

Auftreten und Zusammenhänge von Trait-Angst und gewünschtem Autokratischen Führungsverhalten des Trainers im Sportschiessen und Orientierungslauf



Proseminararbeit

Institut für Sportwissenschaft
der Universität Bern

Referent: Herr Prof. Dr. Roland Seiler
Koreferentin: Frau Annemarie Schumacher

Vorgelegt von

Janik Niethammer 08-124-646
Dino Tartaruga 07-117-765

Inhalt

Inhalt.....	2
Tabellenverzeichnis.....	4
Abbildungsverzeichnis.....	4
1. Einleitung	5
2. Theorie: Stand des Wissens	6
2.1 Angst und Ängstlichkeit	6
2.2 Leadership.....	7
2.3 Leadership im Sport	8
2.3.1 Multidimensionales Führungsmodell	9
2.3.2 Einfluss des Führungsverhaltens auf die Zufriedenheit der Athleten	10
2.3.3 Einfluss des Trainers auf die Wettkampfleistung des Athleten.....	10
3. Konkrete Fragestellung	11
3.1 Unterschiedshypothese	11
3.2 Korrelationshypothese.....	12
3.3 Korrelationsunterschiedshypothese.....	13
4 Methodik	14
4.1 Untersuchungsverfahren / -instrumente	14
4.2 Untersuchungsgruppen / -teilnehmer	14
4.2.1 Sportschützen.....	14
4.2.2 Orientierungsläufer	15
4.3 Untersuchungsplan / -design.....	15
4.4 Untersuchungsdurchführung	15
4.5 Untersuchungsauswertung.....	15
5 Darstellung und Interpretation der Ergebnisse.....	16
5.1 Deskriptive Statistik	16
5.2 Unterschiedshypothese	18

5.3	Korrelationshypothese	19
6	Diskussion.....	23
6.1	Wissenschaftliche Gütekriterien.	23
6.2	Ideen für weiterführende Studien.....	23
6.3	Anregungen.....	24
7	Danksagung.....	25
	Literaturverzeichnis	26

Tabellenverzeichnis

<i>Tabelle 1: Deskriptive Statistiken der Ängstlichkeit- und Führungsverhaltensskalen.....</i>	<i>17</i>
<i>Tabelle 2: Trait-Angst nach Sportart.....</i>	<i>18</i>
<i>Tabelle 3: Levene-Test der Varianzgleichheit und t-Test für die Mittelwertgleichheit für Trait-Angst.....</i>	<i>19</i>
<i>Tabelle 4: Korrelation zwischen Autokratischem Führungsverhalten und Trait- Angst.....</i>	<i>20</i>
<i>Tabelle 5: Korrelation zwischen Autokratischem Führungsverhalten und Trait-Angst bei Orientierungsläufern.....</i>	<i>21</i>
<i>Tabelle 6: Korrelation zwischen Autokratischem Führungsverhalten und Trait-Angst bei Sportschützen.....</i>	<i>21</i>

Abbildungsverzeichnis

<i>Abbildung 1: Multidimensionales Führungsmodell von Chelladurai und Saleh, 1978, S. 328-354.....</i>	<i>9</i>
<i>Abbildung 2 Altersverteilung beider Sportarten</i>	<i>17</i>
<i>Abbildung 3: Altersverteilung von Sportschützen und Orientierungsläufern mit Normalverteilungskurve.....</i>	<i>18</i>

1. Einleitung

Angst ist ein zentrales psychologisches Konstrukt im Alltag, mit dem man dauernd konfrontiert ist. Auch im Sport spielt die Angst eine grosse leistungsbeeinflussende Rolle, die nicht unterschätzt werden sollte. Sportler¹ können Angst haben vor Misserfolg, zu versagen oder sich zu blamieren, aber auch vor Schmerz, sich zu verletzen. Angst wirkt sich oft negativ auf die sportliche Leistung aus, hat aber auch eine positive Aktivierungs- und Sicherungsfunktion.

Nach Krohne (1996, S.8) ist Angst unter anderem von den Eigenschaften der Person abhängig. Diese Eigenschaft wird als Trait-Angst, Ängstlichkeit oder Eigenschaftsangst bezeichnet und ist „die intra-individuell relativ stabile, aber interindividuell variierende Tendenz, Situationen als bedrohlich wahrzunehmen und hierauf mit einem erhöhten Angstzustand zu reagieren“.

Der Trainer kann mit seinem Führungsverhalten Einfluss auf die Ängstlichkeit des Athleten haben. Im Idealfall wirkt der Trainer positiv. Jeder Athlet spricht verschieden auf die unterschiedlichen Führungsstile des Trainers an. In gewissen Situationen decken sich die gewünschten Führungsstile und in anderen unterscheiden sie sich. Die zentralen Themen, Angst als Persönlichkeitseigenschaft und Leadership in Sport wurden vorgegeben. Die Verfasser entschieden sich, die Untersuchung in den Sportarten Orientierungslauf und Sportschiessen durchzuführen, weil es in diesen beiden Sportarten praktisch keine empirisch analytischen Befunde zu den beiden Komponenten Angst und Leadership gibt.

In dieser Arbeit wird versucht aufzuzeigen, ob und wie Angst und gewünschtes autokratisches Führungsverhalten des Trainers in den Sportarten Sportschiessen und Orientierungslauf zusammenhängen.

¹ Der Einfachheit halber wird in dieser Arbeit nur die männliche Form verwendet. Selbstverständlich sind Begriffe wie Athlet, Trainer, Orientierungsläufer und Sportschützen etc. stellvertretend auch für das weibliche Geschlecht.

2. Theorie: Stand des Wissens

2.1 Angst und Ängstlichkeit

Angst und Ängstlichkeit sind zwei Faktoren, welche die sportliche Leistungsfähigkeit beeinflussen. Im Folgenden werden auf die beiden Begriffe eingegangen und diese näher erklärt.

