



universität
wien

DIPLOMARBEIT / DIPLOMA THESIS

Titel der Diplomarbeit / Title of the Diploma Thesis

„Motive im Kickboxen. Eine empirische Untersuchung
kickboxspezifischer Motivstrukturen.“

verfasst von / submitted by

Pehböck Felix

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of

Magister der Naturwissenschaften (Mag. rer. nat.)

Wien, 2016 / Vienna, 2016

Studienkennzahl lt. Studienblatt /
degree programme code as it appears on
the student record sheet:

A 190 456 482

Studienrichtung lt. Studienblatt /
degree programme as it appears on
the student record sheet:

Lehramtsstudium UF Geographie und
Wirtschaftskunde UF Bewegung und Sport

Betreut von / Supervisor:

Univ. Ass. Mag. Dr. Clemens Ley M. A.

Eidesstattliche Erklärung

Ich, Felix Pehböck, erkläre hiermit an Eides Statt, dass ich die vorliegende Arbeit selbständig angefertigt habe. Die aus fremden Quellen direkt oder indirekt übernommenen Gedanken wurden als solche kenntlich gemacht.

Diese Arbeit wurde bisher weder in gleicher noch in ähnlicher Form einer anderen Prüfungsbehörde vorgelegt und auch noch nicht veröffentlicht.

(Ort und Datum)

(Unterschrift)

Danksagung

An dieser Stelle möchte ich jene Personen dankend erwähnen, die mich während meines Studiums und bei der Erstellung dieser Diplomarbeit begleitet und unterstützt haben. Ohne ihre Hilfe wäre meine Diplomarbeit in dieser Qualität nicht möglich gewesen.

Ganz besonders möchte ich mich bei Herrn Univ. Ass. Mag. Dr. Clemens Ley für seine kompetente, zuverlässige und unkomplizierte Betreuung während der Erstellung meiner Diplomarbeit bedanken. Danke für Deine freundliche Art, Deine stets offene Tür und Deine kompetente Beratung.

Ebenso möchte ich Levente Bertalan und Lisa Kössler (Team Tae-Kibo) und Martin Lautenschlager meinen großen Dank aussprechen. Zum einen für Euer Interesse an meiner Arbeit, zum anderen dafür, dass ihr mich dabei unterstützt habt, Probanden und Probandinnen für meine Untersuchung zu gewinnen. Natürlich geht ein großes Dankeschön auch an all jenen Kickboxerinnen und Kickboxer, die diesem Aufruf gefolgt sind und meinen Fragebogen ausgefüllt haben.

Von ganzem Herzen möchte ich auch meiner Liebe, Elisabeth, danken, die mich während des Schreibprozesses und darüber hinaus unterstützt und begleitet hat und mir (fast) jeden Morgen ein Lächeln auf die Lippen zaubert. Sowie meiner Familie, besonders meinen Eltern, Erwin und Margit Pehböck, die mich während meiner Studienzeit in so vielen Belangen so großzügig unterstützt haben.

Zu guter Letzt möchte ich mich auch bei den Menschen bedanken, die dazu beigetragen haben, dass Wien für mich zu einem Ort der Heimat geworden ist. Danke für die schönen Stunden der gemeinsamen Zerstreuung und des gemeinsamen Arbeitens.

Zusammenfassung

Kickboxen ist eine relativ junge Kampfsportart, trotz zunehmender Bekanntheit zählt es in Österreich bis heute zu den Randsportarten und findet relativ wenig Anklang in den Massenmedien. Dennoch spricht das Kickboxen heute ein deutlich breiteres gesellschaftliches Spektrum an, als noch vor 20 Jahren, was sich unter anderem durch die steigende Zahl von Kickboxerinnen äußert. Hier stellt sich die Frage, was Menschen dazu bewegt mit dem Kickboxen zu beginnen und auch dabei zu bleiben?

Diese Frage nach den Motiven beim Kickboxen steht im Zentrum der vorliegenden Arbeit. Zu diesem Zweck wurde, auf Basis anderer sportartspezifischer Untersuchungen, die allesamt auf dem BMZI, dem Berner Motiv- und Zielinventar von Lehnert, Sudeck und Conzelmann (2011) aufbauen, ein Fragebogen entwickelt. Dieser Fragebogen wurde als Online-Umfrage, via Soziale Netzwerke, E-Mail und über persönliche Kontakte in Umlauf gebracht. Insgesamt wurden 340 Personen erreicht, wobei 223 davon den Fragebogen vollständig ausfüllten. Die Stichprobe setzt sich aus 60 Prozent Frauen und 40 Prozent Männern im Alter zwischen 12 und 62 Jahren zusammen.

Im Zuge dieser Untersuchung konnten zahlreiche Informationen und Erkenntnisse über das Kickboxen in Österreich gesammelt werden. Vergleicht man etwa die soziodemographischen Daten dieser Untersuchung mit einer Untersuchung zu Kickboxen vor 16 Jahren, zeigt sich, dass sich die Klientel, die Kickboxen trainiert, gewandelt hat. Als wichtigstes Motiv für die Ausübung des Kickboxsports konnte das Motiv, sich körperlich fit zu halten und die daraus resultierende Freude am Sport identifiziert werden. Zudem ergab sich, dass die Motive Vorbild, Kontakt und Figur bzw. Aussehen für das Kickboxen kaum eine Rolle spielen. Bei der Untersuchung des Stellenwerts, den Kickboxen im Leben der Befragten einnimmt, stellte sich heraus, dass Kickboxen einen relativ hohen Stellenwert einnimmt, lediglich soziale Beziehungen zu Familie und Freunden/innen wiesen einen höheren Stellenwert im Leben der Probanden/innen auf.

Abstract

Kickboxing is a relatively new type of martial arts. Despite an increase in popularity it still belongs to the section of peripheral sports in Austria, with hardly any presence in mass media. Nevertheless kickboxing nowadays appeals to a broader range of society than a few years ago, as indicated by growing numbers of female kickboxers. At this point, the question arises, what animates people to exercise kickboxing?

The aim of this thesis is to answer this question. Following this aim, a questionnaire was developed, which is based on proved tools for collecting data from active athletes. These tools are related to the BMZI, the Berner Motiv- und Zielinventar from Lehnert, Sudeck and Conzelmann (2011). The questionnaire was spread as a web-survey via social networks, e-mail and through personal contacts. Altogether, 340 people started the web-survey whereas 223 of them actually finished it. The sample is made up of 60 percent women and 40 percent men, between the age of 12 and 62.

In the course of this study, numerous information about kickboxing in Austria has been collected. For example, a comparison between the sociodemographic data of this study and a study from 2000, for example revealed, that the clientele of kickboxing has transformed. Furthermore, staying fit derived from the physical fitness were identified as the most important motives for kickboxing, whereas the motives getting in contact with other people, working on one's body or imitating one's hero are almost irrelevant. Considering the results concerning the status of kickboxing in the lives of practicing person's, it can be said that for an average kickboxer kickboxing is from high importance. Only family and friends are more important.

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1
2	Kickboxen.....	3
2.1	Entstehung und Entwicklung des Kickboxens	3
2.2	Kickboxen heute	4
2.2.1	Was ist Kickboxen?	4
2.2.2	Disziplinen	5
2.2.3	Graduierung	9
3	Motivation	11
3.1	Was ist Motivation?	11
3.1.1	Motivation vs. Motive	12
3.2	Der Gegenstand der Motivationspsychologie.....	13
3.3	Erklärungsansätze der Motivationspsychologie	14
3.3.1	Motivation als Wechselwirkung zwischen Person und Situation.....	15
3.3.2	Personenfaktoren.....	15
3.3.3	Situationsfaktoren	17
3.3.4	Interaktion zwischen Person und Situation.....	17
3.4	Motive im Sport.....	18
3.4.1	Klassifizierung von Motiven im Sport.....	18
4	Aktueller Forschungsstand	24
4.1	Sportartspezifische Motivforschung	24
4.2	Kickboxspezifische Motivforschung	25
5	Forschungsdesign	27
5.1	Forschungsziel	27
5.2	Forschungsfrage und Hypothesen	27
5.3	Auswahl des Untersuchungsinstruments	30
5.4	Erstellung des Fragebogens	31
5.5	Aufbau des Fragebogens	33
5.6	Grundgesamtheit und Stichprobe	34
5.7	Durchführung der Erhebung	35
5.8	Qualitätssicherung	37
5.8.1	Gütekriterien	37
5.8.2	Feedback zum Fragebogen	40
5.9	Datenauswertung	42
6	Ergebnisse	44
6.1	Soziodemographische Daten der Umfrageteilnehmer/innen	44
6.1.1	Geschlecht	44
6.1.2	Alter	44

6.1.3	Bildungsniveau	46
6.1.4	Bundesland	47
6.1.5	Ausübung anderer Sportarten	47
6.2	Einstieg ins Kickboxen	49
6.2.1	Erstkontakt	49
6.2.2	Vorstellungen von der Sportart	50
6.3	Informationen zur Kickboxaktivität der Teilnehmer/innen	53
6.3.1	Ausübungsdauer	53
6.3.2	Häufigkeit der Ausübung	53
6.3.3	Intensität der Ausübung	54
6.3.4	Graduierung	55
6.3.5	Disziplin	56
6.3.6	Wettkampfteilnahme	57
6.4	Motive im Kickboxen	58
6.4.1	Motive für die Ausübung des Kickboxsports auf Basis der Motivitems ...	58
6.4.2	Selbstformulierte Items der Teilnehmer	61
6.4.3	Motivierende und demotivierende Erlebnisse im Kickboxen	62
6.4.4	Faktoranalyse und Bildung von Subskalen	68
6.4.5	Motive für die Ausübung des Kickboxsports auf Basis extrahierten Subdimensionen	74
6.5	Stellenwert des Kickboxens im Leben der Probanden	77
6.6	Überprüfung der Hypothesen	79
6.6.1	Unterschiedshypothesen	80
6.6.2	Zusammenhangshypothesen	88
7	Diskussion der Ergebnisse	98
7.1	Diskussion soziodemographische Daten der Umfrageteilnehmern/innen	98
7.2	Diskussion Einstieg ins Kickboxen	101
7.3	Diskussion Kickboxaktivität	103
7.4	Diskussion Motive im Kickboxen	105
7.4.1	Motivierende und demotivierende Erlebnisse im Kickboxen	107
7.4.2	Diskussion der Hypothesen	107
7.5	Diskussion des Stellenwerts im Leben der Probanden	116
8	Fazit und Forschungsausblick	117
9	Literatur	120
10	Tabellenverzeichnis	123
11	Abbildungsverzeichnis	125
12	Grafikverzeichnis	126
13	Anhang	127

1 Einleitung

Der österreichische Skispringer Lukas Müller stürzt am 13.01.2016 bei seinem Sprung vom Kulm schwer. Diagnose im Grazer LKH: zwei gebrochene Halswirbel und der Verdacht auf eine inkomplette Querschnittslähmung. Ob Lukas je wieder gehen kann, steht bis heute nicht fest. Etwa ein Monat nach dem Sturz gibt Lukas eine Pressekonferenz und lässt dabei keinen Zweifel daran, dass er, wenn es möglich wäre, sofort wieder Skispringen würde (vgl. <http://steiermark.orf.at/news/stories/2759244/>, Zugriff am 04.03.2016).

Bei Lukas Müller handelt es sich natürlich um ein Extrembeispiel, doch zeigt dieses Beispiel sehr eindrücklich, welch eine starke Motivationsquelle Sport für viele Menschen darstellt, obwohl mit dieser Leidenschaft oft Anstrengung und Schmerz einhergehen.

Richard J. Gerrig (2015, S. 421) benennt dieses Phänomen sehr treffend „Beharrlichkeit trotz Widrigkeiten“. Dieses Phänomen lässt sich in vielen Sportarten beobachten, seien es die von Gerrig (ebd.) erwähnten Bergsteiger/innen, die unter lebensbedrohlichen Bedingungen und extremer körperlicher Anstrengung versuchen den Mount Everest zu bezwingen. Oder um auf das Thema dieser Arbeit überzuleiten, die Kickboxer/innen, die mehrmals in der Woche ein anstrengendes Training absolvieren, nachdem einem, wie ich am eigenen Leib erfahren habe, jeder einzelne Muskel im Körper schmerzt.

Hier stellt sich die Frage, was Menschen dazu bewegt den Kickboxsport auszuüben, obwohl, wie es Gerrig (2015) formuliert, es „einfacher wäre diese Handlung zu unterlassen“. Was sind die Motive dafür, den Kickboxsport auszuüben und gibt es zwischen Gruppen mit verschiedenen Merkmalsausprägungen, wie z. B. Alter, Geschlecht, Ausübungsdauer Unterschiede? Haben beispielsweise Neuanfänger andere Motive als diejenigen, die diesen Sport schon mehrere Jahre ausüben, oder Frauen andere Motive als Männer? Außerdem ist von Interesse, welchen Stellenwert das Kickboxen im Leben der Sportler/innen hat.

Das Ziel dieser Arbeit ist, diese Fragen zu beantworten und den Lesern/innen ein möglichst detailliertes Bild der Motive zu liefern, die von Kickboxer/innen für die Ausübung ihrer Sportart als besonders bedeutsam eingestuft werden. Das Wissen darüber, warum Menschen den Sport ausüben, könnte möglicherweise dafür verwendet werden, dass durch gezielte Promotion noch mehr Menschen für diesen Sport gewonnen werden können.

