

Sportliches Fähigkeitskonzept übergewichtiger Jugendlicher

Sascha Kopczynski¹, Annette Chen-Stute² & Michael Kellmann¹

¹Fakultät für Sportwissenschaft, Ruhr-Universität Bochum

²Adipositaszentrum Oberhausen & Bethesda Krankenhaus Duisburg

Hintergrund und Zielsetzung

Sportlichkeit besitzt insbesondere im Jugendalter einen hohen Stellenwert und ist mit sozialer Anerkennung in der Gleichaltrigengruppe assoziiert. Das *sportliche Fähigkeitskonzept* vereint sämtliche auf die eigene Person bezogenen Wahrnehmungen und Beurteilungen der eigenen sportmotorischen Fähigkeiten. Es resultiert aus der Auseinandersetzung eines Individuums mit sich selbst und seiner sozialen Umwelt - z.B. durch Kompetenzerfahrungen und Leistungsvergleiche - im sportlichen Kontext und ist Bestandteil eines hierarchisch gegliederten und multidimensionalen allgemeinen Selbstkonzepts (vgl. Abb. 1).

Gehäufte negative Erfahrungen und Misserfolgsereignisse beim Sporttreiben bergen die Gefahr einer negativen Beeinflussung des Selbstwertgefühls bei sportlich weniger leistungsfähigen Jugendlichen. Dordel und Kleine (2005) führen die motorisch-konditionellen Einschränkungen bei Übergewicht als eine mögliche Ursache für die Entwicklung eines negativen Selbstkonzepts an. Bisherige Studienergebnisse deuten lediglich auf eine insgesamt herabgesetzte sportliche Selbsteinschätzung übergewichtiger Heranwachsender hin (z.B. Braet & Mervielde, 1997). Vor diesem Hintergrund soll die dargestellte Studie das sportliche Fähigkeitskonzept übergewichtiger und normalgewichtiger Jugendlicher anhand einzelner motorischer Hauptbeanspruchungsformen in differenzierter Form beleuchten.

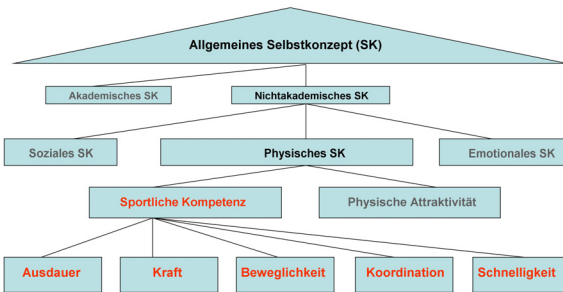


Abb. 1: Hierarchie und Dimensionen des Selbstkonzepts in Anlehnung an Stiller und Alfermann (2005, S. 120) sowie Stiller, Würth und Alfermann (2004, S. 240).

Stichprobe und Methoden

In der Datenerhebung wurden insgesamt 395 Schülerinnen und Schüler aller allgemein bildenden weiterführenden Schulformen in Nordrhein-Westfalen im Alter von 11 bis 16 Jahren ($M=13.90$, $SD=1.13$; 53% weiblich, 47% männlich) mit Hilfe des *Fragebogens zur Erfassung des physischen Selbstkonzepts (PSK-Skalen)*; Stiller et al., 2004) befragt. Die PSK-Skalen erfassen die subjektiv wahrgenommenen körperlichen Fähigkeiten bezüglich sechs voneinander unabhängiger Dimensionen der sportmotorischen Kompetenz (Tab. 1) mit je sechs Items anhand einer vierstufigen Likert-Skala von „trifft nicht zu“ bis „trifft zu“.

Tab. 1: Verwendete Subtests der PSK-Skalen (Stiller et al., 2004) mit Item-Beispielen.

Subtest	Item-Beispiel
Ausdauer	„Ich kann eine weite Strecke laufen, ohne anzuhalten.“
Kraft	„Ich bin stärker als die meisten anderen in meinem Alter.“
Beweglichkeit	„Mein Körper ist steif und unbeweglich.“
Schnelligkeit	„Über eine kurze Strecke kann ich sehr schnell laufen.“
Koordination	„Es fällt mir leicht, die Bewegungen meines Körpers zu kontrollieren.“
Sportlichkeit	„Die meisten Sportarten fallen mir leicht.“

Von 345 Jugendlichen lagen vollständige Datensätze bezüglich der psychometrischen und anthropometrischen (Körpergröße und -gewicht) Daten vor. Für die vergleichende Analyse der Werte der normalgewichtigen (BMI 11.-90. Perzentile), übergewichtigen (BMI 91.-97. Perzentile) und adipösen (BMI>97. Perzentile) Jugendlichen wurde aufgrund fehlender Verteilungsvoraussetzungen auf parametrische Verfahren verzichtet.

Literatur

- Braet, C. & Mervielde, I. (1997). Psychological aspects of childhood obesity: a controlled study in a clinical and nonclinical sample. *Journal of Pediatric Psychology*, 22, 59-71.
- Brodthmann, D. (2005). Adipöse Kinder und Jugendliche im Schulsport. Sportpädagogische und sportdidaktische Perspektiven. *Sportpädagogik*, 29 (2), 42-45.
- Dordel, S. & Kleine, W. (2005). Motorische Leistungsfähigkeit und Gesundheit. In B. Bjarnason-Wehrens & S. Dordel (Hrsg.), *Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter*. St. Augustin: Academia.
- Stiller, J. & Alfermann, D. (2005). Selbstkonzept im Sport. *Zeitschrift für Sportpsychologie*, 12, 119-126.
- Stiller, J., Würth, S. & Alfermann, D. (2004). Die Messung des physischen Selbstkonzepts (PSK). *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 25, 239-257.