Ängstlichkeit (trait) ist im Vergleich zur Angst (state) langlebiger. Man kann Ängstlichkeit als Persönlichkeitseigenschaft bezeichnen. Die Sportwissenschaftliche Persönlichkeitsforschung beschäftigte sich in den Anfängen zuerst mit inter-individuellen Unterschieden in Anlehnung an nomothetische Forschungsstrategien. Zeitlich gesehen hatte die Trait-Forschung daher ihre Blütezeit vor der State-Forschung. Traits sind jedoch für die Erklärung von sportlicher Leistungsfähigkeit nur in geringem Masse entscheidend (Singer, 2000, S.316)

Immer wieder werden Sportler mit Situationen konfrontiert, die Ängste in ihnen auslösen. Etwa die Angst bei einem Elfmeter im Fussball zu versagen, die Angst sich zu verletzen oder die Angst vor Schmerzen bei einem Niedersprung. Meistens wird Angst negativ empfunden, Angst im Sinne einer Leistungsbeeinträchtigung. Andererseits kann Angst auch positive Aktivierungs- und Sicherungsfunktionen haben, indem wir eine Situation besser einschätzen, mögliche Gefahren erkennen und schneller reagieren können.

Für die Erklärung des Phänomens Angst im Sport gewannen das transaktionale Stressmodell von Lazarus (1978) aus den kognitionstheoretischen Erklärungsansätzen an Bedeutung (nach Tietjens & Strauss, 2006, S. 149). Lazarus (1978) *versteht* Angst als eine Emotion, die als Begleitzustand in einer stresserzeugenden Situation wahrgenommen wird. Stress entsteht durch eine Beziehung zwischen einer Person und einem konkreten Umweltreiz. Der Umweltreiz muss von der Person im Hinblick auf ihr Wohlergehen als relevant bewertet werden. Zugleich muss er eine Anforderung an die Person stellen, welche die betreffende Person beansprucht oder überfordert (Tietjens & Strauss, 2006).

In einer sekundären Bewertung werden von der Person die Möglichkeiten einer erfolgreichen Bewältigung der Stresssituation geschätzt. Nur wenn diese Bewertung über die Erwartung des zukünftigen Erfolges als unsicher erscheint, empfindet die Person Angst.

Wird im weiteren Verlauf in einer erneuten Bewertung die Stresssituation als irrelevant für das eigene Wohlergehen oder als bewältigbar angesehen, empfindet die Person keine Angst (Tietjens & Strauss, 2006).

Der prominenteste Fragebogen zum Messen der Angst und der Ängstlichkeit ist das State-Trait-Angstinventar (STAI) von Laux et al. (1970). Es misst Angst als Zustand (state) und Ängstlichkeit als Persönlichkeitseigenschaft (trait). In dieser Arbeit befassen sich die Autoren nur mit der Ängstlichkeit als Persönlichkeitseigenschaft (trait).

2.2 Leadership

Für den Begriff Führung existieren viele Definitionen. Steiger und Zwygart (1994) unterscheiden in ihrem Werk Militärpädagogik zwischen drei Arten der Führungslehre. Die Taktische Führung im Gefecht (die Truppenführung), das Management (die Unternehmensführung) und das Leadership (die Menschenführung). Sie definieren den Begriff Führen als zielgerichtete Einflussnahme eines Chefs auf seine Unterstellten in einer bestimmten Situation. Es stehen in dieser Definition 5 näher zu erläuternde Facetten ins Auge: Der Chef, die Unterstellten, das Ziel, die Situation und die Einflussnahme.

Der *Chef*, also im Kontext des Sports der Trainer, zeichnet sich durch seine Handlungskompetenz aus, die in 4 Teilkompetenzen aufgeteilt werden kann. Die Selbstkompetenz, die Sozialkompetenz die Fachkompetenz und die Methodenkompetenz (Wottreng, 2004). Zusätzlich sind selbstverständlich verschiedenste Persönlichkeitsmerkmale und motivationale Aspekte von Bedeutung, auf die hier nicht weiter eingegangen wird.

Die *Unterstellten*, im Sport die Athleten, haben gleich wie ihr Chef, bzw. ihr Trainer unterschiedliche Persönlichkeitsdispositionen. Aus der Zusammensetzung einer Gruppe entstehen weitere Merkmale, die eine Gruppe ausmachen. Der Entstehungsprozess einer Gruppe, der Zusammenhalt innerhalb der Gruppe (Mannschaftskohäsion), die subjektive Leistungsfähigkeit der Gruppe (Gruppenwirksamkeitsüberzeugung).

Mit dem *Ziel* ist der Auftrag gemeint, also im sportlichen Sinne die Bewegungsaufgabe.

Die *Situation* kennzeichnet den Grad der Schwierigkeit, den zeitlichen Ablauf und die Bedingungen die herrschen, um das Ziel zu erreichen, also die Bewegungsaufgabe auszuführen.

Unter der *Einflussnahme* wird die Art verstanden, wie geführt wird. Der Führungsstil des Trainers setzt bei den verschiedenen Athleten unterschiedlich an.

In dieser Untersuchung geht es unter anderem darum, welchen Führungsstil ein Athlet seines Trainers wünscht.

Chelladurai und Saleh (1980) haben über Leadership im Sport zahlreiche Untersuchungen gemacht und einen Fragebogen entwickelt, der einerseits das tatsächlich wahrgenommene Führungsverhalten des Trainers und andererseits das bevorzugte Führungsverhalten in gesamthaft fünf Dimensionen des Führungsverhaltens evaluiert:

Autokratisches Führungsverhalten, welches im Kontrast zum demokratischen Führungsverhalten steht, zeichnet sich dadurch aus, dass der Trainer den Athleten keine Einsicht in die Trainingsplanung und Leistungssteuerung gewährt, keinen Freiraum in der Ausführung von Aufgaben erlaubt und praktisch keinen Widerspruch zulässt. Der autokratische Trainer verfolgt eine klare Linie und behandelt alle Athleten gleich.