Der Aufbau der Arbeit orientiert sich an jenen Arbeiten, die wie zuvor bereits erwähnt, sich ebenfalls der sportartspezifischen Motivforschung widmen. Zunächst werde ich mich im Theorieteil genauer mit der Sportart Kickboxen auseinandersetzen, dabei gehe ich u. a. auf

die Entstehung, die Geschichte und die wichtigen Merkmale dieses noch sehr jungen Kampfsportes ein. Anschließend gilt es zu definieren und festzuhalten, was in dieser Arbeit unter den Begriffen Motivation und Motiven verstanden wird. Nach diesem allgemein gehaltenen Teil, der Einblick in die Terminologie der Motivations- bzw. Motivforschung geben soll, geht es darum, die derzeitigen Erkenntnisse der Motivforschung im Sport darzulegen, die als Grundlage dieser Arbeit dienen. Dabei wird vor allem auf die Arbeit von Gabler (2002) und die Arbeit Lehnert, Sudeck und Conzelmann (2011) eingegangen, die mit der Klassifizierung von Sportmotiven (Gabler, 2002) bzw. der Weiterentwicklung dieser Klassifizierung (Lehnert et al., 2011) fundamentale Aufbauarbeit für die Motivforschung im Sport geleistet haben. Den Abschluss des Theorieteils bildet ein Abriss über den derzeitigen Forschungsstand zu Motiven im Sport im Allgemeinen bzw. zu Motiven beim Kickboxen im Besonderen.

Der empirische Teil wird eingeleitet durch die Darstellung bzw. die Erläuterung des Forschungsdesigns. Dieser Teil umfasst die Formulierung der Forschungsfragen und die darauf aufbauende Hypothesengenerierung. Zudem wird die Auswahl der Erhebungsmethode, die Erstellung des Fragebogens und dessen Aufbau thematisiert. Den Hauptteil der Arbeit bilden schließlich die Präsentation der Ergebnisse und die anschließende Diskussion dieser Ergebnisse. Dabei liegt der Fokus darauf, die aufgestellten Hypothesen an Hand der durch den Fragebogen gewonnenen Erkenntnisse zu überprüfen und die Forschungsfragen zu beantworten. Den Abschluss der Arbeit bilden eine Schlussfolgerung, in der die zentralen Erkenntnisse der Arbeit resümiert werden, sowie ein Forschungsausblick, in dem Anknüpfungsmöglichkeiten für zukünftige Untersuchungen aufgezeigt werden.

Als Instrument, welches mir bei der Beantwortung dieser Fragestellungen behilflich sein soll, habe ich mich für einen quantitativen standardisierten Fragebogen entschieden. Hauptgrund dafür ist, dass bereits mehrere Arbeiten zu sportartspezifischen Motiven existieren, im Zuge derer, aufbauend auf dem Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport (BMZI), ein solcher Fragebogen als Untersuchungsinstrument entwickelt wurde. Da mir dieser Fragebogen zum einen als adäquates Untersuchungsinstrument erscheint und um Vergleichbarkeit mit den vorherigen Untersuchungen zu gewährleisten, habe ich mich für die Adaptierung dieses Fragebogens an mein Forschungsinteresse entschieden.

2 Kickboxen

Dieses Kapitel soll den Lesern/innen einen Einblick in den, noch relativ jungen Kampfsport, Kickboxen geben. Dabei wird die Entstehung und Entwicklung thematisiert, sowie das moderne Kickboxen.

2.1 Entstehung und Entwicklung des Kickboxens

Wie bereits in der Einleitung angesprochen, handelt es sich beim Kickboxen um eine relativ junge Kampfsportart, die ihren Ursprung in den 70ern der USA hat. Der Kickboxsport kann als das Ergebnis von mehreren zusammenhängenden Entwicklungen in der Welt der Martial-Arts verstanden werden. Zum einen gab es eine Bewegung innerhalb der Martial-Arts-Szene, prominentester Vertreter war Bruce Lee, welche „[...] die Zukunft der fernöstlichen Kampfsysteme nicht weiter in den traditionellen Auffassungen philosophischer Weisheit sah, sondern in der wachsenden Realität zum echten sportlichen Wettkampf [...]“ (WAKO, 2016). Dadurch kam es zu einer Forcierung von Kontaktwettkämpfen, die zahlreiche Verletzungen zur Folge hatten (vgl. WAKO, 2016).

Zum andern gab es in den USA eine Art Wettkampf zwischen den verschiedenen Kampfsportarten, um die effizienteste von ihnen auszumachen (vgl. Winkelmann, 2009, S. 29). Eine weitere Entwicklung, die in diese Zeit fällt und als unmittelbare Reaktion auf die vielen Verletzungen der Kontaktwettkämpfe zu sehen ist, ist die Entwicklung von Schutzausrüstung durch Jhoon Rhee (vgl. Jhoon Rhee International, 2013). Diese Schutzausrüstung beeinflusste Wettkämpfe positiv, da sich diese als „[...] lebendiger und vor allem als ungefährlicher [...]“ herausstellten (WAKO, 2016). Diese Entwicklungen brachten eine neue Art zu kämpfen hervor, die zunächst den Namen „All-Style-Karate“ bekam und als Vorläufer des heutigen Kickboxens gilt (vgl. Winkelmann, 2008, S. 29).

Bei der Weltmeisterschaft 1974 wurde dann erstmals in der Geschichte der fernöstlichen Kampfkünste ein WM-Turnier mit vollem Kontakt bestritten, ohne dass sich dabei einer der Kämpfer ernsthaft verletzte (vgl. WAKO, 2016). Dadurch wurden die Bedenken, dass dieser Kampfsport zu brutal sei, und damit ein zu großes Verletzungsrisiko für die Athleten berge, entkräftet. Ein weiteres Ergebnis der WM 1974 war, dass die amerikanischen Kämpfer mit ihrem neuen Kampfstil, der mit den Kick- und Boxtechniken, Elemente der ostasiatischen Kampfstile mit Elementen des westlichen Boxens kombinierte (vgl. Lemmens, 1986), allen anderen Kämpfern deutlich überlegen waren (vgl. WAKO, 2016). Das weckte das Interesse an diesem neuen Kampfstil und führte zu dessen raschen Verbreitung, vor allem nach Europa.

Im Februar 1977 wurde dann der Weltverband „WAKO“, die World Amateur Kick-Boxing Organization, ins Leben gerufen. Damit war der Grundstein für einen breiten Wettbewerb in den Disziplinen „Leichtkontakt“ und „Vollkontakt“ gelegt (vgl. WAKO, 2016). Zu diesen Disziplinen kamen im Laufe der Zeit noch weitere dazu, diese werden weiter unten noch genauer besprochen. Der Kickboxsport breitete sich allmählich immer weiter aus und erlangte in den 90er Jahren auch in den osteuropäischen Ländern zunehmende Beliebtheit. Etwas verspätet traten auch Asien und Afrika im Jahre 2008 der WAKO bei. Im Jahr 2010 zählte der WAKO-Weltverband mehr als 2 Millionen Mitglieder in 121 Ländern und war damit der größte weltweit agierende Fachverband für Kickboxen. Derzeit ist das große Ziel der WAKO, dass das Kickboxen vom Olympischen Komitee als olympische Sportart anerkannt wird (vgl. WAKO, 2016).

2.2 Kickboxen heute

Nach diesem kurzen Einblick in die Entstehung und die Geschichte des Kickboxens soll in diesem Kapitel, das aus diesen Entwicklungen hervorgegangene moderne Kickboxen beschrieben werden, so wie es heute in der Regel praktiziert wird. Wie aus dem vorigen Kapitel herausgelesen werden kann, ist eine wichtige Entwicklung des Kickboxsports, dass sich dieser im Laufe der Zeit immer wieder weiterentwickelte und von den Sportlern/innen neue Disziplinen geschaffen wurden. Diese verschiedenen Disziplinen mit ihren spezifischen Regeln werden in diesem Kapitel kurz beschrieben. Zusätzlich wird auch der im Kickboxen übliche Ausbildungsverlauf kurz erklärt.

2.2.1 Was ist Kickboxen?

Ziel dieses Kapitels ist zu klären, was im Allgemeinen unter Kickboxen verstanden wird. Eine Definition des Kickboxsports liefert einer der Kickboxpioniere Geert Lemmens:

Das Kickboxen ist eine sportlich-kämpferische Auseinandersetzung zweier Opponenten mit dem Ziel, den Gegner mit erlaubten Mitteln und unter Berücksichtigung der Regeln so oft wie möglich zu treffen (Treffer), ohne selbst getroffen zu werden (Verteidigung, Abwehr). Dies setzt technisch-taktische, konditionelle sowie ausgeprägte psychische und moralische Eigenschaften der Kämpfer voraus. (Lemmens, 1989, S. 14)

Hierbei handelt es sich um eine sehr allgemeine Definition, die wichtige Merkmale des Kickboxens außen vor lässt. In einer weiteren Charakterisierung durch Lemmens (1986, S. 13) wird zudem angemerkt, dass Kickboxen „ein sportlicher Zweikampf“ ist, also „ein sportlicher, fairer Kampf nach strengen Regeln, wobei man Füße („Kicken“) und Fäuste („Boxen“) zum Kämpfen einsetzt“.

Kombiniert man beide Definitionen, ist Kickboxen also ein sportlicher Zweikampf, der nach einem festgelegten Reglement ausgetragen wird. Das Ziel ist es seinen Gegner mit erlaubten Mitteln so oft wie möglich zu treffen, ohne dabei selber getroffen zu werden. Zu diesen erlaubten Mitteln gehören die Fußtechniken als auch die Fausttechniken.

Bei einem sportlichen Wettkampf werden die Kickboxer in Gewichts- und Altersklassen unterteilt. Diese können variieren, da die verschiedenen internationalen Kickboxverbände diesbezüglich unterschiedliche Einteilungen herausgeben. Für Österreich ist die Einteilung der WAKO relevant, da diese bei der österreichischen Staatsmeisterschaft Anwendung findet. Zudem gibt es im sportlichen Wettkampf nach den Regeln der WAKO bzw. des ÖBFK je nach Disziplin unterschiedliche und teilweise mehrere Möglichkeiten, einen Sieg zu erlangen. Die Dauer des Wettkampfes ist je nach Disziplin und Wettkampfstil unterschiedlich lange, im Amateurkickboxen z. B. zwei bis drei Mal zwei Minuten, mit je einer Minute Pause. Die Entscheidung wer den Kampf gewonnen hat, obliegt den, dem Kampf beiwohnenden Kampfrichtern (vgl. Winkelmann, 2008, S. 30).

Die meisten Disziplinen des Kickboxens entsprechen im Grunde der eben beschriebenen Charakteristik. Ausgenommen davon sind jene Disziplinen, wo man gegen keine direkten physischen Gegner/innen kämpft, sondern gegen imaginäre Gegner/innen. Hierbei werden verschiedene Techniken aneinandergereiht und in die Luft ausgeführt (vgl. ebd.). Eine genauere Unterscheidung der Disziplinen des Kickboxens folgt im Anschluss.

2.2.2 Disziplinen

Wie bereits erläutert haben sich aus dem ursprünglichen Kickboxen im Laufe der Zeit unterschiedliche Disziplinen entwickelt. Heute gibt es nach dem WAKO Reglement sieben verschiedene Disziplinen: Semi contact, Light contact, Full contact, Low kick, K1 rules, Musical forms und Kick-Light (vgl. WAKO, 2011, S. 5). Nach dem ÖBFK Reglement gibt es im Jahr 2009 noch acht verschiedene Disziplinen, die sich Großteils mit den Disziplinen der WAKO decken, zusätzliche Disziplinen, die im ÖBFK Reglement zu finden sind, jedoch nicht im WAKO Reglement, sind: Hardkontakt und Aero. Hingegen gibt es die Disziplin Kick light zwar im WAKO Reglement, allerdings nicht im ÖBFK Reglement (vgl. ÖBFK, 2009, S. 3). Im überarbeiteten ÖBFK Reglement aus dem Jahre 2016 finden sich allerdings nur mehr sieben Disziplinen, die sich mit den Disziplinen der WAKO decken: Pointfighting, Leichtkontakt, Kick-Light, Vollkontakt, Low-Kick, K1-Regeln und Musikformen (vgl. ÖBFK, 2016, S. 9). Diese sieben Disziplinen sollen nun genauer beschrieben werden.

Diese sieben verschiedenen Disziplinen des Kickboxens lassen sich unterteilen in Tatami- und Ringsportarten, das bedeutet im Kickboxen gibt es einerseits Disziplinen, die auf einem Tatami

ausgetragen werden, wie in Abbildung 1 dargestellt. Ein Tatami ist eine, in der Regel 8 mal 8 Meter große Wettkampffläche mit angrenzender Schutzzone, die in einer anderen Farbe als die Wettkampffläche, üblicherweise rot, gehalten ist. Die Wettkampffläche als auch die Schutzzone setzen sich aus Kampfsport-Puzzlematten zusammen, die jeweils einen Quadratmeter groß sind und durch zusammensetzen die Wettkampffläche bzw. Schutzzone ergeben. Neben den auf dem Tatami ausgetragenen Disziplinen, gibt es jene, die in einem Boxring, wie in Abbildung 2 zu sehen ist, ausgetragen werden, dieser muss den technischen Spezifikationen der Veranstaltungsrichtlinien des ÖBFK entsprechen (vgl. ÖBFK, 2016, S. 14).

Zu Disziplinen, die auf Tatami ausgetragen werden, zählen Pointfighting, Leichtkontakt, Musikformen und Kick-Light. Im Boxring werden die Disziplinen Vollkontakt, K1-Regeln und Low-Kick ausgetragen. Tatami- und Ringdisziplinen unterscheiden sich im Wesentlichen dadurch, dass nur in den Ringdisziplinen Sieg durch Niederschlag, also durch K. O. erlaubt ist (vgl. ebd, S. 9).



