

# Selbstbild und Selbstdarstellung von Sportlern

## *Einführungsreferat zum Arbeitskreis 5*

*Hans Dieter Mummendey*

Die besondere Bedeutung, die Selbstbilder oder Selbstkonzepte für das Verhalten von Individuen in sozialen Situationen und Leistungssituationen besitzen, bedarf angesichts der Fülle hierzu geleisteter Forschungsarbeit keiner besonderen Betonung mehr (vgl. z.B. die Beiträge in Suls, 1982, sowie Suls & Greenwald, 1983, 1986, oder im deutschen Sprachgebiet bereits die Beiträge in Filipp, 1979).

Gewiss trifft diese Aussage auch für die Analyse, Erklärung und Vorhersage des Verhaltens von Sportlern und Sportlerinnen zu, vollzieht sich Sport doch sowohl in Leistungs- als auch in sozialen Situationen. Insofern besonders Spitzensportler öffentlich und gleichsam auf einer Bühne handeln, erscheint es sinnvoll, ihr Verhalten unter Rekurs auf ihre *Selbstbilder*, die mit diesen in Wechselbeziehung befindlichen *Fremdbilder* und ihre nach aussen, dem Publikum gegenüber präsentierten *Selbstbilder*, also ihre *Selbstdarstellung* zu betrachten.

## **1. Untersuchungen zum Selbstbild von Sportlern und Sportlerinnen**

Eine bereits umfangreiche Zahl von empirischen Untersuchungen zum Selbstkonzept von Sporttreibenden zeigt in ihrer grossen Mehrzahl Selbstkonzeptverbesserungen, also erhöhte durchschnittliche Selbstkonzeptmasse nach kürzerem oder längerem Sporttreiben beziehungsweise im Anschluss an Sportprogramme an. In solchen Untersuchungen zum Selbstbild oder Selbstkonzept von Sportlern werden Selbstkonzepte gewöhnlich durch Selbstkonzeptskalen, zumeist in Fragebogen- oder Rating-Form, erfasst, wobei man sich in den meisten Fällen damit begnügt, die evaluative, selbstbewertende Komponente der Einstellung zur eigenen Person in Form der Selbstwert-schätzung, also des Self-Esteem zu erfassen (vgl. Mummendey, 1979).

Für *Breitensportler* ebenso wie für *Leistungs- und Spitzensportler* zeigen sich also allenthalben Selbstwertsteigerungen durch Sport, und dies gilt sowohl für *Sportler* als auch für *Sportlerinnen*. Trotz einer Vielzahl von notwendigen Spezifizierungen und nachweisbaren Ausnahmen lässt sich diese Feststellung im groben Überblick für die grosse Mehrzahl der veröffentlichten Studien treffen (die z.B. von Folkins & Sime, 1981, gegebene Übersicht lässt sich bis 1991 durch viele Einzelarbeiten ergänzen; Literaturübersichten können ggfs. beim Verf. angefordert werden).

Allerdings sind die meisten empirischen Untersuchungen dieser Art naiv angelegt und befinden sich auf sehr niedrigem methodologischem Niveau. Man begnügt sich zumeist damit, schlicht Selbstkonzeptmasse z.B. von Sportlern und Nichtsportlern, von Breitensportlern und Spitzensportlern, von Sportlern und Sportlerinnen miteinander zu vergleichen. Auch belässt man es meistens dabei, Selbsteinschätzungsdaten vor und nach dem Sporttreiben miteinander zu vergleichen. Alles dies geschieht ohne den notwendigen Aufwand für sorgfältige, komplexe Versuchsgruppen-Kontrollgruppen-Pläne und für Längsschnittdesigns, die Ursache-Wirkungs-Aussagen zulassen, zu treiben. Es kann auf diese Weise nicht nachgewiesen werden, dass Selbstwertverbesserungen tatsächlich auf Sport, und nicht zum Beispiel auf andere Aktivitäten oder auf „Aktivität überhaupt“ zurückzuführen sind. Es fehlt gewöhnlich an der Kontrolle beschönigender und sozial-erwünschter Antworttendenzen bei der Selbstbilderfassung.