Bei der Wahl des gewünschten Führungsstils des Trainers spielen mehrere Faktoren eine Rolle. Es können biogenetische Faktoren wie das Geschlecht einen Einfluss haben oder Entwicklungs- und Reifungsprozesse, sowie auch Erfahrungen oder Persönlichkeitsdispositionen, seien sie zeitlich gesehen eher stabil (Trait-Angst) oder variabel. Aber auch Umwelteinflüsse sind nicht wegzudenken, wenn es darum geht, die Präferenz eines gewissen Führungsstils zu erklären.

2.3 Leadership im Sport

In dieser Arbeit wird nicht der Einfluss der Trait-Angst auf die sportliche Leistungsfähigkeit untersucht, sondern das Auftreten und der Zusammenhang der Trait-Angst mit Autokratischem Führungsverhalten. Hierzu macht ein Trait-Ansatz klar mehr Sinn als ein State-Ansatz. Denn eine *generell* Trait ängstlichere Person wählt ein bestimmtes Führungsverhalten ihres Trainers konstanter als eine, die nur in *bestimmten Situationen* (State) ängstlich ist. Es steht im Zentrum des Interesses, dass die Wahl des Führungsverhaltens von der Ängstlichkeit und auch der Konstanz

der Ängstlichkeit des Athleten abhängt. Daher kommt es auch nicht speziell auf den Testzeitpunkt an. Bei einem State Ansatz würde die Wahl des Führungsverhaltens vom Testzeitpunkt abhängen und nicht wie gewollt von der Ängstlichkeit des Athleten selbst.

2.3.1 Multidimensionales Führungsmodell

Voraussetzungen Führungsverhalten Konsequenzen

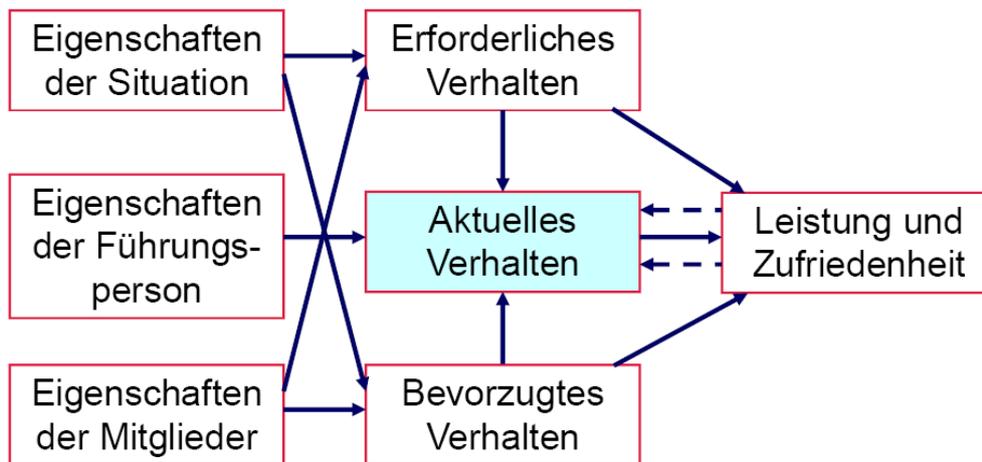


Abbildung 1: Multidimensionales Führungsmodell von Chelladurai und Saleh, 1978, S. 328-354.

Im multidimensionalen Führungsmodell von Chelladurai und Saleh (1978) spielen drei Dimensionen des Führungsverhaltens eine ausschlaggebende Rolle. Das Erforderliche Führungsverhalten, das von den Athleten bevorzugte Führungsverhalten und das aktuelle vom Trainer gezeigte Führungsverhalten. Beeinflusst werden diese Dimensionen von den situativen Bedingungen und den Eigenschaften der Athleten sowie des Trainers selbst. Diese drei Dimensionen des Führungsverhaltens haben eine nicht geringe Auswirkung auf die Zufriedenheit und die Leistung der Athleten.

Chelladurai et al. (1990) fanden zudem heraus, dass je weniger Autokratisches Führungsverhalten vom Trainer von den Athleten wahrgenommen wird, umso zufriedener seien sie.

2.3.2 Einfluss des Führungsverhaltens auf die Zufriedenheit der Athleten

„Die sportliche Leistung und die Zufriedenheit der Athleten und deren Leistungsentwicklung, als Output-Variablen, die durch das Trainerverhalten beeinflusst werden“, sind bei Smith et al. (1978) im Zentrum des Interesses. Das Forschungsteam untersuchte, wie Athleten ihre Trainer bewerteten und welches Führungsverhalten sich wie auf die Athleten auswirkte. Je mehr unterstützendes und instruktives Verhalten der Trainer an den Tag legt, umso höher die Bewertung der Trainer, und je mehr Bestrafungsverhalten gezeigt wird, umso schlechter fiel die Bewertung aus (Wottreng, 2004, S. 189-196).

2.3.3 Einfluss des Trainers auf die Wettkampfleistung des Athleten

Die International Shooting Sport Federation (ISSF) schreibt klar vor, wann während eines Wettkampfes betreut werden darf. zehn Minuten vor dem Wettkampfstart darf der Trainer zum Athleten in die Wettkampfzone, um ihm letzte Instruktionen zu geben oder Material zu bringen. Nach dem Kommando „Start“ ist es dem Trainer untersagt, in irgendeiner Weise direkt mit dem Schützen Kontakt aufzunehmen. Die beiden Möglichkeiten, die bleiben sind:

Der Athlet verlässt durch vorgängiges Abmelden bei der Wettkampfjury die Wettkampfzone.

Der Trainer kontaktiert ein Jurymitglied und verlangt, dass der Athlet aus der Wettkampfzone geholt wird.

Im Orientierungslauf findet die letzte Trainer-Athlet-Interaktion kurz vor Start des Wettkampfes statt. Anschliessend besteht bis zum Ziel für den Trainer keine Möglichkeit, in irgendeiner Weise Kontakt mit seinem Athleten aufzunehmen. An gewissen Wettkämpfen existieren sogenannte Überläufe, bei denen der Trainer kurz die Gelegenheit wahrnehmen kann, um die aktuelle Zeit mitzuteilen. Dies allerdings von der Zuschauerzone aus.