Abbildung 1: Wettkampf auf einem Tatami bei der WM in Maribor 2014 (Quelle: <http://www.wako-deutschland.de/2014/EM-Maribor-Slowenien.html>, Zugriff am 21.03.2016)



Abbildung 2: Wettkampf in einem Boxring bei der Deutschen Meisterschaft 2011 (Quelle: <http://www.wako-deutschland.de/Mediathek-Galerie-2011/DM-2011.html>, Zugriff am 21.03.2016)

Pointfighting

Pointfighting ist eine Wettkampfdisziplin, bei der zwei Sportler das Ziel verfolgen mit erlaubten Techniken und Schnelligkeit mehr Punkte zu erlangen als der Gegner. In dieser Disziplin ist die Schlaghäufigkeit nicht entscheidend. Es handelt sich um eine technische Disziplin mit einem ausgewogenen Einsatz von Hand- und Fußtechniken. Die Techniken müssen gut kontrolliert ausgeführt werden. Nach jedem Treffer wird der Kampf unterbrochen und die Bewertung sofort bekannt gegeben. (ÖBFK, 2016, S. 9)

Dem wird noch hinzugefügt, dass ein niederschlagen des Gegners, also ein K.O. nicht erlaubt ist.

Leichtkontakt bzw. Kick-Light

Im Leichtkontakt und Kick-Light müssen die Techniken gut kontrolliert mit Kontakt ausgeführt werden. Im Leichtkontakt kämpfen die Sportler ohne Unterbrechung bis zum Kommando „Stopp“ oder „Break“ des Hauptkampfrichters. Die Sportler verwenden Techniken des Vollkontaktes oder Pointfighting (bzw. auch des Low-Kick im Kick-Light), müssen diese aber gut kontrolliert ausführen. Hand- und Beintechniken sollen ausgewogen verwendet werden. (ÖBFK, 2016, S. 9)

Wie im Pointfighting wird noch hinzugefügt, dass es nicht erlaubt ist, den Gegner K.O. zu schlagen.

Vollkontakt

Vollkontakt ist eine Disziplin, mit dem Ziel des Sportlers seinen Gegner mit voller Kraft und Stärke zu treffen. Die Techniken müssen kraftvoll, exakt und explosiv sein und dürfen mit vollem Kontakt ausgeführt werden. Der Wettkampf wird in einem Ring ausgetragen. (ÖBFK, 2016, S. 9)

Anders als im Pointfighting und Leichtkontakt bzw. Kick-Light und den anderen Tatamisportarten darf der Gegner im Vollkontakt durch ein K. O. besiegt werden.

Low-Kick

Low-Kick kann beschrieben werden als Vollkontakt, mit der Möglichkeit, die Oberschenkel des Gegners mit erlaubten Fußschlägen anzugreifen. Die Techniken müssen kraftvoll, exakt und explosiv sein und dürfen mit vollem Kontakt ausgeführt werden. Der Wettkampf wird in einem Ring ausgetragen. (ÖBFK, 2016, S. 9)

Wie beim Vollkontakt darf auch im Low-Kick der Gegner durch ein K. O. besiegt werden.

K1-Regeln

Die K1-Regeln stammen direkt vom Muay Thai ab. Jedoch gibt es einige Regelverschärfungen, die K1 kennzeichnen (vgl. ÖBFK, 2009, S. 16):

- *Ellbogen-Techniken sind verboten,*
 - *„Clinchen“ wird in dem Sinne limitiert, dass falls die Sportler nicht aktiv sind der Ringrichter den Kampf unterbricht. Jedenfalls ist das „clinchen“ nicht länger als 5 Sekunden zulässig.*
 - *Wai Khru, der rituelle Tanz zu Beginn von Muay Thai Kämpfen ist verboten*
 - *Thai Box Musik während des Kampfes ist verboten*
 - *Handtechniken werden gleich bewertet wie Knie-, Fuß- oder andere Techniken.*
- (ÖBFK, 2009, S. 16)

Musik-Formen

Musik-Formen ist ein Ablauf von Kickboxtechniken mit oder ohne Waffen gegen einen imaginären Gegner, bei welcher der Sportler asiatische Kampfsporttechniken mit einer speziell ausgesuchten Musik verwendet. Die Auswahl der Musik obliegt dem Sportler. (ÖBFK, 2016, S. 9)

2.2.3 Graduierung

Beim Kickboxen gibt es ähnlich wie beim Karate und anderen Kampfsportarten bzw. Kampfkünsten ein Gürtelsystem, das Auskunft über die Ausbildungsstufe des jeweiligen Kämpfers gibt. Im Kickboxen gibt es sieben Schülergrade, auch Kyu genannt, und zehn Meistergrade, auch Dan genannt (vgl. ÖBFK, 2015, S. 3 f.). Beginnend mit dem 7. Schülergrad, welcher durch einen gelben Gurt gekennzeichnet ist, kann man sich durch Gürtelprüfungen bis zum dritten Meistergrad nach oben arbeiten (vgl. ÖBFK, 2015, S. 4). Bei diesen Gürtelprüfungen gilt es sowohl einen Praxis- als auch einen Theorieteil zu absolvieren. Im Zuge des Praxisteils müssen vom Prüfling, je nachdem welcher Gürtel angestrebt wird, unterschiedliche Stände und Bewegungsformen, sowie Hand- und Fußtechniken als Einzeltechnik und in Kombination vorgezeigt werden. Außerdem gilt es ein Verteidigungskonzept zu beherrschen, um die aktiv beherrschten Techniken abwehren zu können und Elemente der Selbstverteidigung, sowie der Fallschule zu beherrschen. Im Theorieteil werden die Kenntnisse des Prüflings bezüglich der Regelkunde, der Trainingslehre bis hin zu Lehrbeispielen überprüft. Die Anforderungen des Praxis- als auch des Theorieteils, welche den Prüflingen abverlangt werden steigern sich mit der angestrebten Graduierung (vgl. WAKO, 2016).

Die WAKO (2016) betont, dass das Ausbildungsziel ist, möglichst vielseitige und universelle Kickboxer/innen auszubilden.

Die Meistergrade vier bis zehn können nicht durch Gürtelprüfungen erlangt werden, sondern werden aufgrund von besonderen Verdiensten um den Kickboxsport verliehen. Während 4. und 5. Meistergrad vom ÖBFK verliehen werden können, werden 6. bis 10. Meistergrad nur von der WAKO verliehen (vgl. ÖBFK, 2015, 4 f.).

Tabelle 1: Graduierung und Prüfungsbestimmungen (nach ÖBFK, 2015)

Graduierung (Gürtel)		Prüfungsbestimmung
7. Kyu (gelb)	7. Schülergrad	Gürtelprüfung im Verein
6. Kyu (orange)	6. Schülergrad	Gürtelprüfung im Verein
5. Kyu (grün)	5. Schülergrad	Gürtelprüfung im Verein
4. Kyu (blau)	4. Schülergrad	Gürtelprüfung im Verein
3. Kyu (violett)	3. Schülergrad	Gürtelprüfung im Verein
2. Kyu (hellbraun)	2. Schülergrad	Gürtelprüfung im Verein
1. Kyu (dunkelbraun)	1. Schülergrad	Gürtelprüfung im Verein
1. Dan	1. Meistergrad	Gürtelprüfung ÖBFK

2. Dan	2. Meistergrad	Gürtelprüfung ÖBFK
3. Dan	3. Meistergrad	Gürtelprüfung ÖBFK
4. Dan	4. Meistergrad	Verleihung durch ÖBFK
5. Dan	5. Meistergrad	Verleihung durch ÖBFK
6. Dan	6. Meistergrad	Verleihung durch WAKO
7. Dan	7. Meistergrad	Verleihung durch WAKO
8. Dan	8. Meistergrad	Verleihung durch WAKO
9. Dan	9. Meistergrad	Verleihung durch WAKO
10. Dan	10. Meistergrad	Verleihung durch WAKO

3 Motivation

Nachdem den Lesern/innen im vorigen Kapitel das Kickboxen nähergebracht wurde, ist es Ziel dieses Kapitels den Lesern/innen zunächst mit den grundlegenden Kenntnissen der Motivationspsychologie vertraut zu machen und die zentralen Begriffe wie z. B. Motivation und Motive zu klären. Darüber hinaus wird die sportspezifische Motivforschung thematisiert, wobei hier vor allem auf die Arbeiten von Gabler (2002) und Lehnert et al. (2011) eingegangen wird.

3.1 Was ist Motivation?

Motivation ist ein, in der Umgangssprache gängiger Begriff. Die meisten von uns verwenden diesen Begriff und haben ein subjektives Verständnis dafür was gemeint ist, wenn jemand sagt: „Heute bin ich motiviert“. Wenn man sich dem Motivationsbegriff von wissenschaftlicher Seite nähern will, reicht dieses subjektive Verständnis nicht aus. Daher gilt es zunächst einmal zu klären, was in dieser Arbeit unter Motivation verstanden wird.

Recherchiert man in der psychologischen Fachliteratur, wird rasch klar, dass diese keine eindeutige Antwort auf die Frage „Was ist Motivation?“ liefert. Rheinberg (2008, S. 16) bezeichnet mit Motivation die „aktivierende Ausrichtung des momentanen Lebensvollzugs auf einen positiv bewerteten Zielzustand“. Dem fügt er hinzu, dass an dieser Ausrichtung unterschiedlichste Prozesse im Verhalten und Erleben beteiligt sind. Für Gerrig (2015, S. 420) ist Motivation „der allgemeine Begriff für alle Prozesse, die der Initiierung, der Richtungsgebung und der Aufrechterhaltung physischer und psychischer Aktivitäten dienen“. Gabler (2002, S. 13) hingegen versteht unter Motivation eine „Sammelbezeichnung für alle personenbezogenen Zustände und Prozesse, mit deren Hilfe versucht wird, das „Warum“ und „Wozu“ menschlichen Verhaltens zu erklären“.

Vergleicht man die Definitionen, wird deutlich, dass die Autoren Motivation als Sammelbegriff für bestimmte Prozesse bzw. Situationen sehen, die das menschliche Verhalten und Erleben beeinflussen. Motivation ist also keine homogene Einheit von der man einmal mehr und einmal weniger hat, sondern eine gedankliche Hilfskonstruktion, die bestimmte Verhaltensbesonderheiten erklären soll und sie kann weder direkt wahrgenommen noch direkt erlebt werden (vgl. Rheinberg, 2008, S. 15). Wahrgenommen und als Motivation bezeichnet werden laut Rheinberg (ebd.) stattdessen lediglich bestimmte Motivationsphänomene in bestimmten Kontexten, welche „die Komponente einer aktivierenden Ausrichtung des momentanen Lebensvollzugs auf einen positiv bewerteten Zielzustand“ gemeinsam haben. Diese gemeinsame Komponente wird als Anlass genommen, um verschiedene Phänomene unter dem Begriff der Motivation zu vereinen. Gleichzeitig betont Rheinberg (ebd.) jedoch,

dass es sich beim Motivationsbegriff um eine Sammelkategorie handelt, „in der viele verschiedene Teilprozesse und Phänomene zusammengefasst [sic] sind“.

Zusammenfassend lässt sich Motivation als ein Sammelbegriff für bestimmte Prozesse und Zustände, die eine Aktivierung auf einen positiv bewerteten Zielzustand bewirken, definieren (vgl. Rheinberg, 2008, S. 16; Gerrig, 2015, S. 420). Deshalb wird mit Hilfe dieser Prozesse und Zustände versucht, das „Warum“ des menschlichen Handelns zu erklären (vgl. Gabler, 2002, S. 13). Der Beantwortung dieser Fragestellung widmet sich die Motivationspsychologie, der Gegenstand der Motivationspsychologie wird etwas weiter unten genauer beschrieben werden.

3.1.1 Motivation vs. Motive

Nachdem der Motivationsbegriff behandelt wurde, soll nun auf den Begriff des Motivs eingegangen werden. Laut Alfermann & Stoll (2010, S. 108) wird der Begriff des Motivs in der Umgangssprache häufig mit der Frage nach dem „Warum“ des Handelns gleichgesetzt, als Beispiel nennt er die Suche nach dem Mordmotiv, also warum jemand einen Mord verübt. Diese synonyme Verwendung von Motiv und Motivation ist in der Psychologie nicht zulässig, deshalb soll nun der Unterschied zwischen den beiden Begriffen, wie sie in der Psychologie verwendet werden, aufgezeigt werden.

Wie bereits weiter oben festgehalten, ist Motivation ein Sammelbegriff für bestimmte Prozesse und Zustände, die eine Aktivierung auf einen positiv bewerteten Zielzustand bewirken. Anders ausgedrückt handelt es sich bei Motivation um Prozesse im Organismus, die für Initiierung einer bestimmten Handlung zu einem bestimmten Zeitpunkt verantwortlich sind. Diese Prozesse werden, wie weiter unten ausführlicher zu lesen ist, von personellen und situativen Faktoren beeinflusst (vgl. Rheinberg, 2008, S. 15; Bakker, Whiting & Van der Burg, 1992, S. 22).

Motive hingegen sind laut Alfermann et al. (2010, S. 109) „stabile Wertungsdispositionen gegenüber thematisch ähnlichen Situationen“. Vereinfacht ausgedrückt handelt es sich um zeitüberdauernde Vorlieben einer Person für bestimmte Klassen von Handlungssituationen und Zuständen (vgl. Rheinberg, 2008, S. 20). Die in der psychologischen Forschung bedeutendsten Klassen von Handlungssituationen sind die Motive Leistung, Anschluss und Macht (vgl. Heckhausen & Heckhausen, 2010, S. 5). Ein Beispiel: Personen, für die es über Jahrzehnte hinweg besonders reizvoll und wichtig ist, sich im Meistern herausfordernder Aufgaben als besonders kompetent und tüchtig zu erleben, haben eine zeitüberdauernde Vorliebe für Handlungssituationen in denen sie ihre Leistung unter Beweis stellen können. In diesem Fall spricht man vom Leistungsmotiv (vgl. Rheinberg, 2008, S. 20).

