

Sportmotivation übergewichtiger Mädchen und Jungen

Kopczynski, S.¹, Sittart, A.¹, Müller, K.¹, Chen-Stute, A.² & Kellmann, M.¹

¹Fakultät für Sportwissenschaft, Ruhr-Universität Bochum

²Adipositaszentrum Oberhausen & Bethesda Krankenhaus Duisburg

Hintergrund und Zielsetzung

Im Rahmen der Bestrebungen, langfristig effektive Maßnahmen der Bewegungs- und Sportförderung zur Prävention und Therapie von Übergewicht und Adipositas zu entwickeln, wird der Motivation zur Ausübung körperlicher und sportlicher Aktivitäten eine wesentliche Bedeutung beigemessen (Vögele, 2003). Motivationale Aspekte können z.B. Einfluss auf die Art, Intensität, Regelmäßigkeit und Langfristigkeit der Durchführung sportlicher Aktivitäten eines Individuums nehmen (Gabler, 2002). Der motivierende Antriebe zu einer sportlichen Betätigung besteht im individuellen Anreiz, der mit der sportlichen Handlung selbst bzw. mit deren zu erwartenden Konsequenzen assoziiert wird.

Typische Beweggründe (*Motive*) für das Sporttreiben können sowohl für Kinder und Jugendliche als auch für Erwachsene beispielsweise in den damit verbundenen sozialen Kontakten, in gesundheits- und fitnessbezogenen Aspekten, im Leistungsvergleich oder der individuellen Leistungssteigerung sowie in der Möglichkeit zum Stress- und Spannungsabbau bestehen (Alfermann, Saborowski & Würth, 1997). Da sportbezogene Motive maßgeblich durch Sozialisationserfahrungen im sportlichen Kontext geprägt werden, stellt sich die Frage, ob und inwiefern die Motivation zur Teilnahme an sportlichen Aktivitäten bei normal- und übergewichtigen Jugendlichen differiert.

Stichprobe und Methoden

Im Rahmen einer Schuluntersuchung wurden Jugendliche im Alter von 11 bis 16 Jahren ($M = 13,9$; $SD = 1,1$) mittels einer modifizierten Version der *Teilnahmemotivationskalen* von Alfermann et al. (1997) sowie zu ihrem Sportverhalten befragt. Das psychometrische Instrument erfasst die Beweggründe zur Teilnahme an sportlichen Aktivitäten bei Jugendlichen in sieben Dimensionen (vgl. Abb. 1). Zu den in der eingesetzten Fragebogenversion genannten 22 Aussagen nahmen die befragten Jugendlichen anhand einer vierstufigen Likert-Skala von „trifft nicht zu“ bis „trifft zu“ Stellung.



Ergebnisse

In Bezug auf die Motivdimensionen *Spaß*, *Gesundheit/Fitness*, *Leistungen erbringen*, *Ausgleich zum Alltag* und *Fertigkeiten verbessern* konnten nur geringe und nicht signifikante Differenzen zwischen Normal- und Übergewichtigen ermittelt werden. Tendenziell signifikant höhere Werte ergaben sich für die übergewichtigen Jugendlichen hinsichtlich der Subskala *Sozialer Kontakte*. Die geringste Ausprägung erfuhr in beiden Gruppen die Dimension *Extrinsische Motivation*. Hier wurden für die übergewichtigen Jugendlichen signifikant höhere Werte ermittelt (Abb. 2).

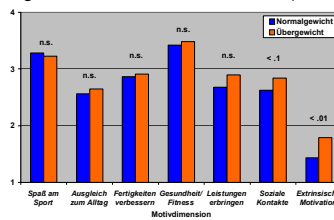


Abb. 2: Vergleich der Skalenmittelwerte der Motivdimensionen von normal- und übergewichtigen Jugendlichen. (Anmerkung: Dargestellt sind arithmetische Mittel und Irrtumswahrscheinlichkeiten p; n.s. = nicht signifikant)

Wie aus Abb. 3 ersichtlich differierten die Motivdimensionen *Fertigkeiten verbessern* und *Gesundheit/Fitness* in erster Linie geschlechtsabhängig. Statistisch bedeutsame Unterschiede in der Leistungsorientierung sowie hinsichtlich der Skala *Extrinsische Motivation* wurden sowohl zwischen Mädchen und Jungen als auch innerhalb der Gruppe der weiblichen Jugendlichen in Abhängigkeit vom Körpergewichtsstatus deutlich (Abb. 3). Hingegen ließen sich weder zwischen übergewichtigen Jungen und Mädchen noch innerhalb der Gruppe der befragten männlichen Jugendlichen signifikante Differenzen beobachten.

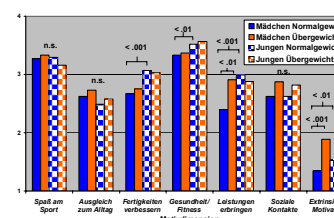


Abb. 3: Vergleich der Skalenmittelwerte der Motivdimensionen von normal- und übergewichtigen Mädchen und Jungen. (Anmerkung: Dargestellt sind arithmetische Mittel und Irrtumswahrscheinlichkeiten p; n.s. = nicht signifikant)



Abb. 1: Dimensionen (grau markierter Text) der *Teilnahmemotivationskalen* und Beispiel-Items.

