



**Sportler:in mit Leib und Seele:  
Einfluss der Athletischen Identität auf emotionale Reaktionen und Lebenszufriedenheit nach  
Erfolg und Misserfolg**

*Exposé zur Masterarbeit von Eris Gwendolyn Bartl*

Menschliches Verhalten und Erleben wird tagtäglich von Emotionen geprägt. Auch im Sport spielen Emotionen in vielerlei Hinsicht eine große Rolle. Sportliche Karrieren sind geprägt von Erfolgs- und Misserfolgserlebnissen, die sowohl kurzfristig emotionale Reaktionen hervorrufen, aber auch langfristig einen Einfluss auf das psychische Wohlbefinden nehmen können (Furley & Laborde, 2020). Gleichzeitig beeinflussen Emotionen und deren Regulation auch die Fähigkeiten der Sportler:innen, ihre eigene Leistung abzurufen (Craft et al., 2003), sodass diese Konstrukte immer wieder aufeinander einwirken.

Es herrscht weitgehend Einigkeit darüber, dass emotionalen Reaktionen individuelle Situationsbewertungen vorausgehen (Ellis, 1962). Positive und negative Emotionen können dabei als zwei verschiedene Dimensionen desselben Konstrukts verstanden werden, wobei Erfolgserlebnisse, als meist positiv bewertete Ereignisse eher mit positiven Emotionen einhergehen. Ebenso gestaltet sich der Zusammenhang bei Misserfolgsergebnissen und negativen Emotionen (Watson et al., 1988). Ein relevanter personenbezogener Faktor ist hierbei die Athletische Identität. Diese beschreibt, inwiefern eine Person sich über ihre Rolle als Sportler:in definiert (Brewer et al., 1993). Es ist anzunehmen, dass eine höhere Athletische Identität auch stärkere emotionale Reaktionen auf

sportliche Ereignisse hervorrufen kann, da diese das gesamte Selbstbild betreffen können (Brewer & Cornelius, 2001).

Im Rahmen der Arbeit soll untersucht werden, wie Erfolgs- und Misserfolgssituationen mit unterschiedlichem Ausgang und entsprechenden Konsequenzen die emotionale Reaktion und Lebenszufriedenheit von Sportler:innen beeinflussen. Betrachtet wird dabei vor allem, ob dieser Zusammenhang durch die Athletische Identität moderiert wird und wie sich dies je nach Art des Sporttreibens (Individual- oder Teamsport) unterscheidet.

Zur Untersuchung der formulierten Fragestellungen wird ein szenariobasiertes Studiendesign eingesetzt. Zunächst werden die intrapersonellen Variablen Alter, Sportart (Team- oder Individualsport) und Athletische Identität (via *Athletic Identity Measurement Scale*; Brewer et al., 1993) erfasst. Anschließend werden den Teilnehmenden Fallvignetten mit Situationen vorgelegt, in die sie sich hineinversetzen sollen. Die darin beschriebenen Situationen unterscheiden sich in drei Variablen: (1) Ausgang der Situation (Erfolg oder Misserfolg), (2) persönliche Relevanz (wichtig oder unwichtig) und (3) Ausmaß der Konsequenzen (lang- oder kurzfristig). Im Anschluss wird erfragt, wie sich die Teilnehmenden in einer solchen Situation fühlen würden. Betrachtet wird dabei sowohl die emotionale Lage, erfasst durch eine Kurzform der *Positive And Negative Affect Scale* (Thompson, 2007), als auch die allgemeine Lebenszufriedenheit.

Anhand dessen soll exploriert werden, wie Sportler:innen auf Erfolgs- und Misserfolgserlebnisse reagieren. Ziel ist es, einen Beitrag zum Verständnis emotionaler Prozesse im Sport zu leisten, um daraus Implikationen für Interventionsmöglichkeiten in der sportpsychologischen Betreuung abzuleiten.

## Literatur

- Brewer, B. W., Van Raalte, J. L., & Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles heel? *International Journal of Sport Psychology*, *24*(2), 237–254.
- Brewer, B. & Cornelius, A. E. (2001). Norms and factorial invariance of the Athletic Identity Measurement Scale (AIMS). *Academic Athletic Journal*, *15*, 103-113.
- Craft, L. L., Magyar, T. M., Becker, B. J., & Feltz, D. L. (2003). The relationship between the Competitive State Anxiety Inventory-2 and sport performance: A meta-analysis. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *25*, 44–65.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. Lyle Stuart.
- Furley, P., Laborde, S. (2020). Emotionen im Sport. In: Schüler, J., Wegner, M., Plessner, H. (eds) *Sportpsychologie*. Springer, Berlin, Heidelberg. [https://doi.org/10.1007/978-3-662-56802-6\\_11](https://doi.org/10.1007/978-3-662-56802-6_11)
- Giannone, Z. A., Haney, C. J., Kealy, D., Ogrodniczuk, J. S. (2017). Athletic identity and psychiatric symptoms following retirement from varsity sports. *International Journal of Social Psychiatry*. *63*(7), 598 – 601. <https://doi.org/10.1177/0020764017724184>
- Karim, J., Weisz, R., & Rehman, S. U. (2011). International positive and negative affect schedule short-form (I-PANAS-SF): Testing for factorial invariance across cultures. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, *15*, 2016–2022. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.04.046>
- Thompson, E. R. (2007). Development and validation of an internationally reliable short-form of the positive and negative affect schedule (PANAS). *Journal of cross-cultural psychology*, *38*(2), 227-242.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of

positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*,  
54(6), 1063–1070.