Hier muss noch erwähnt werden, dass andere Autoren, wie etwa Brunstein (2010, S. 239) den Motivbegriff etwas differenzierter betrachten und zwischen impliziten und expliziten Motiven unterscheiden. Wobei die eben gebrachte Definition des Motivbegriffs von Alfermann (2010, S. 109) und Rheinberg (2008, S. 20) sich mit Brunsteins (2010, S. 239) Verständnis der impliziten Motive deckt. Eine umfassendere Unterscheidung zwischen expliziten und impliziten Motiven folgt unter Punkt 3.3.

3.2 Der Gegenstand der Motivationspsychologie

Als heute Morgen der Wecker klingelte, hätten Sie eigentlich gern auf die Schlummertaste gedrückt, um noch ein paar Minuten weiterzuschlafen, aber dann haben Sie sich doch lieber gleich aus dem Bett gequält. Warum? Hatten Sie großen Hunger? Mussten Sie eine wichtige Aufgabe erledigen? Hatten Sie eine Verabredung mit jemanden, den Sie sehr mögen? (Gerrig, 2015, S. 420)

So leitet Gerrig (2015, S. 420) das Kapitel Motivation in seinem Buch *Psychologie* ein und führt uns mit einem alltäglichen Beispiel unmittelbar zum, wie er es bezeichnet, Kernproblem der Motivation und auch gleichzeitig zu einer der zentralen Frage der Motivationspsychologie: Warum handeln wir so, wie wir handeln? Eine Teilaufgabe der Motivationspsychologie ist somit die Suche nach Gründen, warum jemand handelt. Ausgenommen davon sind reflexartiges Verhalten und Routinehandlungen auf neuromuskulärer Ebene, da hier die Handlungen erfolgen, ohne dass wir die Anziehungskraft eines erwünschten Zielzustandes spüren (vgl. Rheinberg, 2008, S. 11; Brandstätter, Schüler, Puca & Lozo, 2013, S. 4).

An dieser Stelle möchte ich mich eines in der Fachliteratur gängigen Beispiels bedienen, um das Verständnis zu erleichtern. Sie könnten sich nun die Frage stellen, warum Sie im Moment diese Zeilen lesen, statt etwas Anderes viel Schöneres zu machen. Die Antworten werden wahrscheinlich unterschiedlich ausfallen, möglicherweise möchten Sie mehr über Motive im Kickboxen erfahren, oder Sie möchten sich einfach mit lesen die Zeit vertreiben und sind zufällig auf diese Arbeit gestoßen. Gemeinsam haben diese Antworten, dass sich hinter dem jeweiligen Handeln angestrebte Ziele verstecken, es handelt sich also immer um zielgerichtete Handlungen (vgl. Brandstätter et al., 2013, S. 4).

Neben der Identifizierung von Gründen dieses eben beschriebenen, zielgerichteten menschlichen Handelns, will die Motivationspsychologie erklären, weshalb Menschen sich in der gleichen Situation unterschiedlich verhalten. Warum sind manche Menschen motivierter, als andere, z. B. wenn es darum geht für eine Prüfung zu lernen (vgl. Rheinberg, 2008, S. 12; Alfermann et al., 2010, S. 108)?

Laut Rheinberg (2008, S. 13) hat dies etwas mit der jeweiligen Person zu tun und mit dem Zustand, in dem sich diese momentan befindet. Hier ist für die Motivationspsychologie besonders interessant, wie sich dieser momentane Zustand durch die Personenmerkmale und/oder auf die jeweilige Lebenssituation des Individuums erklären lässt und inwiefern beides zusammenhängt. Neben den Unterschieden zwischen verschiedenen Personen will die Motivationspsychologie zusätzlich erklären, weshalb ein und dieselbe Person mal motiviert ist und mal nicht. Ein Beispiel: Eine jugendliche Basketballspielerin hängt sich beim Spiel ihres Teams voll ins Zeug, im Sportunterricht sitzt sie desinteressiert auf der Bank und schaut zu (vgl. Rheinberg 2008, S. 13; Alfermann et al., 2010, S. 108).

Im folgenden Kapitel geht es darum, die Erklärungsansätze zu beschreiben, welche die Motivationspsychologie gefunden hat, um die in diesem Kapitel aufgeworfenen Fragen zu beantworten.

3.3 Erklärungsansätze der Motivationspsychologie – oder, wie es zu motivierten Handlungen kommt!

In der Motivationspsychologie gibt es unterschiedliche Ansätze um das Phänomen Motivation zu erklären. Rheinberg (2008, S. 16) unterscheidet zwischen Ansätzen, die sich motiviertes Verhalten eher als „angetrieben“ oder „gedrückt“ vorstellen und Ansätzen, die sich motiviertes Verhalten eher als „angezogen“ vorstellen.

Jene Ansätze, die sich motiviertes Verhalten als „angetrieben“ bzw. „gedrückt“ vorstellen, machen Triebe oder Instinkte für die Ausführung von Aktivitäten verantwortlich. Zu diesen zählen vor allem frühe Erklärungskonzepte, ein Beispiel ist der behavioristische Ansatz von Hull. Am besten können diese Ansätze jenes Verhalten erklären, welches auftritt, um primäre Bedürfnisse, wie etwa Hunger, Durst, etc. zu befriedigen. Beispielsweise trinken wir, weil wir durstig sind, also den Trieb verspüren etwas zu trinken (vgl. Gerrig, 2015, S. 422; Rheinberg, 2008, S. 16 f.).

Allerdings stoßen diese Erklärungsversuche für Motivation schnell an ihre Grenzen, z. B. wenn es darum geht „höhere“ sekundäre Bedürfnisse, wie etwa Leistungsbedürfnis, Anschlussbedürfnis etc. zu erklären. Etwa lässt sich nur schwer erklären, warum jemand ein Buch durcharbeitet, um sich auf eine Prüfung vorzubereiten (vgl. Rheinberg, 2008, S. 18 ff.). Diese komplexeren Verhaltensbereiche können laut Rheinberg (2008, S. 18) deutlich besser durch jene Ansätze, die motiviertes Handeln als „angezogen“ verstehen, erklärt werden. Motiviertes Handeln lässt sich demnach darauf zurückführen, dass die Aktivitäten der handelnden Person auf einen bestimmten anziehenden Zielzustand ausgerichtet sind, wie dies bereits unter Punkt 3.2 erläutert wurde. Dabei ist laut Heckhausen et al. (2010, S. 3) diese

Motivation ein bestimmtes Ziel anzustreben, sowohl von personenbezogenen als auch von situationsbezogenen Einflüssen geprägt.

Diese Erklärungsansätze, welche die Ursache von Verhalten sowohl auf interne Quellen (Personenfaktoren), als auch auf externe Quellen (Situationsfaktoren) zurückführen und damit Motivation als Produkt von Person und Situation verstehen, sind aufgrund ihres hohen Erklärungsgehalts, besonders bei sekundären Bedürfnissen die bedeutendsten Erklärungsansätze der derzeitigen Motivationspsychologie. Deshalb werden sie in Folge etwas genauer beschrieben (vgl. Heckhausen et al., 2010, S. 3; Gerrig, 2015, S. 423; Rheinberg, 2008, S. 42).

3.3.1 Motivation als Wechselwirkung zwischen Person und Situation

Bei der Erklärung der Richtung, Persistenz und Intensität von zielgerichtetem Verhalten, spielen laut Heckhausen et al. (2010, S. 3) eine Vielzahl an Faktoren eine Rolle. Diese lassen sich, wie weiter oben bereits erwähnt wurde, gliedern in Faktoren, die der jeweiligen Person zugeschrieben werden, z. B. Motive, Ziele, Bedürfnisse, und in Faktoren, die sich aus einer bestimmten Situation ergeben, z. B. Gelegenheiten, mögliche Anreize (vgl. Heckhausen, 2010, S. 3; Rheinberg, 2008, S. 42). Das motivierte Handeln ergibt sich, wie in Abbildung 3 ersichtlich ist, aus einem Zusammenwirken bzw. aus der Interaktion dieser Personenfaktoren und Situationsfaktoren.

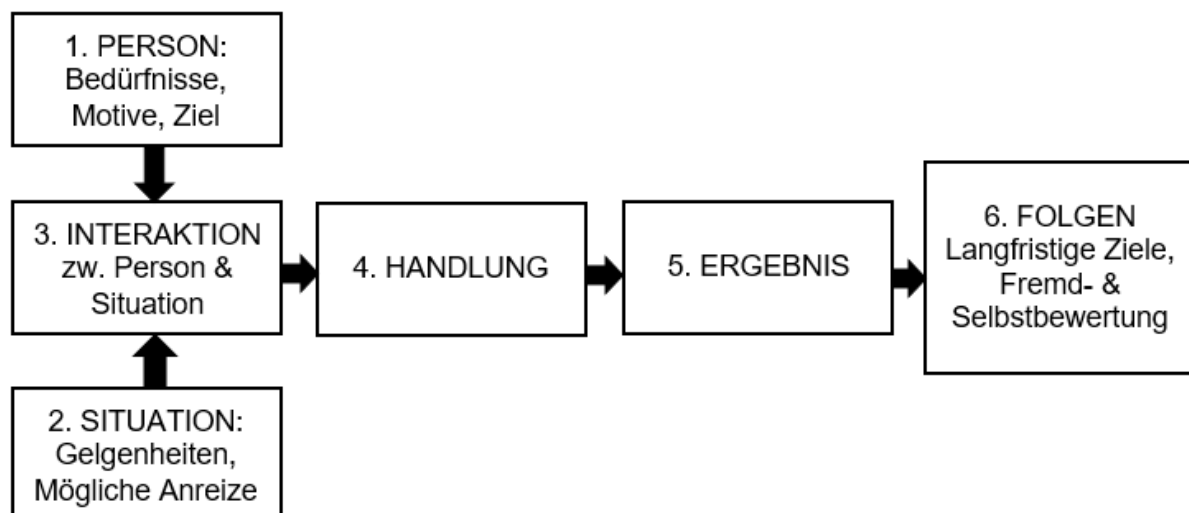


Abbildung 3: Überblicksmodell zu Determinanten und Verlauf motivierten Handelns (mod. nach Heckhausen et al., 2010, S. 3)

3.3.2 Personenfaktoren

Heckhausen et al. (2010, S. 3) unterscheidet drei Arten von personenbezogenen Faktoren:

- *universelle Verhaltenstendenzen und Bedürfnisse,*
- *Motivdispositionen (implizite Motive), die einzelne Individuen von anderen unterscheiden und*
- *Zielsetzungen (explizite Motive), die eine Person gefasst hat und verfolgt.* (Heckhausen, 2010, S. 3)

Unter universellen Verhaltenstendenzen und Bedürfnissen werden v. a. elementare physiologische Bedürfnisse, wie etwa Hunger und Durst verstanden, die alle Menschen gemeinsam haben (vgl. Heckhausen et al., 2010, S. 4). Murray (1938, S. 80) bezeichnet diese Bedürfnisse als primäre Bedürfnisse und unterscheidet diese von „höheren“ sekundären Bedürfnissen wie z. B. Leistungsbedürfnis, Anschlussbedürfnis und Unabhängigkeitsbedürfnis. Diese sekundären Bedürfnisse finden bei Heckhausen und Heckhausen (2010, S. 4 f.) in den Motiven das ihnen entsprechende Gegenstück. Wobei hier zwischen impliziten und expliziten Motiven unterschieden wird.

Individuelle Motivdispositionen oder implizite Motive sind laut McClland, Koestner und Weinberger (zit. nach Heckhausen et al., 2010, S. 4) „in früher Kindheit gelernte emotional getönte Präferenzen (habituelle Bereitschaften), sich immer wieder mit bestimmten Arten von Anreizen auseinander zu setzen“. Implizite Motive werden herangezogen, wenn es darum geht zu erklären, weshalb sich verschiedene Personen voneinander unterschiedlich, jedoch über die Zeit hinweg konstant, verhalten (vgl. Heckhausen et al., 2010, S. 4). Explizite Motive hingegen sind nach Brunstein (2010, S. 239) „Selbstbilder, Werte und Ziele, die sich eine Person selbst zuschreibt und mit denen sie sich identifiziert“ und „sie dokumentieren, welche Vorstellungen eine Person von ihren eigenen handlungsleitenden Motiven hat“.

Für den empirischen Teil ist hier relevant, welche dieser Personenfaktoren mit dem Fragebogen erhoben werden können. Da implizite Motive laut Brunstein (2010, S. 239) bereits sehr früh und noch vorsprachlich vermittelt werden und damit nichtsprachlich repräsentiert sind, können diese nicht mit Methoden des Selbstberichts erfasst werden. Weghaupt (2015, S. 46) leitet daraus Schwierigkeiten ab, die impliziten Motive anhand eines Fragebogens zu erheben. Lehnert, Sudeck und Conzelmann (2011, S. 147) postulieren diesbezüglich, dass explizite Motive mit bewusst reflektiertem Verhalten und implizite Motive mit spontanem Verhalten in Verbindung gebracht werden. Das bedeutet bei bewussten Entscheidungen für die Aufnahme einer (sportlichen) Aktivität spielen speziell explizite Motive eine Rolle. Dem fügt Lehnert et al. (ebd.) hinzu, dass explizite Motive im Gegensatz zu impliziten Motiven mit Hilfe von Fragebögen erfasst werden können. Das bedeutet die Erhebung im Hauptteil beschäftigt sich mit den expliziten Motiven der Probanden und damit mit den Selbstbildern der Probanden.