Kontakt:

Sascha.Kopczynski@rub.de

www.rub.de/spowiss/sportpsych/Forschung/Adipositas

Ergebnisse

Im Vergleich zu ihren normalgewichtigen Altersgenossen schätzten sich die übergewichtigen Jugendlichen in Bezug auf die Dimensionen *Beweglichkeit*, *Koordination* und *Schnelligkeit* signifikant schlechter sowie hinsichtlich der Dimensionen *Ausdauerleistungsfähigkeit* und *allgemeine Sportlichkeit* nicht signifikant schlechter ein (Abb. 2). Die Ausprägung ihrer Kraftfähigkeit beurteilten die übergewichtigen Jugendlichen jedoch als signifikant besser.

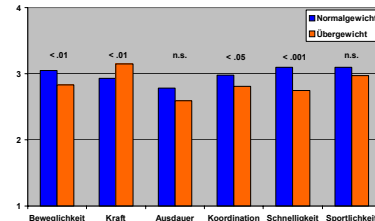


Abb. 2: Vergleich der Skalenmittelwerte von normalgewichtigen (n=288) und übergewichtigen (n=57) Jugendlichen. (Anmerkung: Dargestellt sind arithmetische Mittel und die mit Hilfe des Mann-Whitney-U-Test ermittelten Irrtumswahrscheinlichkeiten p ; n.s. = nicht signifikant)

Bei vergleichender Betrachtung der normalgewichtigen und adipösen Jugendlichen verstärkten sich die beschriebenen Tendenzen in fünf der erfassten Dimensionen (Abb. 3). Lediglich für die Subskala *Sportlichkeit* konnte kein vergleichbar eindeutiger Trend ermittelt werden.

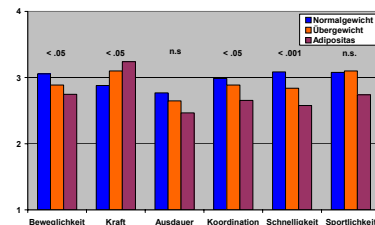


Abb. 3: Vergleich der Skalenmittelwerte von normalgewichtigen (n=288), übergewichtigen (n=37) und adipösen (n=20) Jugendlichen. (Anmerkung: Dargestellt sind arithmetische Mittel sowie die mit Hilfe des Kruskal-Wallis-Test ermittelten Irrtumswahrscheinlichkeiten p ; n.s. = nicht signifikant)

Schlussfolgerungen

Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass die in der Fachliteratur genannte insgesamt verringerte motorische Leistungsfähigkeit mit Ausnahme der körpergewichtsunabhängigen Kraftfähigkeit (z.B. Dordel & Kleine, 2005) übergewichtiger bzw. adipöser Heranwachsender auch auf subjektiv-mentaler Ebene weitgehend repräsentiert ist. Hierbei ist mit Zunahme des Übergewichtsgrades insgesamt eine Verschlechterung des sportlichen Fähigkeitskonzepts zu beobachten. Diese Tendenz trifft offenbar für die Beurteilung einzelner motorischer Dimensionen in höherem Maße zu als für die Einschätzung der allgemeinen sportlichen Kompetenz.

Ausblick

Ein stabiles und differenziertes positives Selbstkonzept wird als Indikator psychischer Gesundheit und Lebensqualität und dessen Entwicklung als ein zentrales Erziehungsziel betrachtet. Sport und Bewegung werden „speziell im Kindes- und Jugendalter als wichtige Moderatoren für eine positive Entwicklung des allgemeinen Selbstkonzepts angesehen, vor allem bei niedrigem Selbstwertgefühl“ (Stiller & Alfermann, 2005, S. 124). In diesem Zusammenhang ergeben sich aus der von den übergewichtigen im Vergleich zu den normalgewichtigen Heranwachsenden als höher eingeschätzten eigenen Kraftfähigkeit mögliche Ansatzpunkte für die Gestaltung einer ressourcenorientierten Sport- und Bewegungsförderung, die insbesondere die individuellen Kompetenzen der Aktiven berücksichtigt (Brodthmann, 2005).

Speziell in von normal- und übergewichtigen Jugendlichen gemeinsam erlebten Sportsituationen eröffnet sich die Möglichkeit, das Selbstwertgefühl übergewichtiger im sportbezogenen Kontext durch eine angemessene Auswahl von Bewegungsformen und gezielte didaktisch-methodische Arrangements zu stärken. Beispielsweise ist denkbar, dass übergewichtigen Heranwachsenden durch Spiel- und Bewegungsformen, bei denen sie durch ihre Körpermasse Wettbewerbsvorteile erfahren (Ringens und Kämpfens, Spielformen mit modifiziertem Regelwerk, Wurf- und Stoßdisziplinen, Akrobatikelemente u.a.), sportliche Erfolgserlebnisse vermittelt werden können, welche so ihrerseits als Anreiz für sportliches Engagement wirken.