Aufgrund ihrer unzureichenden Testgüte in der ursprünglichen Testform wurde die Subskala *Extrinsische Motivation*, die den Einfluss von Erwartungen des sozialen Umfelds (z.B. Eltern, Freunde, Lehrkräfte) auf das Sportengagement erfasst, im Vorfeld für den Einsatz in der dargestellten Untersuchung modifiziert. Nach Überprüfung der internen Konsistenzen der Subskalen (Cronbach $\alpha = .61$ bis $.82$) ist die modifizierte Testversion als hinreichend reliabel für Gruppenvergleiche zu betrachten. Für die vergleichenden Analysen wurden die Datensätze derjenigen 321 Jugendlichen herangezogen, welche angaben, zum Befragungszeitpunkt an freiwilligen Sportaktivitäten außerhalb des Sportunterrichts teilzunehmen. Die Erfassung von Geschlecht, Alter, Körpergröße und -gewicht ermöglichte den Vergleich der Sportmotivation von übergewichtigen (BMI > 90. Perzentile; $n = 48$; 20 w, 28 m) und normalgewichtigen (BMI < 90. Perzentile; $n = 273$; 144 w, 129 m) Jugendlichen. Aufgrund fehlender Verteilungsvoraussetzungen wurden die inferenzstatistischen Analysen ausschließlich auf nonparametrischer Ebene (Mann-Whitney-U-Test) durchgeführt.

Literatur

- Alfermann, D., Saborowski, C. & Würth, S. (1997). *Soziale Einflüsse auf die Karriereübergänge bei jugendlichen Athletinnen und Athleten in Großbritannien und den neuen Bundesländern*. Unveröffentlichter Forschungsbericht, Universität Leipzig.
- Gabler, H. (2002). *Motive im Sport. Motivationspsychologische Analysen und empirische Studien*. Schorndorf: Hofmann.

Schlussfolgerungen

Den Ergebnissen zufolge stellen sowohl für normal- als auch übergewichtige Jugendliche insbesondere der Spaß am Sporttreiben sowie gesundheits- und fitnessbezogene Aspekte maßgebliche Motive für sportliche Aktivität dar. Auch die Verbesserung individueller sportlicher Kompetenzen sowie die ausgleichende und spannungsreduzierende Funktion von Bewegungsaktivitäten genießen bei Normal- und Übergewichtigen einen vergleichbar hohen Stellenwert. Bei den übergewichtigen Jugendlichen ist die Teilnahme an sportlichen Aktivitäten möglicherweise stärker durch soziale Aspekte bestimmt. Die markanteste Gruppendifferenz besteht in der bei den übergewichtigen Jugendlichen – und dies insbesondere bei Mädchen – stärkeren Tendenz, durch sportliche Aktivität den Erwartungen sozialer Bezugspersonen, wie den Eltern oder Gleichaltrigen, gerecht zu werden.

Ausblick

Eine stark extrinsisch ausgerichtete Motivationslage ist nach Vögele (2003) als problematisch im Hinblick auf die regelmäßige Ausübung von und langfristige Bindung an Sportaktivitäten zu betrachten. Jedoch bleibt letztendlich zu überprüfen, ob und inwiefern hierdurch das Sportverhalten übergewichtiger Jugendlicher beeinflusst wird. Einen möglichen Ansatzpunkt für weiter gehende Untersuchungen bietet zudem die bei übergewichtigen und normalgewichtigen Mädchen auffällige Differenz in der Leistungsorientierung.

Allgemein ist zu formulieren, dass es bei der Planung und Gestaltung interessenorientierter Maßnahmen zur Unterstützung eines sportlich aktiven Lebensstils bei übergewichtigen Jugendlichen (z.B. in Schule und Verein) das Augenmerk verstärkt auf potenzielle Anreize und Barrieren für das Sportengagement der Betroffenen zu richten gilt (vgl. Telama, 1998). Die dargestellte Untersuchung ist als initialisierender Beitrag in dieser Richtung zu betrachten. Zukünftig sind jedoch weitere Forschungsbestrebungen, u.a. in Form der Entwicklung und Überprüfung geeigneter methodischer Zugänge und standardisierter Erhebungsinstrumente, erforderlich.

- Vögele, C. (2003). Sport und Bewegung als Behandlungsansatz. In F. Petermann & V. Pudel (Hrsg.), *Übergewicht und Adipositas* (S. 283-302). Göttingen: Hogrefe.
- Telama, R. (1998). Psychological background of a physically active lifestyle among European youth. In R. Naul, K. Hardman, M. Piéron & B. Skirstad (Eds.), *Physical activity and active lifestyle of children and youth* (pp. 63-74). Schorndorf: Hofmann.