Bei beiden Sportarten ist der Athlet während eines Wettkampfes also ziemlich auf sich alleine gestellt. Nicht so wie im Handball, Fussball oder Eishockey. Hier hat der Trainer die dafür vorgesehene Zeit der Pausen, um Einfluss zu nehmen oder im Handball sogar das Time-Out.

3 Konkrete Fragestellung

In dieser Arbeit werden drei Hypothesen zur Trait-Angst und dem gewünschten Autokratischen Führungsverhalten von Trainern in den Sportarten Sportschiessen und Orientierungslauf untersucht, eine Unterschiedshypothese, eine Korrelationshypothese und eine Korrelationsunterschiedshypothese.

3.1 Unterschiedshypothese

Sportschiessen und Orientierungsläufen sind von aussen betrachtet zwei komplett verschiedene Sportarten. Während man beim Orientierungsläufen einer grossen körperlichen Belastung ausgesetzt ist und über eine gute aerobe sowie auch anaerobe Ausdauer verfügen muss, ist beim Sportschiessen die dynamische, körperliche Belastung eher gering. Eine gute Grundlagenausdauer bei einem Sportschützen kann leistungsfördernd sein. Die anaerobe Ausdauer hingegen wird im Sportschiessen nicht benötigt.

Die psychischen Anforderungen an das sportliche Schiessen und den Orientierungslauf sind im Grossen und Ganzen deckungsgleich.

Sportschützen sowie auch Orientierungsläufer bedienen sich psychologischer Trainingsformen, die einerseits auf die sportartspezifische Handlung, andererseits zur Kontrolle innerer psychischer Prozesse ausgerichtet sind. (Reinkemeier et al) (Dresel et al).

Die Konzentration wird also bei beiden Sportarten als erheblich leistungsbeeinflussend beurteilt. Dieser Gemeinsamkeit entspringt die Annahme, dass sich die beiden Sportarten auch im Bezug auf die Trait-Angst nicht unterscheiden.

Fragestellung: Sind Sportschützen im Durchschnitt gleich ängstlich wie Orientierungsläufer?

H0: Die Mittelwerte der Trait-Angst-Skala der Sportschützen und Orientierungsläufer unterscheiden sich.

H1: Die Mittelwerte der Trait-Angst-Skala der Sportschützen und Orientierungsläufer unterscheiden sich nicht.

3.2 Korrelationshypothese

Menschen unterscheiden sich neben den äusserlichen Aspekten auch grundlegend in ihrer Persönlichkeitsdisposition. Ein Trainer einer Mannschaft ist immer Führungsperson eines bunten Konglomerats an Athleten mit inter-individuellen Stärken und Schwächen. Er muss beispielsweise mit Athleten unterschiedlichster Ausprägung von Angst als Persönlichkeitseigenschaft umgehen. Es stellt sich die Frage, ob die Idealvorstellung des Führungsverhaltens eines Trainers mit der Ängstlichkeit eines Athleten zusammenhängt und ob ängstlichere Athleten eine eher linientreue, strikte, autokratische Führung ihres Trainers vorziehen. Bisherige Studien von Chelladurai et al, 1988 und Dwyer & Fischer, 1990 konnten aufzeigen, dass Athleten sich als zufriedener einstufen, je weniger der Trainer Autokratisches Führungsverhalten an den Tag legt.

Kann man daraus schliessen, dass ängstlichere Athleten einen weniger autokratischen Trainer wünschen? Bei der Formulierung der Hypothese muss darauf geachtet werden, dass beim STAI-Fragebogen der Wert 1 „nie“ bedeutet, im LSS-Fragebogen hingegen „immer“.

Fragestellung: Hängt die Ängstlichkeit der Athleten mit der Wahl des Autokratischen Führungsstils ihres Trainers zusammen?

H0: Der Mittelwert der Trait-Angst-Skala und der Mittelwert des gewünschten Autokratischen Führungsverhaltens des Trainers weisen keine oder eine positive Korrelation auf.

H1: Der Mittelwert der Trait-Angst-Skala korreliert negativ mit dem Mittelwert des gewünschten autokratischen Führungsverhalten des Trainers.

3.3 Korrelationsunterschiedshypothese

Die Konzentration ist beim Orientierungslauf als Ausdauersportart und beim Sportschiessen als statische Sportart mit nur wenig Dynamik, eine der grössten, leistungsbeeinflussenden Faktoren.

Bei beiden Sportarten hat der Trainer relativ geringen Einfluss auf das Wettkampfgeschehen.

Sportschützen sind wie auch Orientierungsläufer Individualisten. Ein Trainer hat es also ziemlich schwer Einfluss auszuüben, wenn er nicht die nötigen Schlüsselkompetenzen aufzuweisen vermag. Vertrauen, Sympathie, fachliche Kompetenz, Kommunikationsfähigkeit sind nur wenige Eigenschaften für eine erfolgreiche Trainer-Athlet-Beziehung. (Dresel 2008; Gonsierowski 1998)

Nun stellt man sich zu Recht die Frage, ob hier Platz für Autokratisches Führungsverhalten vorhanden ist und ob sich die beiden Sportarten hinsichtlich des Zusammenhangs von gewünschtem Autokratischem Führungsverhalten des Trainers und der Trait-Angst unterscheiden.

Fragestellung: Ist der Zusammenhang zwischen dem gewünschten Autokratischen Führungsverhalten des Trainers und der Ängstlichkeit bei Sportschützen und Orientierungsläufern unterschiedlich?

H0: Die Korrelation zwischen den Mittelwerten für gewünschtes Autokratisches Führungsverhalten des Trainers und den Mittelwerten für Trait-Angst ist bei Sportschützen und Orientierungsläufern verschieden.

H1: Die Korrelation zwischen den Mittelwerten für gewünschtes Autokratisches Führungsverhalten des Trainers und den Mittelwerten für Trait-Angst ist bei Sportschützen und Orientierungsläufern gleich.

4 Methodik

4.1 Untersuchungsverfahren / -instrumente

Es wurde eine schriftliche Befragung mittels zweier Standardfragebogen durchgeführt. Dabei handelt es sich um den Fragenbogen zum State-Trait-Angst-Inventar (STAI) von Laux, Glanzmann, Schaffner und Spielberger (1970) und den Leadership Scale for Sports (LSS) von Chelladurai und Saleh (1980).

