



Titel:

Zur Stabilität von Motiv- und Zielprofilen im Freizeit- und Gesundheitssport

Autoren: Schmid J¹, Sudeck G² & Conzelmann A¹

¹Institut für Sportwissenschaft, Universität Bern, Schweiz

²Institut für Sportwissenschaft, Universität Tübingen, Deutschland

Abstract:

Einleitung:

Massnahmen der Sportförderung werden selten systematisch auf sportbezogene Motive und Ziele ausgerichtet, obwohl sie für das Wohlbefinden und die Aufrechterhaltung des Gesundheitsverhaltens bedeutsam sind. Sudeck, Lehnert und Conzelmann (2011) haben typische Motiv- und Zielprofile im Freizeit- und Gesundheitssport identifiziert. Diese „motivbasierten Sporttypen“ bieten eine Möglichkeit, Menschen im mittleren Erwachsenenalter anhand ihrer Beweggründe zum Sporttreiben zu segmentieren und Fördermassnahmen darauf abzustimmen. Motive werden als zeitlich relativ überdauernde Dispositionen angesehen (Lehnert, Sudeck & Conzelmann, 2011). Empirische Nachweise für die längerfristige Stabilität von Motiv- und Zielprofilen im Freizeit- und Gesundheitssport fehlen allerdings bislang. Daher wird im vorliegenden Beitrag die zeitliche Stabilität von Motiv- und Zielprofilen über 15 Monate analysiert.

Methoden:

Die Basisstichprobe besteht aus 228 Hochschulangestellten ($M_{\text{Alter}} = 48.1$ Jahre, $SD_{\text{Alter}} = 8.1$ Jahre, 61% Frauen), welche im Rahmen des Projekts „Welcher Sport für wen?“ im Mai 2008 (T_1) an einem Sport-Check teilnahmen (Sudeck et al., 2011). Am Sport-Check wurden die sportbezogenen Motive und Ziele mit dem Berner Motiv- und Zielinventar (Lehnert, Sudeck & Conzelmann, 2011) schriftlich erfragt. Bei 100 Personen ($M_{\text{Alter}} = 46.8$ Jahre, $SD_{\text{Alter}} = 7.6$ Jahre, 62% Frauen) konnte das Merkmal im September 2009 (T_2) erneut mittels Onlinefragebogen erhoben werden. Die Daten dieser Teilstichprobe wurden mit der LICUR-Methode (Bergman, Magnusson & El-Khoury, 2003) ausgewertet. Zunächst wurden zu beiden Messzeitpunkten typische Motiv- und Zielprofile clusteranalytisch bestimmt. Darauf aufbauend wurde analysiert, inwieweit sich die Cluster von T_1 und T_2 ähneln (strukturelle Stabilität) und welche Entwicklungswege zwischen den gefundenen Clustern überzufällig häufig begangenen werden (individuelle Stabilität).

Resultate und Diskussion:

Zu T_1 konnten neun typische Motiv- und Zielprofile identifiziert werden. Diese entsprechen mehrheitlich den motivbasierten Sporttypen von Sudeck et al. (2011). Zu T_2 wurden wiederum neun charakteristische Motiv- und Zielprofile ermittelt. Die Clusterlösungen der beiden Messzeitpunkte weisen eine grosse Ähnlichkeit auf. Die signifikanten Entwicklungswege zwischen T_1 und T_2 verdeutlichen, dass die Mitglieder eines Clusters überzufällig häufig zu einem Clusterpartner – d. h. einem Typen mit sehr ähnlichen Clusterzentroiden – übertreten. Die Ergebnisse sprechen insgesamt für eine hohe strukturelle und individuelle Stabilität von Motiv- und Zielprofilen im mittleren Erwachsenenalter. Eine Abstimmung von mehrwöchigen Sportangeboten und -beratungen auf die individuellen Motive und Ziele scheint aufgrund ihres zeitlich überdauernden Charakters folglich lohnenswert.

Literatur:

- Bergman, L. R., Magnusson, D. & El-Khoury, B. M. (2003). *Studying individual development in an inter-individual context. A person-oriented approach*. Mahwah, N. J.: Erlbaum.
- Lehnert, K., Sudeck, G. & Conzelmann, A. (2011). BMZI – Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport. *Diagnostica*, 57(3), 146-159.
- Sudeck, G., Lehnert, K. & Conzelmann, A. (2011). Motivbasierte Sporttypen. Auf dem Weg zur Personorientierung im zielgruppenspezifischen Freizeit- und Gesundheitssport. *Zeitschrift für Sportpsychologie*, 18(1), 1-17.