3.3.3 Situationsfaktoren

Wie weiter oben bereits beschrieben wurde, sind Situationsfaktoren Gelegenheiten bzw. Anreize, die bei der handelnden Person Motive aktivieren. Laut Heckhausen und Heckhausen (2010, S. 5 f.) können sich die Situationen unterscheiden, je nachdem wie ausgeprägt und in welcher Konstellation Situations-Ergebnis-Erwartungen, Handlungs-Ergebnis-Erwartungen und Ergebnis-Folgen-Erwartungen vorliegen. Je höher die Situations-Ergebnis-Erwartung ist, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass Situation auch ohne Handeln zu einem Ergebnis führt, daher ist der Anreiz zum Handeln gering. Bei geringer Situations-Ergebnis-Erwartung gepaart mit hoher Handlungs-Ergebnis-Erwartung, d. h. Situation führt nur mit Handeln zu einem Ergebnis, ist hingegen der Handlungsanreiz hoch. Zusätzlich verstärkt wird der Handlungsanreiz, wenn zusätzlich noch günstige Ergebnis-Folgen-Erwartungen vorliegen, also die Folgen des Ergebnisses als positiv bewertet werden (vgl. Heckhausen et al., 2010, S. 5 f.).

Entsprechen diese Anreize der Tätigkeit selbst oder dem Ergebnis, das aus der Handlung resultiert, spricht man von intrinsischen Handlungsanreizen. Sind hingegen die Folgen von Handlung und Ergebnis, wie etwa Annäherung an langfristige Ziele oder materielle Belohnungen, Anreize für eine Handlung, so spricht man von extrinsischen Handlungsanreizen (vgl. Heckhausen et al., 2010, S. 6).

Bezogen auf die Sportausübung formuliert Gabler (2002, S. 160), dass diese sowohl intrinsisch, also um seiner selbst willen betrieben werden kann, als auch extrinsisch, zur Erreichung von Folgen, die außerhalb sportlicher Handlung liegen. Einen Sport um seiner selbst willen und somit intrinsisch auszuüben bedeutet, dass die Anreize dieser sportlichen Aktivität im Vollzug selbst liegen, oder im Erzielen des auf das Handeln folgenden Ergebnisses (Beckmann, Fröhlich & Elbe, 2009, S. 519). Geht man z. B. ins Kickbox-Training, um Spaß an der Bewegung zu haben oder um sich auspowern zu können, spricht man von intrinsischer Motivation. Geht man jedoch trainieren, da man sich dafür eine Belohnung oder Anerkennung von jemandem erhofft, spricht man von extrinsischer Motivation.

3.3.4 Interaktion zwischen Person und Situation

Rothermund & Eder (2011, S. 92) beschreiben die Interaktion zwischen Person und Situation folgendermaßen:

Motiväußerungen zeigen sich jedoch nicht immer, sondern erst dann, wenn das jeweilige Motiv durch eine motivthematisch passende Situation angeregt wird. Motive entsprechen also einer erhöhten Bereitschaft, motivthematisch passende Elemente von Situationen zu identifizieren und auf diese in charakteristischer Weise zu reagieren. Diese Tendenz äußert sich aber nur in Verbindung mit einer Situation, die die

Gelegenheit für den Erwerb motivbezogener Anreize liefert. (Rothermund & Eder, 2011, S. 92)

Die passende Situation hat also eine anregende Wirkung auf eine bestimmte Person und führt dazu, dass es zur Aktivierung des zur Situation passenden Motivs kommt. Ähnlich formuliert dies Alfermann et al. (2010, S. 111), der ebenfalls in der Besonderheit der jeweiligen Situation den Grund sieht, weshalb Motive einer Person angeregt werden. Fehlt einer der beiden Faktoren, so Rothermund et al. (2011, S. 93), wird die Entstehung der Motivation verhindert, sei es aufgrund eines Mangels an motivthematischen Anreizen oder aufgrund eines zu schwach ausgeprägten Motivs.

Es lässt sich also festhalten, dass sich Motivation aus der Interaktion von Person und Situation ergibt, indem eine bestimmte Situation ein bestimmtes Motiv bei einer Person aktiviert. Die Motivation wiederum ist verantwortlich dafür, dass eine Handlung in Gang gesetzt, ausgerichtet und aufrechterhalten wird (vgl. Alfermann et al., 2010, S. 111; Rothermund et al., 2011, S. 93).

3.4 Motive im Sport

Was treibt Menschen an, einen Berg zu besteigen, mit dem Mountainbike einen Berg hinunterzurasen, im Fitness-Studio zu trainieren, Yoga zu machen, laufen zu gehen oder Kampfsport auszuüben? Gemeinsam haben diese sportlichen Aktivitäten, dass sie auf die eine oder andere Weise mit Anstrengung verbunden sind. Hier stellen sich Motivationspsychologen die Frage, warum Menschen solche Aktivitäten ausführen, obwohl es leichter wäre, betrachtet man die psychische und physische Anstrengung, diese zu unterlassen (vgl. Gerrig, 2015, S. 421). Antworten auf diese Frage werden laut Gerrig (2015, S. 421) in der Motivation der Sporttreibenden Individuen gesucht.

Wie wir bereits wissen ist Motivation ein Produkt aus unterschiedlichen personenbezogenen und situationsbezogenen Faktoren. In Anlehnung daran definiert Gabler (2002, S. 13) „Motive im Sport als persönlichkeitspezifische Wertungsdispositionen, die auf sportliche Situationen gerichtet sind“. Allerdings merkt Gabler (ebd.) an, wollte man alle sportlichen Situationen berücksichtigen, auf die Sporttreibende ihre Motive ausrichten, würde dabei eine lange unübersichtliche Liste herauskommen. Aus diesem Grund bedarf es einer Klassifizierung der Motive im Sport.

3.4.1 Klassifizierung von Motiven im Sport

Wie bereits am Anfang dieses Kapitels erwähnt haben Gabler (2002) und Lehnert et al. (2011) mit ihren Arbeiten einen wichtigen Beitrag für die Motivforschung im Sport geleistet. Der

empirische Teil dieser Arbeit beruht im Wesentlichen auf der Klassifizierung der Motive im Sport nach Gabler (2002) bzw. auf dem darauf aufbauenden, von Lehnert et al. (2011) entwickelten, Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport (BMZI).

3.4.1.1 Klassifizierung der Motive im Sport nach Gabler (2002)

Bei der Klassifizierung der Motive im Sport stützt sich Gabler (2002, S. 13) auf Grundsituationen im Sport, dabei handelt es sich um häufig wiederkehrende Situationen, mit denen man im Sport konfrontiert wird, oder die man durch den Sport aufsucht, zu denen man aufgrund von Erfahrungen, welche „man in und mit ihnen macht, stabile Bewertungssysteme entwickelt“ (Gabler, 2002, S. 13). Damit Unübersichtlichkeit vermieden werden kann wird nach Grundsituationen im Sport gesucht, „zu denen relativ viele Personen überdauernde, generelle und individuelle Wertungsdispositionen besitzen“ (Gabler, ebd.). Laut Gabler (ebd.) bedarf es drei Schritten, um Ordnung in die Vielfalt der Motive für Sportausübung zu bringen und diese sinnvoll aufzeigen zu können:

1. Situationen die im Sport häufig wiederkehren benennen und begrifflich klar voneinander abgrenzen
2. Bewertungen, Erwartungen und Zielvorstellungen kennzeichnen, welche auf die Situation gerichtet sind
3. Prüfen, ob Motive gemeinsame Merkmale aufweisen, um Klassifizierung zu Motivgruppen zu rechtfertigen.

Um Punkt 1 Genüge zu tun, benennt Gabler (2002, S. 14) häufig im Sport wiederkehrende Situationen und die mit den jeweiligen Situationen in Verbindung stehenden Motive. Zudem ordnet Gabler (ebd.) die Motive danach, ob sie auf das Sporttreiben selber auf das Ergebnis des Sporttreibens oder auf das Sporttreiben als Mittel zum Zweck gerichtet sind bzw. ob sie auf sich selbst bezogen („ichbezogen“) sind, oder auch andere mit einbeziehen („im sozialen Kontext“), wie Tabelle 2 zeigt.

Tabelle 2: Merkmale zur Klassifizierung von Motiven im Sport (nach Gabler, 2002)

	ichbezogen	im sozialen Kontext
bezogen auf das Sporttreiben selbst	Bewegung, körperliche Aktivität u. a.	Soziale Interaktion
bezogen auf das Ergebnis des Sporttreibens	Leistung als Selbstbestätigung	Leistung als Fremdbestätigung

bezogen auf das Sporttreiben als Mittel für weitere Zwecke	Gesundheit u. a.	Kontakt, Geselligkeit u. a.
--	------------------	-----------------------------

Dieser Ordnung folgend definiert Gabler (2002, S. 16 f.) 30 Grundsituationen im Sport. Die Strukturierung der 30 Grundsituationen Gablers ist in Tabelle 3 veranschaulicht.

Tabelle 3: Klassifizierung und Vielfalt der Motive im Sport (nach Gabler, 2002)

	ichbezogen	im sozialen Kontext
bezogen auf das Sporttreiben selbst	1. Bewegung, körperliche Aktivität, Funktionslust 2. Freude an bestimmten sportspezifischen Bewegungsformen 3. Ästhetische Erfahrungen 4. Bewegungsempfindungen, kinästhetische Erfahrungen 5. Selbsterfahrung, Selbsterkenntnis 6. Askese, körperliche Herausforderung, Selbstüberwindung 7. Spiel 8. Risiko, Abenteuer, Spannung	9. Soziale Interaktion
bezogen auf das Ergebnis des Sporttreibens	10. Leistung als Selbstbestätigung und sachbezogener Erfolg 11. Leistung als Selbstbestätigung und subjektbezogener Erfolg 12. Leistung als Selbstbestätigung und sozialbezogener Erfolg	13. Leistung als Präsentation 14. Leistung als Fremdbestätigung und soziale Anerkennung 15. Leistung als Prestige 16. Leistung als Dominanz und Macht
bezogen auf das Sporttreiben als Mittel für weitere Zwecke	17. Gesundheit 18. Fitness, körperliche Tüchtigkeit 19. Aussehen, Eitelkeit 20. Entspannung, Zerstreuung, Abwechslung	26. Kontakt, Anschluss 27. Geselligkeit, Kameradschaft 28. Aggression 29. Sozialer Aufstieg

	21. Kompensation (Ausgleich) 22. Naturerlebnis 23. Freizeitgestaltung 24. Materielle Gewinne	30. Ideologie
--	---	---------------

Ausgehend von seinen 30 Grundsituationen im Sport entwickelt Gabler (2002) einen Motivfragebogen mit 24 Items (vgl. Lehnert et al., 2011, S. 149). Im Rahmen einer Studie zur Sportentwicklung in Tübingen im Jahr 2001, wurden 800 Probanden mit diesem Motivfragebogen befragt, warum sie sportlich aktiv sind. Als Antwortmöglichkeit wurde den Probanden die 24 Items in Verbindung mit einer fünfstufigen Likert-Skala präsentiert, die sie für die drei am häufigsten ausgeübten Sportarten beantworten konnten (vgl. Gabler, 2002, S. 20). Zu den zentralen Ergebnissen dieser Untersuchung zählt, dass anhand einer Faktorenanalyse die 24 Items, sechs Motivgruppen zugeordnet werden konnten. Laut dieser Untersuchung gibt es also sechs Motivgruppen, anhand derer sich erklären lässt, weshalb Menschen Sport treiben, dazu gehören die Motivgruppen: Leistung, Kontakt, Fitness (inkl. Gesundheit und Figur), Bewegungsfreude, Erholung und Natur (vgl. Gabler, 2002, S. 27).

Lehnert, Sudeck und Conzelmann knüpfen an die Ergebnisse von Gabler an und entwickeln ausgehend von dessen Klassifikationsschema das BMZI, ein Instrument zur multidimensionalen Erfassung von Motiven im Sport, welches im folgenden Kapitel ausführlich thematisiert wird.

3.4.1.2 Entwicklung des BMZI

Der Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport wurde von Lehnert, Sudeck und Conzelmann (2011) entwickelt, das Ziel „einer multidimensionalen Erfassung von Motiven und Zielen im Gesundheits- und Freizeitsport“ (Lehnert et al., 2011, S. 146) verfolgend.

