Kellmann & Kallus, 2000); modifiziert (s. Kommentar)

Items

Item	Wortlaut: Wenn ich an meine Hauptsportart denke, ...
1	fühle ich, dass ich zu viel trainieren muss.
2	fühle ich mich durch meinen Sport ausgebrannt.
3	fühle ich mich erschöpft.
4	ist mir danach, mit dem Sport aufzuhören.
5	frustriert mich mein Sport.
6	fühle ich mich durch meinen Sport gefühlsmäßig ausgelaugt.

Kommentar

Die Skala „Emotionale Erschöpfung (Burnout)“ entspricht der Unterskala 14 „Emotionale Erschöpfung“ des EBF-Sport (Kellmann & Kallus, 2000) bis auf folgende drei Modifikationen. Erstens wurde der Itemstamm von „In den letzten (3) Tagen/Nächten“ in „Wenn ich an meine Hauptsportart denke“ geändert. Zweitens wurden die Items vom Präteritum ins Präsens gesetzt (z.B. „fühle ich mich erschöpft“ statt „fühlte ich mich erschöpft“). Drittens wurde das Antwortformat geändert, in dem die Häufigkeitseinschätzung durch die unten genannte Zustimmungseinschätzung ersetzt wurde.

Instruktion, Antwort- und Präsentationsformat

Instruktion. Der Skala wurde folgende Instruktion voran gestellt: „Die folgenden Aussagen beziehen sich darauf, wie es Ihnen im Allgemeinen geht, wenn Sie an Ihre Hauptsportart denken.“

Antwortformat. Zustimmungseinschätzung auf einer Sechs-Punkte-Skala von „stimmt überhaupt nicht“ (1) bis „stimmt genau“ (6); siehe ⇨ Skala „Selbstwirksamkeit im Umgang mit Trainingsbarrieren“.

Präsentationsformat. Die Items wurden als separater Block vorgegeben.

Itemkennwerte

Item	Studie 1			Studie 2		
	<i>M</i>	<i>SD</i>	r_{it}	<i>M</i>	<i>SD</i>	r_{it}
1	2.30	1.30	.45	2.78	1.32	.51
2	2.05	1.11	.72	2.77	1.24	.68
3	2.31	1.29	.53	3.07	1.45	.57
4	1.37	0.88	.49	1.85	1.23	.68
5	1.40	0.87	.50	1.87	1.19	.70
6	1.64	0.98	.52	2.20	1.25	.71

Anmerkungen. r_{it} = korrigierte Trennschärfe.

Skalenkennwerte

Kennwert	Studie 1	Studie 2
<i>M</i>	1.84	2.43
<i>SD</i>	0.75	0.97
Schiefe	1.06	0.57
α	.77	.85
<i>N</i>	115	204

Anmerkungen. α = Cronbachs alpha.

LITERATURVERZEICHNIS

- Ashby, J. S. & Rice, K. G. (2002). Perfectionism, dysfunctional attitudes, and self-esteem: A structural equations analysis. *Journal of Counseling and Development, 80*, 197-203.
- Enns, M. W. & Cox, B. J. (2002). The nature and assessment of perfectionism: A critical analysis. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 33-62). Washington, DC: American Psychological Association.
- Enzmann, D. (1997). RanEigen: A program to determine the parallel analysis criterion for the number of principal components. *Applied Psychological Measurement, 21*, 232.
- Fabrigar, L. R., Wegener, D. T., MacCallum, R. C. & Strahan, E. J. (1999). Evaluating the use of exploratory factor analysis in psychological research. *Psychological Methods, 4*, 272-299.
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I. & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences, 14*, 119-126.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research, 14*, 449-468.
- Fuchs, R. & Schwarzer, R. (1994). Selbstwirksamkeit zur sportlichen Aktivität: Reliabilität und Validität eines neuen Messinstruments. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie, 15*, 141-154.
- Hewitt, P. L. & Flett, G. L. (1988). *Multi-dimensional Perfectionism Scale (MPS)* (Unpublished manuscript) York University, Department of Psychology, Toronto, Canada.
- Hewitt, P. L. & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*, 456-470.
- Hodapp, V. (1991). Das Prüfungsängstlichkeitsinventar TAI-G: Eine erweiterte und modifizierte Version mit vier Komponenten. *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie, 5*, 121-130.
- Horn, J. L. (1965). A rationale and test for the number of factors in factor analysis. *Psychometrika, 30*, 179-185.
- Kellmann, M. & Kallus, K. W. (2000). *Erholungs-Belastungsfragebogen für Sportler: EBF-Sport*. Frankfurt/Main, Germany: Swets.
- Martens, R., Vealey, R. S., & Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics Books.
- Rhéaume, J., Freeston, M. H., & Ladouceur, R. (1995, July). *Functional and dysfunctional perfectionism: Construct validity and a new instrument*. Paper presented at the First World Congress of Behavioral and Cognitive Therapies, Copenhagen, Denmark.
- Rhéaume, J., Ladouceur, R. & Freeston, M. H. (2000). The prediction of obsessive-compulsive tendencies: Does perfectionism play a significant role? *Personality and Individual Differences, 28*, 583-592.
- Russell, D. W. (2002). In search of underlying dimensions: The use (and abuse) of factor analysis in Personality and Social Psychology Bulletin. *Personality and Social Psychology Bulletin, 28*, 1629-1646.
- Schöne, C., Dickhäuser, O., Spinath, B. & Stiensmeier-Pelster, J. (2002). *SESSKO: Skalen zur Erfassung des schulischen Selbstkonzepts*. Göttingen: Hogrefe Testzentrale.
- Slaney, R. B., Rice, K. G. & Ashby, J. S. (2002). A programmatic approach to measuring perfectionism: The Almost Perfect Scales. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 63-88). Washington, DC: American Psychological Association.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J. & Ashby, J. S. (2001). The Revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 34*, 130-145.
- Stahlberg, D. & Sczesny, S. (2001). Effekte des generischen Maskulinums und alternativer Sprachformen auf den gedankli-