Der STAI-Fragebogen evaluiert einerseits die Angst als State und andererseits die Angst als Trait mit je 20 Items an einer Likert-Skala von 1 (fast nie) bis 4 (fast immer). States sind relativ instabile und kurzweilige Verhaltensausrprägungen, die durch die Persnlichkeit, die Umwelt und der Interaktion zwischen Person und Umwelt erklrt werden.

Der Leadership Scale for Sports (LSS) von Chelladurai und Saleh (1980) unterscheidet zwischen fnf Arten des Fhrungsverhaltens des Trainers: Trainings- und Instruktionsverhalten, demokratisches Verhalten, autokratisches Verhalten, soziale Untersttzung und positives Feedback. Auch dieser Fragebogen basiert auf Likert-Skalen. Sie reichen von 1 (immer) bis 5 (nie). Fr jede Subskala wurde die Skalen-Reliabilitt berechnet. Die Werte reichen von 0.66-0.93 und knnen als zufriedenstellend bezeichnet werden. Lediglich die Skala Autokratisches Fhrungsverhalten zeigt einen etwas tieferen Reliabilittswert (0.45). Auch die Retest-Reliabilitt wurde bestimmt. Die Werte liegen zwischen 0.71 und 0.82. Die ersten zwei Untersuchungsgruppen, Sportstudenten und andere Athleten aus verschiedenen Sportarten fllten den Fragebogen zum gewnschten Fhrungsverhalten aus. Die Athletengruppe komplettierte darber hinaus den tatschlich wahrgenommenen Fhrungsverhaltens-Fragebogen. Die Subskalenstruktur war bei allen drei Analysen sehr hnlich. Man konnte zwischen 5 Subskalen unterscheiden, und bei allen drei war die Anzahl Items jeder Subskala gleich. Demzufolge konnte man annehmen, dass die Subskalenstruktur stabil und die faktorielle Validitt zufriedenstellend ist (Chelladurai und Saleh, 1980).

4.2 Untersuchungsgruppen / -teilnehmer

4.2.1 Sportschtzen

Beim aktuellen Schweizer Nationalkader der Sportschtzen wurden 20 Athleten befragt, davon 6 Frauen und 14 Manner. Die jngste Athletin ist 14 jhrig und der

Älteste 47 jährig. Das Durchschnittsalter der Sportschützen beträgt 25.25 Jahre mit einer Standardabweichung von 8.39. Alle Athleten haben bereits internationale Erfahrungen gesammelt.

4.2.2 Orientierungsläufer

Bei den Orientierungsläufern, die zum Teil aus dem Nationalkader sind, oder sonst bereits internationale Erfahrungen gesammelt haben, sind 20 befragt worden. Ihr Durchschnittsalter beträgt 24.05 mit einer Standardabweichung von 4.39. Gesamthaft wurden 19 Männer und 1 Frau befragt. Der jüngste Athlet ist 20 Jahre alt und der älteste 37.

4.3 Untersuchungsplan / -design

Es handelt sich bei dieser Untersuchung um ein vorexperimentelles Design mit zwei voll standardisierten Fragebögen mit Likert-Skalen.

Leadership for Sports (LSS) von Chelladurai und Saleh (1980)

State-Trait-Angst-Inventar (STAI). von Laux et al. (1970)

4.4 Untersuchungsdurchführung

Sportschützen: Die Fragebogen wurden von Dino Tartaruga an Wolfram Waibel, Trainer der Nationalmannschaft Gewehr, geschickt, welcher diese den Athleten verteilte und ausgefüllt zurücksandte.

Orientierungslauf: Janik Niethammer verteilte die Fragebogen seinen Trainingspartnern mit internationaler Erfahrung, welche diese ausfüllten und ihm zurückgaben.

Am 19.März 2009 waren die Befragungen in beiden Sportarten abgeschlossen. Für die Beantwortung der Fragebogen wurden von den Untersuchungsleitern keine Instruktionen gegeben.

4.5 Untersuchungsauswertung

Für jede Hypothese musste ein anderer statistischer Test angewendet werden. Die Berechnungen wurden mittels SPSS vorgenommen. Bei der ersten Hypothese wurde mit dem t-Test gearbeitet. Um die Unterschiedshypothese zu prüfen, mussten erst die Mittelwerte des Trait-Angst Fragebogens der Sportschützen und diejenigen der Orientierungsläufer miteinander verglichen werden.

Bei Hypothese Nummer zwei, der Zusammenhangshypothese, wurde mit dem Korrelationstest gearbeitet. Hier galt es, den Zusammenhang zwischen der Wahl des Autokratischen Führungsstils und der Trait-Angst zu untersuchen.

Für die Korrelationsunterschiedshypothese wurde der Fisher's z-Test verwendet. Mit dem Programm SPSS wurden in einem ersten Schritt die Korrelationen zwischen Autokratischem Führungsverhalten und Trait-Angst, isoliert für beide Sportarten, berechnet. Für die isolierte Betrachtung musste eine Datenfilterung vorgenommen werden. Mit den beiden sportartspezifischen Korrelationswerten und mit Hilfe einer speziellen Fisher's-Z-Werte-Tabelle“ wurde anschliessend ohne SPSS der z-Wert berechnet. Dieser gab Auskunft über die Signifikanz des Unterschieds zwischen den beiden Korrelationen.

5 Darstellung und Interpretation der Ergebnisse

5.1 Deskriptive Statistik

Um eine Übersicht über die Untersuchungsgruppen sowie über die verschiedenen Ergebnisse der ausgefüllten Fragebögen zu bieten, werden im Folgenden verschiedene Tabellen und Grafiken abgebildet, kommentiert und interpretiert.