Diese Bestrebungen lassen sich darauf zurückführen, dass zielgruppenspezifische Sportangebote gefordert wurden, die zusätzlich zu den bisher gängigen Differenzierungen der Zielgruppen, wie soziodemographische, gesundheitliche, körperliche Merkmale oder Risikofaktoren, sowie das aktuelle Sportverhalten und die sportliche Vorgeschichte, vor allem psychische Handlungsvoraussetzungen berücksichtigen (vgl. Conzelmann et al., 2011, S. 146; Lehnert et al., 2012, S. 4). Laut Lehnert et al. (2011, S. 146) sind Motive eine zentrale psychische Handlungsvoraussetzung für das Sporttreiben und für „eine möglichst breite motivationale Verankerung des Sportengagements (Conzelmann et al., 2012, S. 4) sind eine Vielzahl von Motiven relevant. Daher wurde von Lehnert et al. (2011) das Instrument des BMZI

entwickelt, um damit „die multidimensionale Erfassung der Motive und Ziele im Gesundheits- und Freizeitsport“ (Lehnert et al., 2011, S. 146) zu ermöglichen. Dabei beziehen die Autoren sich auf die zuvor beschriebene Arbeit von Gabler (2002) indem sie dessen Klassifikationsschema als Ausgangspunkt für die eigene Testentwicklung heranziehen, allerdings nicht, ohne dieses zu überarbeiten und zu erweitern (vgl. Conzelmann, 2012, S. 5). Das Ergebnis wird folgendermaßen beschrieben:

Das BMZI ist ein diagnostisches Instrument, welches im Anwendungsfeld des Freizeit- und Gesundheitssport eine breite und zugleich ökonomische Erfassung relevanter Motive ermöglicht. Es ist auf das mittlere bis höhere Erwachsenenalter ausgerichtet. [...] Die Einstiegsfrage des BMZI lautet „Warum treiben Sie Sport [...]?“, worauf die Probanden ihre Antworten auf fünfstufigen Likert-Skalen geben sollen (von 1 „trifft überhaupt nicht zu“ bis 5 „trifft völlig zu“). Mit insgesamt 24 Items werden sieben Motivbereiche (Subdimensionen) erfasst [...].“ (Conzelmann et al. 2012, S. 5)

In Tabelle 4 ist das BMZI mit den Subdimensionen und den dazugehörigen Items veranschaulicht. Die einzelnen Subdimensionen werden nun kurz erläutert werden: Die Subdimensionen Fitness/Gesundheit und Figur/Aussehen sind zweckzentriert, d. h. es wird Sport als Mittel zum Zweck getrieben. Während die Subdimension Fitness/Gesundheit jene anspricht, die sporteln, um sich fit und gesund zu halten, spricht die Subdimension Figur/Aussehen jene an, die sich durch Sport ihr körperliches Erscheinungsbild verbessern wollen. Kontaktmotiv lässt sich in „Kontakt im Sport“ und „Kontakt durch Sport“ unterteilen, ersteres meint Kommunikation und Interaktion während des Sports, zweiteres meint im Gegensatz dazu durch den Sport neue Kontakte aufzubauen, oder zu pflegen. Unter der Motivdimension Ablenkung/Katharsis finden sich Items die auf die Erholungsfunktion des Sports gerichtet sind. Die Motivdimension Aktivierung/Freude entspricht der Zuwendung zu einer positiv konnotierten Aktivität. Bei Wettkampf/Leistung spielen der soziale Vergleich bzw. die Erreichung eigener sportlicher Ziele eine Rolle, sowie tätigkeitszentrierte Reize, die im Wettkampf bedeutsam werden. Das Motiv Ästhetik stellt ebenfalls tätigkeitszentrierte Aspekte dar, allerdings wird hier die Möglichkeit beschrieben, die Schönheit gelingender Bewegung während des Sporttreibens beschrieben.

Tabelle 4: Subdimensionen des Motiv- und Zielinventars (nach Conzelmann et al., 2012)

Subdimension		Itemformulierung
Fitness/Gesundheit		um mich in körperlich guter Verfassung zu halten
		vor allem um körperlich fit zu sein
		vor allem aus gesundheitlichen Gründen
Figur/Aussehen		um abzunehmen
		um mein Gewicht zu regulieren
		wegen meiner Figur
Kontakt	im Sport	um mit anderen gesellig zusammen zu sein
		um etwas in einer Gruppe zu unternehmen
		um dabei Freunde/Bekannte zu treffen
	durch Sport	um dadurch neue Menschen kennen zu lernen
		um durch den Sport neue Freunde zu gewinnen
Ablenkung/Katharsis		um Ärger und Gereiztheit abzubauen
		weil ich mich so von anderen Problemen ablenke
		um Stress abzubauen
		um meine Gedanken im Kopf zu ordnen
Aktivierung/Freude		um mich zu entspannen
		vor allem aus Freude an Bewegung
		um neue Energie zu tanken
Wettkampf/Leistung		weil ich im Wettkampf aufblühe
		um mich mit anderen zu messen
		um sportliche Ziele zu erreichen
		wegen des Nervenkitzels
Ästhetik		weil es mir Freude macht die Schönheit der menschlichen Bewegung im Sport zu erleben
		weil mir Sport die Möglichkeit für schöne Bewegung bietet

4 Aktueller Forschungsstand

Im folgenden Kapitel wird ein Überblick über den derzeitigen Forschungsstand in der sportartspezifischen Motivforschung gegeben, im Besonderen soll dabei auf die Motivforschung im Bereich des Kickboxens eingegangen werden. Dabei liegt der Fokus auf der deutschsprachigen Literatur.

4.1 Sportartspezifische Motivforschung

Sucht man im Katalog der Universitätsbibliothek nach den Stichworten „Motive Sport“ findet man exakt 548 Beiträge, darunter die im vorigen Kapitel bereits ausführlich beschriebenen Arbeiten von Gabler (2002) und Lehnert, Sudeck und Conzelmann (2011). Bei diesen Arbeiten handelt es sich um wichtige Wegbereiter für die Motivforschung im Sport im Allgemeinen, jedoch auch für jene Untersuchungen die Motive in einzelnen Sportarten untersuchen.

Konkretisiert man die Suche, indem man die Ergebnisse auf den Zeitraum zwischen 1999 und 2016 und auf das Thema „Sportwissenschaften“ beschränkt, bekommt man eine Liste mit 39 Arbeiten. Viele dieser Arbeiten beschäftigen sich konkret mit einer Sportart und versuchen zu erheben was die Sportler antreibt ihre Sportart auszuüben. Das Spektrum der Sportarten, die bereits dieser Motivforschung unterzogen wurden ist bereits sehr umfassend und reicht von Individualsportarten, wie z. B. Sportklettern, Cross-Fit oder Triathlon bis hin zu Teamsportarten, wie etwa Fußball, Volleyball und Ultimate Frisbee. Die Zielgruppen der Untersuchungen variieren ebenfalls, während manche sich ausschließlich auf den Leistungssport konzentrieren, beispielsweise Margreiter (2015) in ihrer Arbeit „Sportliche Identität und Motivation im Spitzen-Nachwuchsfußball“, zielen andere auf den Amateurbereich ab, wie etwa Schneider (2012) in ihrer Arbeit „Sportliche Identität und Motivation: ein Vergleich österreichischer Amateurspieler im American Football und im Fußball“. Wieder andere Arbeiten vernachlässigen diese Unterscheidung und beziehen alle, die den jeweiligen Sport ausüben, in die Untersuchung ein, ein Beispiel hierfür ist die Arbeit von Macher (2016) „Motive im Tennissport: eine quantitative Erhebung unter österreichischen Tennisspielern und Tennisspielerinnen“.

Betrachtet man die bestehenden Arbeiten die sich mit dem Thema Motive oder Motivation beschäftigen wird deutlich, dass viele dieser Arbeiten als Erhebungsinstrument einen Fragebogen verwenden, der von Weiß & Curry (1989) entwickelten wurde und in deren Studie „Sport Identity and Motivation for Sport Participation: A Comparison Between American College Athletes and Austrian Student Sport Club Members“ zum Einsatz kam. In diesen Arbeiten geht es um die sportliche Identität von Sportlern, in diesem Kontext werden ebenfalls die Motive erhoben, welche für die Sportler relevant sind ihren Sport auszuüben, als ein

Beispiel soll hier die Arbeit von Donas (2000) *„Die Sportliche Identität Österreichischer Kickboxer“* angeführt werden, diese Arbeit wird in weiterer Folge noch genauer betrachtet.

Daneben gibt es mehrere Arbeiten, dazu zählt auch diese Arbeit, deren Instrument für die empirische Untersuchung auf dem BMZI von Lehnert et al. (2011) aufbaut. Durch die Weiterentwicklung des BMZI, im Wesentlichen durch das Hinzufügen von Subkategorien und Items, die für eine bestimmte Sportart als relevant erachtet werden, lässt sich mit diesem Instrument erheben, welche Motive für die Menschen, die jene Sportart ausüben besonders bedeutsam sind bzw. welche eher unwichtig sind. Diese auf dem BMZI aufbauenden Arbeiten, dienen bei der Erstellung der vorliegenden Arbeit als Orientierungshilfe und Unterstützung. Exemplarisch sollen hier die Arbeiten von Weghaupt (2015) *„Snowboarden – Motive und Stellenwert im Leben der Sportler/innen“*, Rockenschaub (2015) *„Motivstrukturen im Fußball“* und Pakosta (2015) *„Motive im Karate – Eine empirische Untersuchung zu den Motiven österreichischer Karateka“* erwähnt werden.

4.2 Kickboxspezifische Motivforschung

Der Sport Kickboxen wurde bislang in der wissenschaftlichen Forschung wenig thematisiert. Das mag zum einen darauf zurückzuführen sein, dass es sich beim Kickboxen um eine relativ junge Sportart handelt, die, wie in Kapitel 3 bereits erwähnt, erst in den 70ern des 20. Jahrhunderts entstanden ist. Zum anderen zählt Kickboxen in Österreich eher zu der Gruppe der Randsportarten, denen es nur in einem relativ geringen Ausmaß gelingt in Massenmedien Beachtung zu finden. Sucht man im Bibliothekskatalog der Universität Wien nach dem Schlagwort „Kickboxen“ findet man lediglich 20 Werke. Bei diesen Werken handelt es sich allerdings in erster Linie um Ratgeber für die korrekte Ausführung von Kickboxtechniken und das „richtige“ Kickboxtraining. Ausnahme davon sind die Arbeiten von Winkelmann (2008) *„Kickboxen und Weiblichkeit“* sowie die, zuvor bereits erwähnte, Arbeit von Donas (2000) *„Die sportliche Identität österreichischer Kickboxer“*.

Letzt genannte Arbeit untersucht aufbauend auf dem Fragebogen von Weiß & Curry (1989) die sportliche Identität und die Motive österreichischer Kickboxer. Bei der Erhebung der Motive wird, folgendermaßen vorgegangen: Die Probanden werden mit 13 Aussagen zu ihrer Kickboxtätigkeit konfrontiert, die auf einer fünfstufigen Likert-Skala von 1 (= stimme stark zu) bis 5 (= lehne stark ab) zu bewerten sind. Folgende Aussagen stehen zur Bewertung:

Ich kickboxe, ...

- *weil ich am Wettkampf Freude habe*
- *weil es aufregend ist*
- *weil ich meine Zeit gerne mit anderen verbringe*

- zur Entspannung
- weil meine Freunde (kick-)boxen
- um körperlich fit zu sein
- weil ich gerne gewinne
- um attraktiv auszusehen
- um Kameradschaft zu erleben
- weil ich mich gerne bewege
- weil ich dabei neue Leute kennen lerne
- weil meine Familie es wünscht
- weil (ich) in diesem Sport Karriere machen will (Donas, 2000, S. 105 f.)

Im Rahmen dieser Untersuchung wurde 50 Kickboxer aus unterschiedlichen Vereinen in ganz Österreich interviewt. Interessant ist die Anmerkung von Donas (2000), dass deshalb ausschließlich männliche Kickboxer interviewt wurden, „da der weibliche Anteil beim Kickboxen sehr gering ist“ (Donas, 2000, S. 62). Das zeigt, dass Kickboxen vor etwa 16 Jahren eine klar männerdominierte Sportart ist.

Nun zu den Ergebnissen dieser Untersuchung: Mit 74 % erreicht die Aussage „weil ich am Wettkampf Freude habe“ die stärkste Zustimmung unter den Probanden, gefolgt von der Aussage „um körperlich fit zu sein“, „weil ich gerne gewinne“ und „weil es aufregend ist“ (vgl. Donas, 2000, S. 106). Die Aussagen „um attraktiv auszusehen“, „um Kameradschaft zu erleben“ und „weil ich dabei neue Leute kennen lerne“ haben laut Donas (ebd.) einen relativ geringen Zuspruch.

Außerdem stellt Donas (2000, S. 106) fest, dass Kickboxer nicht deshalb ihren Sport ausüben, da Freunde von ihnen das tun, oder die Familie dies wünscht. Daraus folgert Donas (2000), dass die Entscheidung zu kickboxen „eine rein individuelle Entscheidung ist“ (Donas, 2000, S. 106).

Weitere Ergebnisse der Untersuchung zeigen, dass es altersbedingte Unterschiede zwischen den Probanden gibt, was die Motive für das Kickboxen angeht. So stimmen Kickboxer unter 19 Jahre, die Donas (2000) als junge Kickboxer bezeichnet, den Aussagen „weil ich gerne Zeit mit anderen verbringe“, „weil meine Freunde Kickboxen betreiben“ und „um attraktiv auszusehen“ signifikant stärker zu als ältere Kickboxer.

5 Forschungsdesign

Im nächsten Schritt werden die Forschungsziele verdeutlicht, sowie die methodische Vorgehensweise zur Erreichung eben dieser. Als Ausgangspunkt der Forschung werden zunächst einmal die Forschungsfragen formuliert und im Zusammenhang damit die Hypothesen, die es zu überprüfen gilt. Danach wird das Instrument der Erhebung besprochen und begründet, weshalb dieses Instrument als geeignet für diese Erhebung eingeschätzt wurde. Gegen Ende dieses Kapitels geht es um die Qualitätssicherung der Ergebnisse und wird im Hinblick auf den Hauptteil die Datenauswertung besprochen.