## **2. Erkenntnisse über das Sportler-Selbstbild aus Untersuchungen zur sogenannten Sportlerpersönlichkeit**

Auch aus der umfangreichen Literatur zum Zusammenhang von Sporttreiben und Persönlichkeitsmerkmalen lassen sich nicht nur indirekt, sondern unmittelbar Erkenntnisse über die Selbstbilder von Sportlern und Sportlerinnen gewinnen. Denn fast alle Persönlichkeitsmessungen, die hier herangezogen werden, sind zugleich Selbstkonzeptmessungen, da sie aus testökonomischen Gründen über Selbsteinschätzungen mit Persönlichkeitsfragebogen und Ratingskalen erhoben werden.

Überblicke über die einschlägige Forschungsliteratur (z.B. Martens, 1975; Singer & Haase, 1975; Sack, 1982) zeigen insgesamt nur schwache, aber in der Tendenz eher „positive“ Sportler-Selbstbilder, vor allem in Richtung auf leicht erhöhte Extraversion (beispielsweise verbesserte soziale Kontaktfähigkeit) und psychische Stabilität (verringerte Störbarkeit oder Neurotizismustendenz).

Die mittlerweile stark angewachsene Literatur zur Persönlichkeit von *Sportlerinnen* bietet, global betrachtet, ein ähnliches Bild. Sie lässt insbesondere erkennen, dass sich die selbsteingeschätzten Persönlichkeitszüge von Sportlerinnen oft in Übereinstimmung mit weiblichen, je nach Sportart gelegentlich auch mit männlichen Rollenerwartungen befinden (z.B. Bierhoff-Alfermann, 1986; Literaturübersichten können ggfs. beim Verf. angefordert werden).

Obgleich hier nicht im Zentrum der Betrachtung stehend, soll doch der Hinweis nicht versäumt werden, *dass der empirisch zu sichernde Zusammenhang zwischen Sporttreiben und Persönlichkeitsmerkmalen insgesamt als recht gering zu veranschlagen ist* (vgl. Sportwissenschaft, 1984). Dementsprechend lassen sich auch Aussagen über möglicherweise spezifische Selbstbilder von Spitzensportlern aufgrund dieser Forschungstradition allenfalls in Form von „Tendenzen“ formulieren.

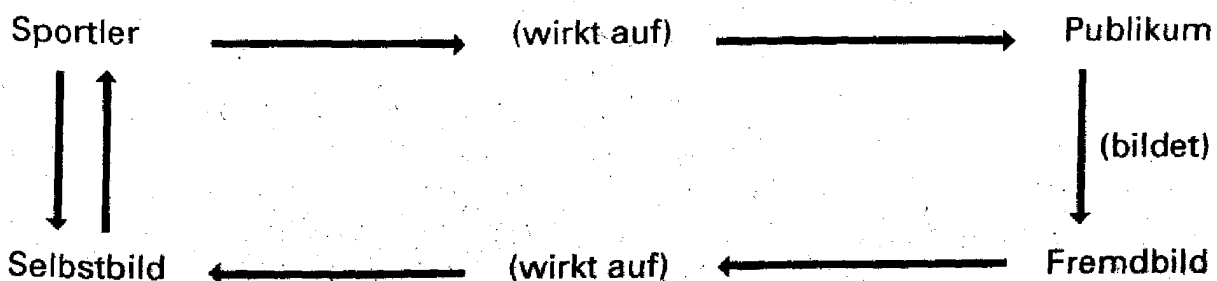
### 3. Selbstbild und Fremdbild: Die Selbstdarstellung von Spitzensportlern

Sowohl theoretische als auch methodologische Überlegungen, insbesondere aus der Sicht der *Impression-Management-Theorie* und der *Social-Desirability-Forschung*, lassen den Schluss zu, dass die berichteten Befunde zur selbstbildverbessernden Wirkung des Sports, vor allem bei Spitzensportlern, teilweise Ergebnisse der *Selbstdarstellung* der Sportler sind. Es gibt empirische Hinweise darauf, dass die geäußerten Selbstbilder dieser Sportler zu einem nicht geringen, im einzelnen erforschungsbedürftigen Anteil auf einer selbstwertdienlichen Fremdbild-Selbstbild-Eindruckskontrolle beruhen.