Klarheit über alle Subskalen des Führungsstils liefert Tabelle 1. Sie zeigt von allen Subskalen die jeweils ermittelten Minimal-, Maximal- und Mittelwerte, sowie die Standardabweichungen. Bei der Interpretation ist zu beachten, dass der STAI-Fragebogen von 1 (fast nie) bis 4 (fast immer) reicht und die Werte des LSS-Fragebogens von 1 (immer) bis 5 (nie) reichen. Sie sind also auch noch verkehrt.

Mit 20 Sportschützen der Nationalmannschaft und 20 Orientierungsläufern desselben Niveaus wurde der Fragebogen von allen Teilnehmern korrekt ausgefüllt.

Tabelle 7: Deskriptive Statistiken der Ängstlichkeit- und Führungsverhaltensskalen

	N	Minimum	Maximum	Mittelwert	SD
LSS					
Trainings- und Instruktionsverhalten	40	1.31	2.77	2.21	0.32
Demokratisches Verhalten	40	1.57	3.33	2.49	0.43
Autokratisches Verhalten	40	2.00	4.80	3.62	0.61
Soziale Unterstützung	40	2.00	4.38	2.79	0.47
Positives Feedback	40	1.00	3.60	2.19	0.53
STAI					
Trait –Angst	40	21.00	43	29.70	4.60

Es handelt sich bei den beiden Untersuchungsgruppen um relativ junge Athleten. Aus dem Durchschnittsalter der Sportschützen (25,25) und dem der Orientierungsläufer (24,05) resultiert ein Durchschnittsalter von 24,65 wobei die jüngste Untersuchungsteilnehmerin 14 jährig und der älteste 47 ist. Siehe untenstehende Abbildung 1 zur Altersverteilung der beiden Sportarten.

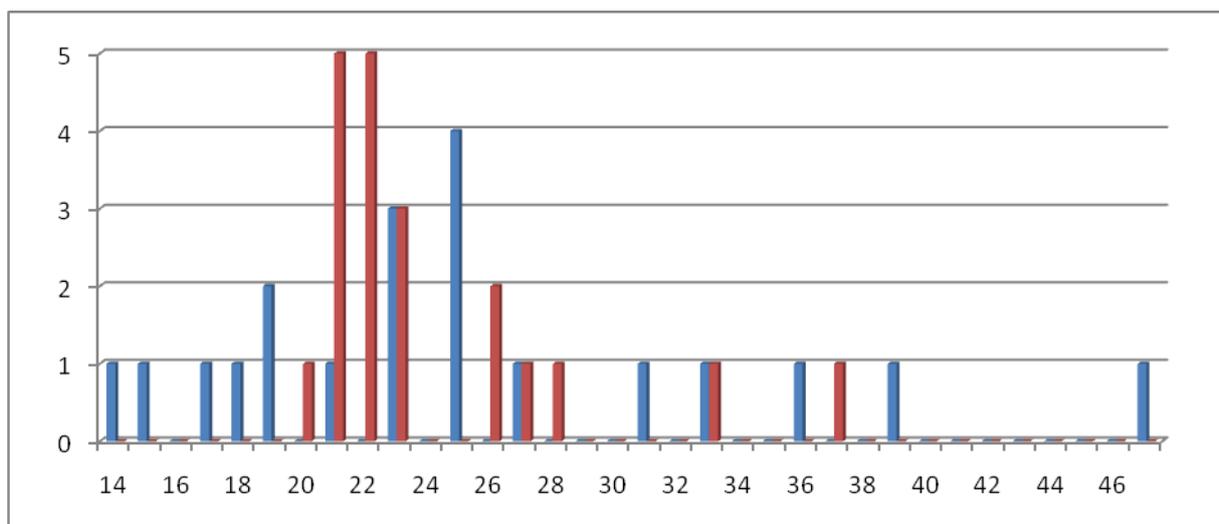


Abbildung 2 Altersverteilung beider Sportarten

Wie unschwer zu erkennen ist, beträgt die Standardabweichung der Sportschützen (8.39) mehr als diejenige der Orientierungsläufer (4.39).

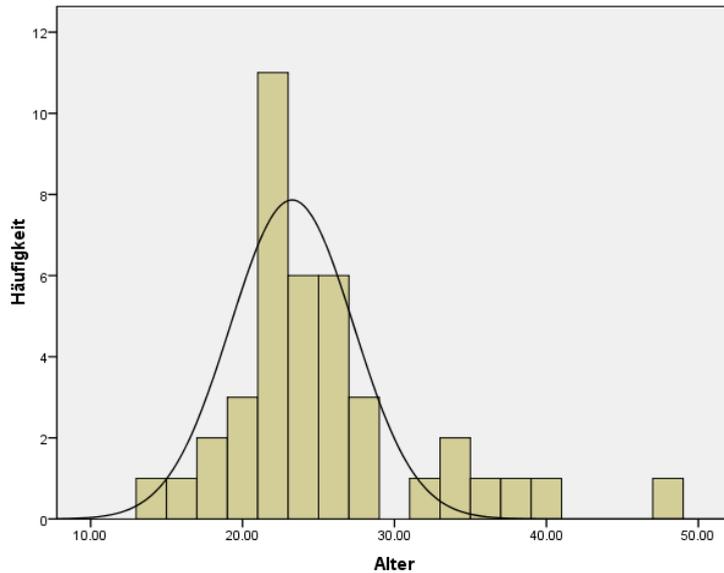


Abbildung 3: Altersverteilung von Sportschützen und Orientierungsläufern mit Normalverteilungskurve

5.2 Unterschiedshypothese

H0: Die Mittelwerte der Trait-Angst-Skala der Sportschützen und Orientierungsläufer unterscheiden sich.

H1: Die Mittelwerte der Trait-Angst-Skala der Sportschützen und Orientierungsläufer unterscheiden sich nicht.

Tabelle 8: Trait-Angst nach Sportart

	n	Mittelwert	SD
Orientierungslauf	20	29.60	2.91
Sportschiessen	20	29.80	5.92

Die Mittelwerte der Trait-Angst-Skala unterscheiden sich kaum. Mit dem nachstehenden t-Test wird untersucht ob die Mittelwerte nur aus Zufall praktisch gleich sind.

