

Press release

Universität Hohenheim

Florian Klebs

08/07/2007

<http://idw-online.de/en/news221155>

Miscellaneous scientific news/publications
interdisciplinary
transregional, national

Meisterschaften und Olympiaden: Steckt wirklich ein Leistungssportler in Dir?

Psychologen der Universität Hohenheim entwickeln ersten Sportmotivationstest für Leistungssportler. Spaß am Sport - in der Freizeit, der Schule oder Uni ist schön und gut. Ob man sich aber beruflich zum Sport bekennt und den Weg des Leistungssportlers einschlägt, ist eine sehr viel schwerwiegendere Entscheidung. "Muckis allein reichen nicht - Leistungsmotivation ist eine zentrale Größe", sagt Prof. Dr. Heinz Schuler, Leiter des Lehrstuhls für Psychologie an der Universität Hohenheim. "Darum haben wir einen Test für Sportler entwickelt, der Antwort gibt: Steckt wirklich ein Leistungssportler in Dir?" Der Motivationstest untersucht unterschiedliche Persönlichkeitsmerkmale, die für eine steile Karriere im Leistungssport notwendig sind und schließt die Lücke in der Entscheidungsfindung über Auswahl und individuelle Förderung von Sportlern.

Aufs Treppchen schaffen. Schneller, höher, besser sein. "Die Welt des Sports ist geprägt von Wettkämpfen, Herausforderungen und persönlichen Entbehrungen", kennzeichnet Prof. Schuler die harten Bedingungen im Leistungssport. Die Entscheidung will wohl überlegt sein, denn sie prägt den weiteren Lebensstil: sportbezogene Ernährungs- und Lebensgewohnheiten - ganz abgesehen von der ökonomischen und finanziellen Seite.

"Angesichts der Tatsache, dass die Psyche meist den Ausschlag gibt, haben wir einen Motivationstest entwickelt, der vorhersagen kann, wie leistungsorientiert Sportler sind, die mit dem Gedanken spielen, in den Leistungssport zu gehen", sagt Andreas Frintrup, Doktorand am Lehrstuhl für Psychologie der Universität Hohenheim. Der Test bietet eine psychologische Potenzialaussage und ermöglicht eine Vorhersage, wie erfolgreich Sportler Leistungen erbringen werden. Er bietet damit eine Ergänzung der körperlichen Leistungsdaten.

Insbesondere das dauerhafte Leistungsvermögen einer Person lässt sich nämlich nicht allein auf Basis von Leistungsdaten vorhersagen. "Persönlichkeitsmerkmale haben einen entscheidenden Einfluss darauf, ob ein Sportler dauerhaft bereit ist, intensiv zu trainieren, die Leistungen kontinuierlich zu steigern und den eigenen Lebensstil an die Erfordernisse der jeweiligen Sportart anzupassen", weiß Prof. Dr. Schuler.

Genau wie im Management eines Unternehmens sei die persönliche Leistungsbereitschaft eines Sportlers die zentrale Variable zur Erklärung und Prognose von Höchstleistung. Darum basiert der Test auf etablierten Motivationstheorien, die auch die Grundlage eines bereits im Berufskontext bewährten Leistungsmotivationstests zur Auswahl von Mitarbeitern und Managern bilden. Damit schließt der Sportbezogene Leistungsmotivationstest (SMT) erstmals die Lücke in der Entscheidungsfindung über Auswahl und individuelle Förderung von Sportlern. Neben der Auswahl von Spitzensportlern wird das Verfahren auch im Sportcoaching eingesetzt.

Als Prognoseinstrument soll der SMT einen wichtigen Beitrag bei der Vorhersage individuellen sportlichen Erfolgs leisten und dabei helfen, sportbezogene Investitionsentscheidungen, wie den Einkauf von Spielern für Mannschaften, auf mehr als rein physiologische Merkmale zu begründen. Aber auch engagierte Freizeitsportler können interessante Informationen über ihre sportliche Motivationsstruktur gewinnen.

Das Testverfahren wurde bisher bei über 700 Freizeit- und Profisportlern eingesetzt, unter anderem bei Leistungssportlern aus den Bereichen Leichtathletik, Radsport, Hockey, Schwimmen, Reiten und Skisport. Darüber hinaus wird es in der Schweiz zur Auswahl von Spitzensportlern für die Entsendung zu den Olympischen Spielen eingesetzt. Wissenschaftliche Untersuchungen zeigten, dass Trainingsintensität, sportliche Weiterbildungsbereitschaft und das Ergebnis in sportlichen Leistungsprüfungen hohe Zusammenhänge mit der sportlichen Leistungsmotivation aufweisen. Der wissenschaftliche Test ist ab sofort für Sportpsychologen, Trainer und Vereine über den Hogrefe-Verlag (www.hogrefe.de) in Göttingen zu beziehen und soll zur sportlichen Karriere- und Trainingsberatung, für sportpsychologische Forschung sowie für Zwecke der Auswahl von Sportlern verwendet werden.

Kontaktadresse:

Prof. Dr. Heinz Schuler / Dipl. oec. Andreas Frintrup

Lehrstuhl für Psychologie der Universität Hohenheim

Tel.: (0711) 459-22654

Mail: schuler@uni-hohenheim.de; frintrup@personalpsychologie.de