5.1 Forschungsziel

Vereinfacht ausgedrückt ist es das Ziel dieser Arbeit herauszufinden, was Menschen veranlasst den Kickboxsport auszuüben. In diesem Kontext ist es von Interesse, die Motive offen zu legen, die Menschen dazu bewegen ins Kickboxtraining zu gehen oder sich im Kampf eins gegen eins Drucksituationen auszusetzen. Zudem soll überprüft werden, ob es zwischen Gruppen mit verschiedenen Merkmalsausprägungen, wie z. B. Alter, Geschlecht, Ausübungsdauer unterschiedliche Motivtendenzen gibt. Haben beispielsweise Neuanfänger andere Motive als diejenigen, welche diesen Sport schon mehrere Jahre ausüben, oder Frauen andere Motive als Männer?

5.2 Forschungsfrage und Hypothesen

Dem Forschungsziel entsprechend lauten die zentralen Forschungsfragen dieser Arbeit:

- *Was sind die Motive, die Menschen dazu veranlassen den Kickboxsport auszuüben und welchen Stellenwert nimmt das Kickboxen im Leben dieser Menschen ein?*
- *Gibt es Merkmalsabhängige Unterschiede oder Zusammenhänge zwischen den Kickboxern/-innen bezüglich deren Motive für die Ausübung des Sports?*
- *Gibt es Zusammenhänge zwischen dem Stellenwert des Kickboxens im Leben der Probanden und der Motivausprägungen?*

Aus diesen Fragestellungen ergeben sich weitere Fragen, die für die Beantwortung, der oben genannten, von Bedeutung sind. Diese werden in Tabelle 5 thematisch gegliedert veranschaulicht. Als Vorbild für diese thematische Gliederung dient die Arbeit von Kreuzeder (2015).

Tabelle 5: Gliederung der Forschungsfragen

Soziodemographische Merkmale	- Welche Personengruppen sind, bezogen auf die Ausprägung der Variablen Alter, Geschlecht, Bildung und Trainingsort im Kickboxsport vertreten? - Wie häufig sind bestimmte Personengruppen im Kickboxsport vertreten?
Einstieg und Vorstellungen	- Wie wurden die befragten Personen auf das Kickboxen aufmerksam? - Hatten die Probanden ein Bild vom Kickboxen, bevor sie damit begannen, wenn ja welches? - Bestätigte sich dieses Bild?
Erfahrung und Leistungsniveau	- Wie lange kickboxen die Probanden bereits? - Wie intensiv wird das Kickboxen ausgeübt (wie viele Monate pro Jahr, wie viele Einheiten pro Woche, Dauer der Einheiten und Intensität des Trainings)? - Welche Disziplinen trainieren die befragten Personen? - Welche Graduierung haben die Probanden? - Wie wird das eigene Können eingeschätzt? - Nehmen die Probanden an Wettkämpfen teil und wenn ja, auf welchem Niveau?
Motive und Stellenwert	- Welche Motive werden von den Probanden genannt, aufgrund derer sie kickboxen. - Was sind die fürs Kickboxen bedeutendsten Motive? - Haben die befragten Personen positive oder negative Erlebnisse bei der Ausübung des Kickboxens gemacht, wenn ja welche? - Welchen Stellenwert hat das Kickboxen im Leben der Probanden? - Unterscheiden sich Gruppen mit bestimmten Merkmalsausprägungen (Männer und Frauen) voneinander? - Gibt es Zusammenhänge zwischen der Ausprägung bestimmter Merkmale und den Motiven?

Sportliche Aktivität	- Welche Sportarten werden neben dem Kickboxen ausgeübt? - Wie intensiv werden andere Sportarten ausgeübt (wie viele Monate pro Jahr, wie viele Einheiten pro Woche, Dauer der Einheiten und Intensität des Trainings)?
----------------------	--

Aus den formulierten Forschungsfragen lassen sich folgende Hypothesen ableiten. Mittels der Überprüfung dieser Hypothesen sollen eben diese Forschungsfragen beantwortet werden.

Hypothese 1: Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Männern und Frauen.

Hypothese 2: Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Sportlern/innen die neben dem Kickboxen noch andere Sportarten ausüben, und jenen, die ausschließlich kickboxen.

Hypothese 3: Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Kickboxern/innen die an bedeutenden Turnieren teilgenommen haben und jenen, die noch nicht an einem solchen Turnier teilgenommen haben.

Hypothese 4: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Alter der Kickboxer/innen und den zentralen Motiven die sie als Grund für die Ausübung des Kickboxens angeben.

Hypothese 5: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Ausbildungsniveau und den zentralen Motiven das Kickboxen auszuüben.

Hypothese 6: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen der Intensität mit welcher die Probanden/innen das Kickboxen betreiben und den zentralen Motiven, die sie als Grund für die Ausübung des Kickboxens angeben.

Hypothese 7: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen der Häufigkeit des Trainings und den zentralen Motiven, die für die Ausübung des Kickboxsports angegeben werden.

Hypothese 8: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen den Jahren die Probanden/innen kickboxen und ihren zentralen Motiven, die sie als Grund für die Ausübung des Kickboxens angeben.

Hypothese 9: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Stellenwert, welchen das Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt und den zentralen Motiven, die sie als Grund für die Ausübung des Kickboxsports angeben.

Hypothese 10: Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen Probanden/innen, die an nationalen bzw. internationalen Turnieren teilnehmen und denen, die nicht an solchen Turnieren teilnehmen, bezüglich des Stellenwerts, den Kickboxen in ihrem Leben einnimmt.

Hypothese 11: Es besteht ein Signifikanter Zusammenhang zwischen Trainingshäufigkeit und dem Stellenwert, den Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt.

5.3 Auswahl des Untersuchungsinstruments

Für die empirische Untersuchung wurde als geeignetes Instrument die standardisierte schriftliche Befragung ausgewählt, mit überwiegend geschlossenem Antwortformat, ergänzt durch einige offene Fragen. Die Erhebung wurde internetgestützt in Form einer Online-Umfrage durchgeführt. Es wurde in dieser Untersuchung deshalb der quantitative Zugang gegenüber dem qualitativem vorgezogen, da es Ziel dieser Arbeit ist zu erklären welche Motive Menschen haben den Kickboxsport auszuüben. Es geht also darum „überindividuelle Zusammenhänge und Regeln zwischen Begebenheiten“ (Raithel, 2008, S. 12) aufzudecken, dies geschieht in der quantitativen Forschung durch das messbar Machen sozialer Gegebenheiten, wie z. B. das Ausbildungsniveau, durch einen Operationalisierungsvorgang und der anschließenden Analyse mit statistischen Verfahren (vgl. ebd.). Zudem hat sich diese Art und Weise der Befragung schon in anderen Studien in denen ebenfalls die Motive für eine bestimmte Sportart untersucht wurden als erfolgreich herausgestellt.

Vorteile, die sich aus dieser Art der Befragung ergeben sind, dass die Umfrage relativ einfach über das Internet verbreitet werden kann und somit eine große Zahl an Probanden, ohne erheblichen Mehraufwand erreicht werden kann, was wiederum eine positive Auswirkung auf die Repräsentativität der Umfrage hat. Zudem können die Daten relativ einfach aus dem „Web-Survey“ in die statistische Analysesoftware exportiert werden. Raithel (2008, S. 67) fügt dem hinzu, dass ein weiterer Vorteil einer solchen Erhebung darin besteht, dass die befragten Personen ausreichend Zeit haben ihre Antworten zu überdenken und sich nicht in der Gesprächssituation mit dem Interviewer dazu genötigt sehen möglichst schnell eine Antwort

zu finden, außerdem wird die Person des Interviewers als mögliche Beeinflussungsquelle eliminiert.

Nachteile, die sich durch diese Art der Befragung ergeben können sind, dass die Befragungssituation nicht kontrollierbar ist und andere Personen die Antworten der befragten Person beeinflussen können. Außerdem kann auf Verständnisfragen der Probanden/innen nicht eingegangen werden und es besteht ein gewisses Risiko, dass einzelne Fragen nicht beantwortet werden bzw. die Beantwortung des Fragebogens abgebrochen wird. (vgl. Raithel, 2008, S. 67) Ein weiterer Nachteil ist, dass nicht überprüft werden kann, ob es sich bei denen, die den Fragebogen ausfüllen tatsächlich um Personen handelt, welche der angestrebten Zielgruppe zuzurechnen ist (vgl. Bortz & Döring, 2016).

Um das Risiko zu verkleinern, dass der Fragebogen aufgrund von Verständnisschwierigkeiten oder Unklarheiten nur unvollständig ausgefüllt wird, wurde besonders auf eine verständliche und möglichst eindeutige Formulierung der Fragen geachtet. Behilflich dabei war ein Pre-Test, der bei mehreren kickbox-affinen Probanden, als auch bei Probanden die keinerlei Erfahrung im Kickboxen haben, durchgeführt wurde. Mit Hilfe der Anmerkungen der Probanden aus dem Pre-Test wurde der Fragebogen überarbeitet.

5.4 Erstellung des Fragebogens

Der Fragebogen, der dieser Arbeit zugrunde liegt, entstand unter Berücksichtigung bereits bestehender Fragebögen, deren Ziel ebenfalls die Motivforschung jedoch in anderen Sportarten ist. Hier ist besonders der Fragebogen, der im Rahmen einer Untersuchung der Motive und Ziele im Gesundheits- und Freizeitsport von Lehnert et al. (2011) erstellt und als BMZI bezeichnet wurde hervorzuheben. Außerdem wurden auch jene Fragebögen, die auf das BMZI aufbauen als Vorbild herangezogen. Als Beispiel sollen hier die Arbeiten „Motive und Hindernisse im Ultimate Frisbee“ von Hochreiner (2014), „Snowboarden – Motive und Stellenwert im Leben der Sportler/innen“ von Weghaupt (2015) und „Motive im Karate – Eine empirische Untersuchung zu den Motiven österreichischer Karateka“ von Pakosta (2015) erwähnt werden.

Zudem wurde nach Studien gesucht, die sich mit Motiven im Kickboxen auseinandersetzen. Das Ergebnis dieser Recherche war allerdings nicht besonders befriedigend, da lediglich eine Untersuchung gefunden wurde, die versucht Motive im Kickboxen zu erheben. Das ist die bereits weiter oben erwähnte Arbeit von Donas (2000) „Die sportliche Identität österreichischer Kickboxer“.

Bei der Erstellung des Fragebogens wurden Teile der anderen Fragebögen, die auf das BMZI aufbauen, welche für diese Untersuchung als passend angesehen wurden, übernommen und

andere Teile weggelassen bzw. überarbeitet. Der Aufbau des Fragebogens wurde im Großen und Ganzen beibehalten. Wie in der Fachliteratur empfohlen, ist der Fragebogen in thematische Blöcke gegliedert, die so angeordnet sind, dass die Probanden/innen anfangs mit eher allgemeinen, leicht zu beantwortenden Fragen konfrontiert werden, denen eine „Eisbrecher-Funktion“ und eine Motivationsfunktion zukommt. Erst im weiteren Verlauf des Fragebogens werden die Fragen dann spezifischer und zielen auf das eigentliche Erkenntnisinteresse der Untersuchung ab. Damit wird Empfehlungen aus der Fachliteratur entsprochen, die untersuchungsrelevanten Fragen im zweiten Drittel des Fragebogens abzufragen. Diese Empfehlung geht auf die Erfahrung zurück, dass am Anfang die Aufmerksamkeit steigt, allerdings mit zunehmender Fragedauer wieder abnimmt, womit in etwa im zweiten Drittel des Fragebogens die Aufmerksamkeit bei den Probanden am höchsten ist (vgl. Raithel, 2008, S. 75 f.).

Dadurch hat sich folgende Reihenfolge der Themenblöcke ergeben: „Persönliche Daten“, „Ausübung der Sportart“, „Einstieg in die Sportart“, „Motive“, „Stellenwert des Kickboxens“, „Andere Sportarten“ und „Feedback“.

Die Themenblöcke „Persönliche Daten“, „Einstieg in die Sportart“, „Andere Sportarten“ und „Feedback“ wurden kaum verändert. Die Themenblöcken „Ausübung der Sportart“, „Motive“ und „Stellenwert des Kickboxens“ wurden hingegen zum Teil stark überarbeitet.

Bei dem Themenkomplex „Ausübung der Sportart“ wurden Teile aus den Fragebögen, die auf das BMZI aufbauen, übernommen und weitere für das Kickboxen relevante Fragen hinzugefügt, z. B. die Fragen zur Graduierung, Disziplin, Trainingsart und Wettkampfteilnahme.

Im Themenkomplex Motive wurden alle 24 Items des BMZI übernommen, unter anderem um eine Vergleichbarkeit der verschiedenen Studien zu sportartspezifischen Motiven auf Basis der BMZI-Items zu ermöglichen. Diesen 24 BMZI-Items wurden allerdings noch weitere Items beigelegt. Diese weiteren für das Kickboxen relevanten Items wurden zum einen durch eine Vorstudie erhoben. Im Zuge dieser Vorstudie wurden jeweils zwei Kickboxer und Kickboxerinnen befragt. Dabei wurden den Probanden folgende Fragen gestellt:

- „Warum hast du mit dem Kickboxen begonnen?“
- „Was fasziniert dich am Kickboxen?“
- „Was sind derzeit deine Motive, die dich zum kickboxen antreiben?“

Zum anderen wurden auch Items aus bereits bestehenden Fragebögen übernommen, ebenso wie das Format mit welchem die Zustimmung bzw. Ablehnung zu den einzelnen Items erhoben wurde. Dies wurde mit Hilfe einer fünfstufigen Likert-Skala bewerkstelligt. Insgesamt umfasst der Themenkomplex Motivation nun 54 Items.

Beim Stellenwert des Kickboxens dienen die Fragestellungen der Studie von Weiß & Curry (1989) als Vorlage. So etwa die Frage nach der individuellen Bedeutung von unterschiedlichen Lebensbereichen, wie Freundschaften, Familie, Politik und auch Kickboxen. Außerdem wurden Aussagen übernommen, mit deren Hilfe der Stellenwert des Kickboxens im Leben der Probanden erhoben werden soll.