Tabelle 9: Levene-Test der Varianzgleichheit und t-Test für die Mittelwertgleichheit für Trait-Angst

	Levene-Test der Varianzgleichheit		T-Test für die Mittelwertgleichheit		
	F	Signifikanz	T	df	Sig. (2-seitig)
Varianzen sind nicht gleich	8.272	0.007	-0.136	27.679	0.893

Der Levene-Test fällt signifikant aus, was bedeutet, dass die Varianzen nicht gleich sind. Bei der zweiseitigen Signifikanz des t-Tests ist der Wert 0.893 grösser als 0.05 was wiederum bedeutet, dass die Mittelwerte der Ängstlichkeit der beiden Sportarten nicht signifikant unterschiedlich beziehungsweise nicht signifikant gleich sind und der t-Test nicht signifikant ist. Es kann also keine sichere Aussage über eventuelle unterschiedliche oder gleiche Ausprägung der Angst als Eigenschaft gemacht werden, die beide Sportarten betreffen. Aus diesem Grund wird hier auf weitere Ausführungen verzichtet.

Die 0-Hypothese kann nicht falsifiziert werden und bleibt weiterhin bestehen. Es wird nicht angenommen, dass sich Sportschützen und Orientierungsläufer bezüglich der Trait-Angst unterscheiden.

5.3 Korrelationshypothese

H0: Der Mittelwert der Trait-Angst-Skala und der Mittelwert des gewünschten Autokratischen Führungsverhaltens des Trainers weisen keine oder eine positive Korrelation auf.

H1: Der Mittelwert der Trait-Angst-Skala korreliert negativ mit dem Mittelwert des gewünschten Autokratischen Führungsverhaltens des Trainers.

Tabelle 10: Korrelation zwischen Autokratischem Führungsverhalten und Trait-Angst

	Autokratisches Führungsverhalten	
Trait-Angst	Korrelation nach Pearson	0.115
	Signifikanz (1-Seitig)	0.240
	N	40

Erläuterung zur Korrelation nach Pearson:

bis .20 sehr geringe Korrelation

bis .50 geringe Korrelation

bis .70 mittlere Korrelation

bis .90 hohe Korrelation

über .90 sehr hohe Korrelation

Die Korrelation der beiden Skalen ist nicht signifikant und es besteht ein sehr geringer Zusammenhang. Die Hypothese wird dadurch nicht bestätigt. Man kann also nicht sagen, dass ängstlichere Athleten im Sportschiessen oder im Orientierungslauf generell einen Autokratischen Führungsstil wünschen. Aber ausschliessen kann man das auch nicht, da nicht nur ängstliche Athleten befragt wurden sondern auch nicht ängstliche, die das Resultat für diese Untersuchung verfälschen.
Korrelationsunterschiedshypothese

H0: Die Korrelation zwischen den Mittelwerten für gewünschtes Autokratisches Führungsverhalten des Trainers und den Mittelwerten für Trait-Angst ist bei Sportschützen und Orientierungsläufern verschieden.

H1: Die Korrelation zwischen den Mittelwerten für gewünschtes Autokratisches Führungsverhalten des Trainers und den Mittelwerten für Trait-Angst ist bei Sportschützen und Orientierungsläufern gleich.

Tabelle 11: Korrelation zwischen Autokratischem Führungsverhalten und Trait-Angst bei Orientierungsläufern

		Autokratisches Führungsverhalten
Trait-Angst	Korrelation nach Pearson	0.099
	Signifikanz (2-seitig)	0.677
	N	20

Tabelle 12: Korrelation zwischen Autokratischem Führungsverhalten und Trait-Angst bei Sportschützen

		Autokratisches Führungsverhalten
Trait-Angst	Korrelation nach Pearson	0.260
	Signifikanz (2-seitig)	0.269
	n	20

Der berechnete z-Wert ist ausschlaggebend für die Entscheidung, ob die Hypothese angenommen oder abgelehnt wird. Das geschieht anhand dem kritischen Wert $z_{0.05}$ (zweiseitig) = ± 1.96 . Falls $z > |z_{0.05}|$ ist, wird H_0 verworfen.

$$z = \frac{Z_1 - Z_2}{\sigma_{(z_1 - z_2)}} \quad \text{wobei} \quad \sigma_{(z_1 - z_2)} = \sqrt{\frac{1}{n_1 - 3} + \frac{1}{n_2 - 3}}$$

Die Werte für Z_1 und Z_2 werden in einer speziell dafür vorgesehenen Tabelle entnommen, welche die Korrelationswerte einem Wert z zuordnet.

$r_1 = 0.099$ entspricht dem gerundeten z-Wert $Z_1 = 0.1$

$r_2 = 0.260$ entspricht dem z-Wert $Z_2 = 0.266$

n_1 und n_2 sind die Anzahl der Teilnehmer der Untersuchungsgruppe 1 (Orientierungsläufer) und 2 (Sportschützen)

$$z = -0.483969$$

$0.483969 < 1.96 \rightarrow H_1$ wird verworfen und H_0 wird beibehalten.

Folglich kann man nicht auf die Gleichheit der Korrelationen zwischen Trait-Angst und Autokratischem Führungsverhalten in den beiden Sportarten schliessen. Die im Kapitel 3.3 erwähnten Vermutungen über die beiden „Individualsportarten“, dass sich Orientierungsläufer und Sportschützen durch eine sehr hohe eigene fachliche Kompetenz auszeichnen und somit kein Autokratischen Führungsstil wünschen, dürfen aber auch nicht einfach beiseite geschoben werden. Hinsichtlich des Zusammenhangs der Trait-Angst mit der Wahl des Autokratischen Führungsstils sind Ähnlichkeiten in dieser Untersuchung allerdings auf Zufall basierend.