Anschliessend an frühe Studien des Soziologen Goffman (1959) in verschiedenen Lebensbereichen wurde die enorme Bedeutung von Eindruckssteuerungen im Alltagsleben und insbesondere bei Personen, die im Licht der Öffentlichkeit stehen, mittlerweile vielfach experimentell-sozialpsychologisch untersucht (vgl. die Beiträge in Tedeschi, 1981). Es gibt keine Veranlassung, die Gültigkeit entsprechender Befunde nicht auch (oder gerade) für Sportler, insbesondere Hochleistungssportler, zu postulieren.

Spitzensportler nehmen, womöglich wegen ihrer besonderen Stellung in der Öffentlichkeit, stärker als andere Personen wahr und antizipieren, wie sie von anderen Menschen eingeschätzt werden (Fremdbild). Sie bilden und modifizieren ihr Selbstbild unter Berücksichtigung dieser tatsächlichen und antizipierten Beurteilungen durch andere. Dabei verhalten sie sich jedoch nicht etwa passiv und einseitig rezeptiv, sondern sie wirken an der Beeinflussung dieser sie selbst beeinflussenden Fremdbilder im Sinne einer Eindruckssteuerung oder Eindruckskontrolle mit:

Ein Spitzensportler oder eine Spitzensportlerin präsentiert sich dem Publikum gegenüber so, dass die anderen über ihn oder sie ganz bestimmte Urteile bilden, und diese werden wiederum als mehr oder weniger zutreffend ins Selbstbild des Sportlers oder der Sportlerin aufgenommen. Schematisch vergrößert lässt sich die Wechselbeziehung zwischen Selbst- und Fremdbild bei der Eindruckssteuerung so darstellen:



In einer Studie an 72 Leistungs- und Breitensportlern untersuchten Mummendey & Mielke (1989) deren Selbsteinschätzungen auf zehn Selbstbeurteilungsdimensionen (Allgemeine Selbstwertschätzung, sieben Teil-

aspekte des allgemeinen Selbstkonzepts, Extraversion, psychische Stabilität). Mehrere Sportarten (Fussball, Handball, Volleyball, Basketball, Leichtathletik, Schwimmen, Kraftsport, Radsport, Kampfsport) waren in dem Versuchsplan ausbalanciert, zur Hälfte waren es Mannschafts-, zur Hälfte Individualsportler. Das statistisch konservative Vorgehen, 36 Leistungssportler und 36 schwächere Sportler miteinander zu vergleichen, wurde dem populären, aber methodisch anfechtbaren Vorgehen, einfach Leistungssportler mit Nichtsportlern zu vergleichen, vorgezogen.

Je ein Drittel der Leistungs- und Breitensportler äusserte sein Selbstbild unter einer von drei Faktoren „Impression-Management“-Bedingungen:

- a) Die Sportler wurden privat, in einem nicht-sportbezogenen Kontext, ohne jeden Hinweis auf Sport und ihre Sportlereigenschaft aufgesucht und befragt;
- b) die Sportler wurden beim Training, im sportbezogenen Kontext, mit Hinweis auf ihre Sportlereigenschaften aufgesucht und befragt;
- c) die Sportler wurden wiederum im sportbezogenen Kontext untersucht, darüber hinaus aber gebeten, sich einmal bewusst als ideale Sportlerpersönlichkeit darzustellen.