- chen Einbezug von Frauen. *Psychologische Rundschau*, 52, 131-140.
- Stöber, J. (1998). The Frost Multidimensional Perfectionism Scale: More perfect with four (instead of six) dimensions. *Personality and Individual Differences*, 24, 481-491.
- Stöber, J. & Joormann, J. (2001). Worry, procrastination, and perfectionism: Differentiating amount of worry, pathological worry, anxiety, and depression. *Cognitive Therapy and Research*, 25, 49-60.
- Stöber, J., Otto, K. & Stoll, O. (2004). Mehrdimensionales Inventar zu Perfektionismus im Sport (MIPS). In J. Stöber, K. Otto, E. Pescheck & O. Stoll *Skalendokumentation „Perfektionismus im Sport“* (Hallesche Berichte zur Pädagogischen Psychologie Nr. 7, S. 4-12). Halle (Saale): Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg, Institut für Pädagogik.
- Stöber, J. & Pescheck, E. (2004). Skala „Wettkampffähigkeit im Sport“. In J. Stöber, K. Otto, E. Pescheck & O. Stoll *Skalendokumentation „Perfektionismus im Sport“* (Hallesche Berichte zur Pädagogischen Psychologie Nr. 7, S. 16-18). Halle (Saale): Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg, Institut für Pädagogik.
- Stöber, J. & Schwarzer, R. (2000). Angst. In J. H. Otto, H. A. Euler, & H. Mandl (Hrsg.), *Emotionspsychologie: Ein Handbuch* (S. 189-198). Weinheim: Beltz.
- Stoll, O., Woll, A., Bös, K., Tittlbach, S. & Pfeifer, K. (2001). Körperlich-sportliche Aktivität und sportpsychologische Diagnoseverfahren. In K. Bös (Hrsg.), *Handbuch Motorische Tests* (S. 393-539) (2. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.
- Stumpf, H. & Parker, W. D. (2000). A hierarchical structural analysis of perfectionism and its relation to other personality characteristics. *Personality and Individual Differences*, 28, 837-852.
- Wagner, P. (1998). *Personale und soziale Determinanten der Aufrechterhaltung sportlicher Aktivität – dargestellt am Beispiel gesundheitsorientierter Sportprogramme bei Erwachsenen mittleren Erwachsenenalters*. Unveröff. Dissertationsschrift, TU Darmstadt.
- Wagner, P. (2000). *Aussteigen oder Dranbleiben? Determinanten der Aufrechterhaltung sportlicher Aktivität in gesundheitsorientierten Sportprogrammen*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Zwick, W. R. & Velicer, W. F. (1986). Comparison of five rules for determining the number of components to retain. *Psychological Bulletin*, 99, 432-442.

Bisher erschienen in dieser Reihe:

Dalbert, C. (1999). *Die Ungewißheitstoleranzskala: Skaleneigenschaften und Validierungsbefunde* (Hallesche Berichte zur Pädagogischen Psychologie Nr. 1). Halle (Saale): Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg, Institut für Pädagogik.

Stöber, J. & Seidenstücker, B. (1999). *Das Besorgnis-Inventar Management (BIM): Entwicklung und erste Validierung* (Hallesche Berichte zur Pädagogischen Psychologie Nr. 2). Halle (Saale): Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg, Institut für Pädagogik.

Stöber, J. (2002). *Skalendokumentation „Persönliche Ziele von SchülerInnen“* (Hallesche Berichte zur Pädagogischen Psychologie Nr. 3). Halle (Saale): Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg, Institut für Pädagogik.

Grützemann, W. (2002). *Übungen zum entspannten Lernen im Unterricht* (Hallesche Berichte zur Pädagogischen Psychologie Nr. 4). Halle (Saale): Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg, Institut für Pädagogik.

Friedel, A., Otto, K. & Dalbert, C. (2003). *Geografische und berufliche Mobilitätsbereitschaft Jugendlicher: Eine Sekundäranalyse der 13. Shell-Jugendstudie 2000* (Hallesche Berichte zur Pädagogischen Psychologie Nr. 5). Halle (Saale): Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg, Institut für Pädagogik.

Grützemann, W. (2003). *Skalendokumentation „Mathematikspezifische Personmerkmale bei GrundschülerInnen der vierten Klassenstufe“* (Hallesche Berichte zur Pädagogischen Psychologie Nr. 6). Halle (Saale): Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg, Institut für Pädagogik.