6 Diskussion

6.1 Wissenschaftliche Gütekriterien.

Objektivität: Beide Verfasser dieser Arbeit sind in einem der beiden Sportarten verankert. Janik Niethammer ist Orientierungsläufer seit 1998 und J+S-Leiter Orientierungslauf. Dino Tartaruga ist aktiver Schütze seit 1998 und Trainer im Kantonalen Nachwuchskader Zürich, Konditionstrainer im Kantonalen Nachwuchskader Bern, und Konditionstrainer im Übergangskader des Schweizer Schiesssportverbandes mit dem J+S Expertenstatus. Um dem Kriterium Objektivität gerecht zu werden, bediente man sich der aufgelisteten Literatur. All die erwähnten Erkenntnisse oder sportartspezifischen Aussagen sind nicht bloss auf eigener Erfahrung basierend, sondern durch die Literatur gestützt. Die kontrollierte Subjektivität wurde eingehalten.

Reliabilität und Validität: Da bei dieser Arbeit voll standardisierte Fragebogen verwendet wurden, kann man davon ausgehen, dass die Fragebogen zuverlässig sind. Ob jedoch die Wahl der Führungsstile von der Trait-Angst abhängig ist, kann mit diesem Untersuchungsdesign bei so wenigen Athleten nicht gemessen werden, da wie schon erwähnt auch *nicht ängstliche* Athleten an der Befragung teilgenommen haben.

6.2 Ideen für weiterführende Studien

Um präzise Aussagen über das Auftreten und die Zusammenhänge von Trait-Angst und gewünschtem Führungsverhalten des Trainers zu machen, müssten vorexperimentell homogene Gruppen gebildet werden. Dadurch wird verhindert, dass die Gruppenkonstellation nicht Einfluss auf das Testergebnis hat. Als weiterführende Idee könnte man den Trait-Angst-Fragebogen alters- und geschlechtergetrennt ausfüllen lassen, um eine Kategorisierung vorzunehmen. In einer zweiten Phase würde dann der LSS Fragebogen ausgefüllt. So könnte man eher davon ausgehen, dass Trait-Angst etwas mit der Wahl des Führungsstils zu tun hat. Im Allgemeinen kann man davon ausgehen, dass viele verschiedene Faktoren die Wahl des Führungsverhaltens beeinflussen. Diese gilt es zu erkennen, zu gewichten und die für die Untersuchung nicht relevanten zu minimieren.

6.3 Anregungen

Um bestmögliche soziale Unterstützung durch den Trainer gewährleisten zu können, bedarf es bestimmten Kompetenzen im zwischenmenschlichen Bereich. Es stellt sich hier die Frage, ob diesen Qualifikationen bei der Trainerausbildung genügend Beachtung geschenkt wird. Dies gilt nicht nur für Trainer auf höchster Stufe, sondern auch im Breitensport. Erhöhte Sensibilität gegenüber den Athleten ist gerade auch im Jugendbereich und auf tieferem Leistungsniveau wichtig.

7 Danksagung

In dieser Arbeit konnte auf die Frage, ob es Zusammenhänge zwischen der Ängstlichkeit und der Wahl des autokratischen Führungsstils gibt, leider keine zufriedenstellende Aussage gemacht werden. Trotzdem danken die Verfasser den Athleten und den Trainern, die bei der Verteilung, der Ausfüllung und der Rücksendung der Fragebogen an dieser Arbeit einen wichtigen Beitrag geleistet haben.

Literaturverzeichnis

- Chelladurai, P. (1990). Leadership in sports: A review. *International Journal of Sport Psychology*, 21, 328-354.
- Chelladurai, P. & Saleh, S. D. (1980). Dimensions of leaderbehavior in sports: development of a leadership scale. *Journal of Sport Psychology*, 2, 34-45
- Dresel, U., Helge Fach, H., Seiler, R. (2008). *Orientierungslauf- Training*. Meyer & Meyer Verlag
- Gonsierowski, M. (1998) *Trainingshilfen für das Gewehrschiessen*. F.C. Mayer Verlag München
- Krohne, H. W. (1996). *Angst und Angstbewältigung*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Laux, L., Glanzmann, P., Schaffner, P. & Spielberger, C. D. (1970) *Das State-Trait-Angstinventar. Theoretische Grundlagen und Handanweisung*. Weinheim: Beltz Test GmbH.
- Lazarus, R. S. & Launier, R. (1978). Stress-related transactions between persons and environment. In L. A. Pervin & M. Lewis (Eds.), *Perspectives in interactional psychology* (pp. 287-327) New York: Plenum.
- Martens, R., Vealey, R.S., Burton, D. (1990) *Competitive Anxiety in Sport*. Kuman Kinetics Publishers, Inc.
- Reinkemeier, H., Bühlmann, G. (2005) *Die Psyche des Schusses: ein Lehr und Übungsbuch zur Psychologie des Wettkampfes im Sportschiessen, beim Golfspiel, in verwandten Disziplinen und im Alltag*. Dortmund: MEC High Tech Shooting Equipment
- Reinkemeier, H., Bühlmann, G., Eckhardt, M., Kulla,C., Linn, U. (2004) *Luftgewehr Schiessen*. Verlag MEC Dortmund
- Singer, R. (2000). Sport und Persönlichkeit. In H. Gabler, J. Nitsch & R. Singer (Hrsg.), *Einführung in die Sportpsychologie* (S. 289-336). Schorndorf: Hofmann.
- Smith, R. E., Smoll, F. L., Curtis, B. & Hunt, E. (1978), Toward a mediational model of coach-player relationship. *The Research Quarterly*. 2, 528-541.
- Steiger, R. & Zwygart, U. (1994). *Militärpädagogik. Ein Leitfaden für militärische Ausbilder und Führer*. Frauenfeld: Huber.
- Tietjens, M., Strauss, B. (2006). *Handbuch Sportpsychologie*. Schorndorf: Hofmann-Verlag

Wottreng, S. (2004) *Handbuch Handlungskompetenz. Einführung in die Selbst-, Sozial- und Methodenkompetenz*. (5., überarb. und erw. Aufl.). Aarau: Bildung Sauerländer.

Erklärung

Wir erklären hiermit, dass wir diese Arbeit selbständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Quellen benutzt haben. Alle Stellen, die wörtlich oder sinngemäss aus Quellen entnommen wurden, haben wir als solche gekennzeichnet.

Janik Niethammer _____

Dino Tartaruga _____