Die 2 x 3 Varianzanalyse mit den Faktoren „Sportliches Leistungsniveau“ und „Impression-Management“ ergab einen gesicherten Wechselwirkungseffekt dieser beiden Faktoren auf das Selbstbild hinsichtlich der selbsteingeschätzten psychischen Stabilität, der allgemeinen Selbstwertschätzung (Self-Esteem), der Leistungsfähigkeit und der Toleranz. Bei Individualsportlern sind diese Effekte sehr viel stärker ausgeprägt als bei Mannschaftssportlern. Sie bestehen darin, dass sich die Leistungssportler dann, wenn sie explizit als Sportler auftreten, sich als wesentlich psychisch stabiler, leistungsfähiger und toleranter, insgesamt als wesentlich günstiger einschätzen als dann, wenn sie ihr Selbstbild privat und ohne Rekurs auf Sport abgeben. Ein weiteres Ergebnis dieser Untersuchung bestand darin, dass Mannschaftssportler in bezug auf Extraversion stärker Impression-Management betreiben als Individualsportler – sie äussern extravertiertere, sozial-kontaktfähigere Selbstbilder. Geringfügige Unterschiede selbsteingeschätzter Persönlichkeitsmerkmale unter der „Nicht-Sport“-Bedingung „vergrössern“ sich unter der „Sport“-Bedingung. Diese Studie belegt also, dass Leistungssportler Selbstbilder äussern, die das Ergebnis von Impression-Management-Prozessen sind, dass ihre Selbstbilder also von der *Selbstdarstellung gegenüber dem Publikum* mitgeprägt sind.

#### **4. Die Selbstdarstellung von Spitzensportlern in der Öffentlichkeit**

Um Aufschluss über einige Merkmale zu erhalten, die möglicherweise die Selbstdarstellung von Spitzensportlern in der Öffentlichkeit bestimmen, sammelten wir veröffentlichte Autobiographien von Spitzensportlern. Die Tatsache, dass an solchen Sportlerbüchern häufig sog. Ghostwriter mitarbeiten,

wurde als nicht störend angesehen, da es nicht darum gehen sollte, wie Spitzensportler „wirklich“ sind, sondern darum, welches Image sie der breiten Öffentlichkeit gegenüber äussern oder anbieten. Es wurden 110 Autobiographien ausgewertet.

Die Methode der Untersuchung bestand darin, alle *selbstbezogenen sprachlichen Äusserungen* der Spitzensportler, die sich auf die eigene Persönlichkeit (im allgemeinen, nicht im rein sportlichen Sinne) beziehen, in Eigenschaftsform zu fassen und von unabhängigen Beurteilern auf ihre Nähe zu den Eysenck'schen Persönlichkeitsdimensionen Extraversion (soziale Kontaktfähigkeit), Neurotizismus (psychische Stabilität) und Psychotizismus (Risikobereitschaft, Aggressivität) einschätzen zu lassen. Die Brauchbarkeit dieser empirischen Methode liess sich beispielsweise dadurch belegen, dass die autobiographischen Beiträge von Spitzensportlern, die in einem weltanschaulich geprägten Sammelband erschienen, der Werte wie Willenskraft, Disziplin, Geduld, Ausdauer etc. propagiert, tatsächlich signifikant erhöhte Indikatoren für psychische Stabilität und signifikant verringerte Werte für Risikobereitschaft/Aggressivität aufweisen.

Es ergab sich zunächst, dass bei Spitzensportlern die Norm gilt, mit nicht direkt sportbezogenen Selbstbildäusserungen sparsam umzugehen. Abweichungen von dieser Norm, wenig über sich selbst auszusagen, gibt es eher in Sportlerautobiographien aus neuerer Zeit; ferner eher bei Sportlerinnen als bei Sportlern, bei Leichtathleten stärker als bei allen anderen Sportarten, und eher bei „Ausdauersportlern“ (Langstreckenläufern, Zehnkämpfern, Schwimmern) als bei „Konzentrationssportlern“ (Turnern, Sprintern, Werfern, Abfahrtsläufern).

Insgesamt präsentieren sich Spitzensportler eher als angepasst oder psychisch stabil. Eindeutige Selbstdarstellungen als extravertiert oder kontaktfreudig dominieren nur in älteren Autobiographien (nach unserer Kategorisierung in der Zeit bis 1955); späterhin (nach 1966) ergibt sich eine stärkere Tendenz, sich auch als introvertiert zu beschreiben.

Betrachtet man unterschiedliche Sportarten, so beschäftigen sich „Risikosportler“ und „Zweikampfsportler“, insbesondere Boxer und Motorsportler häufiger als andere Sportler mit Persönlichkeitsmerkmalen aus dem Bereich „Risikobereitschaft, Aggressivität“, ohne sich hier jedoch diese Merkmale selbst überdurchschnittlich stark zuzuschreiben. Was die direkte Zuschreibung von Persönlichkeitseigenschaften betrifft, so kann als gesichert gelten, dass „Ausdauersportler“ sich im Vergleich zu allen anderen Kategorien als besonders „psychisch stabil“ präsentieren.

Geschlechtsunterschiede erwiesen sich in dieser Untersuchung als insgesamt nicht sehr ausgeprägt. Gesichert werden konnte, dass Sportlerinnen sich eher mit Persönlichkeitsmerkmalen aus dem Bereich „Extraversion“ beschäftigen und dass sie sich insgesamt solche Merkmale auch eher zuschreiben als dies bei Sportlern der Fall ist.

Schliesslich sei noch erwähnt, dass es in der hier berichteten Untersuchung nicht möglich war, irgendwelchen hier unterschiedenen Gruppen von Spitzensportlern, seien sie beispielsweise nach Sportart oder nach Geschlecht klassifiziert, irgendwelche eindeutigen, gemeinsamen „Selbstbildmuster“ oder Cluster von auf mehreren Dimensionen beruhenden, nach aussen dargestellten persönlichen Merkmalen in statistisch sicherbarer Weise zuzuordnen – es traten einzelne Selbstdarstellungs-Charakteristika, nicht aber ganze „Syndrome“ zutage.

Die im Zusammenhang mit dem Magglinger Symposium vielleicht besonders interessierende Frage, inwiefern die über eine Wechselbeziehung von Selbstbild und Fremdbild vermittelte Selbstdarstellung des Spitzensportlers in der Öffentlichkeit womöglich ein Medienprodukt darstellt, in welchem konkreten Ausmass und in welcher Weise also die Öffentlichkeit in Gestalt von Massenmedien und ihren Instanzen die Selbstpräsentationen der Spitzensportler beeinflusst und mit ihnen in Interaktion tritt, lässt sich aufgrund von Untersuchungen wie den hier berichteten nicht hinreichend beantworten. Diese Frage entzieht sich vermutlich wegen ihrer Komplexität einer umfassenden Beantwortung durch konkrete empirische Forschungsarbeit.

## Literatur

- Bierhoff-Alfermann, D. (1986). Sportpsychologie. Stuttgart: Kohlhammer.
- Filipp, S.-H. (Hrsg.) (1979). Selbstkonzept-Forschung. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Folkins, C. H. & Sime, W. E. (1981). Physical fitness training and mental health. *American Psychologist*, 4, 373-389.
- Goffman, E. (1959). The presentation of self in everyday life. Garden City, NY: Doubleday.
- Martens, R. (1975). The paradigmatic crisis in American sport personology. *Sportwissenschaft*, 5, 9-24.
- Mummendey, H. D. (1979). Methoden und Probleme der Messung von Selbstkonzepten. In S.-H. Philipp (Ed.). *Selbstkonzept-Forschung* (p.171-189). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Mummendey, H. D. & Mielke, R. (1989). Die Selbstdarstellung des Sportlers. Schorndorf: Hofmann.
- Sack, H.-G. (1982). Interindividuelle Persönlichkeitsunterschiede und Sportengagement. In B. D. Kirkaldy (Ed.). *Individual differences in sport behavior* (p.99-158). Köln: bps-Verlag, Psychologisches Institut der Deutschen Sporthochschule.
- Singer, R. & Haase, H. (1975). Sport und Persönlichkeit. *Sportwissenschaft*, 5, 25-38.
- Sportwissenschaft (1984). Diskussion: Kirkaldy, Mummendey, Eysenck, Sack, Simons. *Sportliche Aktivität und Persönlichkeit*. *Sportwissenschaft*, 14, 73-92.
- Suls, J. (Ed.) (1982). *Psychological perspectives on the self*. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.
- Suls, J. & Greenwald, A. G. (Eds.) (1983). *Psychological perspectives on the self*, Vol.2. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.
- Suls, J. & Greenwald, A. G. (Eds.) (1986). *Psychological perspectives on the self*, Vol.3. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.
- Tedeschi, J. T. (Ed.) (1981). *Impression management theory and social psychological research*. New York: Academic Press. ■