Die Antwortmöglichkeiten wurden unterschiedlich aufbereitet, es wurden sowohl geschlossene als auch offene Fragen verwendet. Das hatte vor allem den Grund, dass sich manche Fragen relativ einfach mit geschlossenen Antworten zufriedenstellend beantworten lassen, während bei anderen Fragen der Informationsgehalt, den man durch geschlossene Fragen erzielen würde, nicht zufriedenstellend gewesen wäre. Zudem kommt, dass abwechselnde Antwortformate den Fragebogen abwechslungsreicher und damit ansprechender machen für die Teilnehmer/innen, was sich positiv auf die Rücklaufquote auswirken könnte.

Nachdem der Fragebogen in seiner ersten Fassung fertig war, wurde er dem Betreuer dieser Diplomarbeit, Dr. Clemens Ley, vorgelegt und auf Basis dessen Rückmeldungen überarbeitet. Danach wurde die Online-Umfrage erstellt, welche wie weiter oben bereits erwähnt einem Pre-Test unterzogen und in weiterer Folge mit Hilfe der Rückmeldungen aus dem Pre-Test noch einmal überarbeitet wurde.

5.5 Aufbau des Fragebogens

Der Aufbau des Fragebogens gestaltet sich wie folgt: Auf ein kurzes, einleitendes Begleitschreiben, welches die Studienteilnehmer unter anderem über die Ziele der Studie, über den ungefähren Zeitaufwand des Fragebogens und über die Vertraulichkeit mit der die Daten behandelt werden informiert, folgen die einzelnen Themenblöcke des Fragebogens.

Den Anfang dabei machen Fragen zu „Persönliche Daten“, hier werden soziodemographische Daten, wie Geschlecht, Alter etc. erhoben. Gefolgt von den Frageblöcken zur „Ausübung der Sportart“ und „Einstieg in die Sportart“, diese Fragen drehen sich zum einen um die Intensität mit der die Sportart ausgeübt wird und das Level, auf dem die Probanden/innen kickboxen. Zum anderen wird erfragt, wie die Studienteilnehmer zum Kickboxen gekommen sind. Im Anschluss daran folgt der umfangreichste Frageblock, der das Thema Motive im Kickboxen behandelt, hier werden insgesamt 54 Items auf einer fünfstufigen Likert-Skala von 1 (= trifft gar nicht zu) bis 5 (= trifft völlig zu) bewertet. Außerdem wird den Probanden die Möglichkeit gegeben Motive zu ergänzen, die seiner oder ihrer Meinung nach, von den 54 Items nicht abgedeckt wurden. Es wird zudem nach positiven und damit motivierenden bzw. negativen und somit eher demotivierenden Erlebnissen in der individuellen Kickboxkarriere gefragt. Darauf folgt der Themenblock „Stellenwert des Kickboxens“, dieser behandelt den

individuellen Stellenwert, den das Kickboxen im Leben des jeweiligen Studienteilnehmers einnimmt. Der vorletzte Fragenkomplex zielt darauf ab, zu eruieren, ob die Befragten neben dem Kickboxen noch andere Sportarten ausüben und welche. Den Abschluss bildet der Themenkomplex „Feedback“. In diesem Abschnitt wird erhoben wie verständlich der Fragebogen für die Probanden/innen war und ob dieser eine angemessenen Länge hatte. Zusätzlich wird hier die Möglichkeit gegeben in offener Form Anmerkungen zum Fragebogen zu machen. Die abschließende Frage zielt darauf ab, zu erheben, ob der Fragebogen ernsthaft ausgefüllt wurde, oder zwecks Interesse einfach durchgeklickt wurde. Wobei letzteres aufgrund des Umfangs des Fragebogens eher unwahrscheinlich ist.

Nach Beendigung des Fragebogens kommt eine Danksagung und die Studienteilnehmer/innen haben die Möglichkeit ihre E-Mailadresse zu hinterlassen, für den Fall, dass diese über die Ergebnisse der Studie informiert werden möchten.

5.6 Grundgesamtheit und Stichprobe

Die Studie richtet sich an alle in Österreich aktiv kickboxenden Menschen, d. h. es kann jeder und jede an dieser Studie teilnehmen, unabhängig von Alter, Geschlecht und Erfahrung. Einzige Voraussetzung ist, dass er oder sie den Kickboxsport aktiv ausübt.

Die Probanden/innen wurden mittels persönlichen Nachrichten auf Facebook, sowie Einträgen in kickboxspezifischen Facebook-Gruppen kontaktiert. Neben der Verbreitung über soziale Medien suchte ich sowohl per E-Mail als auch telefonisch Kontakt zum Bundes-ÖBFK, sowie zu den einzelnen Landesfachverbänden des ÖBFK in der Hoffnung, dass mich diese bei der Verbreitung des Fragebogens unterstützen würden. Hier war besonders Martin Lautenschlager, der Präsident des ÖBFK Landesfachverbands Niederösterreich eine große Hilfe. Ebenfalls nahm ich persönlichen Kontakt zu Levente Bertalan, Präsident des ÖBFK Landesfachverband Wien und Lisa Kössler auf, die gemeinsam den Wiener Kickboxverein Team Tae-Kibo leiten. Durch ihren Aufruf in der Kickboxszene konnten vermutlich die meisten Teilnehmer/innen lukriert werden.

Insgesamt konnten mit dieser Online-Umfrage 340 Personen erreicht werden, wobei 223 davon und damit der überwiegende Großteil den Fragebogen auch tatsächlich bis zum Ende ausfüllte und somit auch für die Auswertung herangezogen werden konnte. Demnach füllten 117 Personen den Fragebogen nur unvollständig aus bzw. brachen die Beantwortung des Fragebogens ab. Diese wurden nicht für die Auswertung herangezogen.

5.7 Durchführung der Erhebung

Nach der Fertigstellung des Fragebogens und der Überarbeitung auf Basis der Rückmeldungen aus den Pre-Tests und des Betreuers dieser Diplomarbeit, Dr. Clemens Ley, wurde die Online Umfrage aktiviert und wie weiter oben bereits erwähnt via E-Mail, soziale Netzwerke und persönliche Kontakte verbreitet.

Im Zuge dessen wurde der folgende Text per E-Mail an den ÖBFK, an die Landesfachverbände des ÖBFK und an die meisten, der im ÖBFK-Verzeichnis gelisteten Vereine gesendet:

Sehr geehrte/r Herr/Frau XY,

im Rahmen meiner Diplomarbeit an der Universität Wien beschäftige ich mich, in Zusammenarbeit mit dem Institut für Sportpsychologie mit dem Thema „Motive beim Kickboxen“. Im Zuge dessen möchte ich herausfinden, was Menschen dazu bewegt zu kickboxen und welche Motive für die Ausübung dieser Sportart verantwortlich sind.

Ziel ist es, Erkenntnisse über die Situation in Österreich zu gewinnen und diese möglicherweise als Grundlage für zukünftige Initiativen der sportlichen Förderung nutzen zu können.

Zu diesem Zweck habe ich einen elektronischen Fragebogen erstellt. Damit die Ergebnisse dieses Fragebogens aussagekräftig sind, brauche ich eine möglichst große Anzahl an Probanden.

Daher wende ich mich an Sie, in der Hoffnung, dass Sie mir dabei behilflich sein können meinen Fragebogen zu verbreiten, so dass er möglichst viele Kickboxer und Kickboxerinnen in Österreich erreicht.

Der folgende Link führt zu einer Maske, wo zwischen meinem Fragebogen "Motive beim Kickboxen" und einer Umfrage einer Kollegin zum Thema "Motive beim Thaiboxen" ausgewählt werden kann:

<http://homepage.univie.ac.at/clemens.ley/limesurvey/index.php/238215/lang-de>

Vielen Dank schon im Voraus und sportliche Grüße,

Felix Pehböck

Da ich auf dieses erste E-Mail relativ wenig Rückmeldung bekam, schickte ich an jene, von denen ich noch keine Rückmeldung erhielt noch einmal ein E-Mail mit folgendem Text:

Sehr geehrte/r Herr/Frau XY,

da ich auf meine letzte E-Mail keine Antwort erhalten habe, probier ich es noch einmal:

Im Rahmen meiner Diplomarbeit an der Universität Wien beschäftige ich mich, in Zusammenarbeit mit dem Institut für Sportpsychologie, mit dem Thema „Motive beim Kickboxen“. Im Zuge dessen möchte ich herausfinden, was Menschen dazu bewegt zu kickboxen und welche Motive für die Ausübung dieser Sportart verantwortlich sind.

Ziel ist es, Erkenntnisse über die Situation in Österreich zu gewinnen und diese möglicherweise als Grundlage für zukünftige Initiativen der sportlichen Förderung nutzen zu können.

Zu diesem Zweck habe ich einen Online-Fragebogen erstellt. Damit die Ergebnisse des Fragebogens aussagekräftig sind, brauche ich eine möglichst große Anzahl an Probanden.

Daher wende ich mich an Sie in der Hoffnung, dass Sie mir dabei behilflich sein können, meinen Fragebogen zu verbreiten, so dass er möglichst viele Kickboxer und Kickboxerinnen in Österreich erreicht. Eine große Hilfe wäre, wenn Sie den Fragebogen selber ausfüllen und wenn möglich in ihrem Verein verbreiten könnten.

Folgender Link führt zum Online-Fragebogen (Dauer ca. 10-15 Minuten):

<http://homepage.univie.ac.at/clemens.ley/limesurvey/index.php/468292/lang-de>

Bitte nehmen Sie sich kurz Zeit und helfen Sie mir dabei, diesen wunderbaren Sport etwas genauer zu verstehen. Vielen Dank schon im Voraus und sportliche Grüße,

Felix Pehböck

In sozialen Netzwerken wurde der Fragebogen mit folgendem Begleittext verbreitet:

Liebe Kickboxerinnen und Kickboxer!

Im Zuge meiner Diplomarbeit beschäftige ich mich mit "Motive beim Kickboxen". Um herauszufinden, was Menschen antreibt und motiviert diesen Sport auszuüben, brauche ich EURE Hilfe! Bitte füllt dazu meinen Fragebogen aus, dauert ca. 10 bis 15 Minuten! Danke ☺

Der folgende Link führt zu einer Maske wo zwischen meinem Fragebogen Motive beim Kickboxen und einer Umfrage einer Kollegin zum Thema Motive beim Thaiboxen ausgewählt werden kann:

<http://homepage.univie.ac.at/clemens.ley/limesurvey/index.php/238215/lang-de>

Die Verbreitung über Online-Medien sowie der persönliche Kontakt zu Personen, die innerhalb der Kickbox-Szene sehr gut vernetzt sind verhalfen der Umfrage schließlich zu einer Stichprobe, die mit 223 vollständig ausgefüllten Fragebögen als statistisch repräsentativ angesehen werden kann.

5.8 Qualitätssicherung

Das Ziel einer empirischen Erhebung wie dieser muss sein, möglichst fehlerfreie und exakte Ergebnisse zu liefern. Nur stellt sich dieses Ziel in der Forschungspraxis als ein relativ schwieriges Unterfangen dar und wird kaum vollständig erreicht (vgl. Raithel, 2008, S. 44; Schnell, Hill & Esser, 2011, S. 143). Das führt Raithel (ebd.) unter anderem darauf zurück, dass es zu Messfehlern kommt, indem die Messwerte nicht nur die Ausprägung des angestrebten Merkmals wiedergeben.

Um diese Messfehler auf ein Minimum zu reduzieren, gilt es bei der Erstellung des Messinstruments und bei der anschließenden Durchführung der Untersuchung, sowie bei der Auswertung der erhobenen Daten auf bestimmte Gütekriterien zu achten. Diese werden nun genauer beschrieben, sowie jene Schritte, die im Zuge der Erstellung und der Durchführung dieser Untersuchung als auch bei der Interpretation der gewonnenen Ergebnisse unternommen wurden, um eben diese Gütekriterien einzuhalten.

5.8.1 Gütekriterien

In der Fachliteratur werden die Gütekriterien in der quantitativen Sozialforschung eingeteilt in die Hauptgütekriterien: Objektivität, Reliabilität und Validität, sowie in die Nebengütekriterien: Ökonomie, Vergleichbarkeit und Nützlichkeit (vgl. Raithel, 2008, S. 44 f.). Messungen sollen demnach möglichst objektiv, reliabel und valide sein. Außerdem ist für die praktische Durchführung darauf zu achten, dass die Messung ökonomisch, vergleichbar und nützlich ist (vgl. ebd.). Welche Bedingungen eine Messung erfüllen muss, um als objektiv, reliabel und valide zu gelten wird im Anschluss beschrieben.

Objektivität

Damit ein Messinstrument als objektiv gilt muss es ein ausreichendes Maß an Intersubjektivität gewährleisten, also möglichst unabhängig von der Person sein, die das Messinstrument anwendet. Vollständige Objektivität würde dann vorliegen, wenn zwei Personen die dasselbe Messinstrument verwenden zu übereinstimmenden Ergebnissen kommen (vgl. Raithel, 2008, S. 45). Analog zu den Forschungsphasen lässt sich in Durchführungsobjektivität,

Auswertungsobjektivität und Interpretationsobjektivität unterscheiden (vgl. Lienert, 1969, zitiert nach Raithel, 2008, S. 45).

Die Durchführungsobjektivität lässt sich durch Standardisierung der Fragebögen erhöhen, d. h. alle Probanden bekommen den gleichen Fragebogen mit identisch formulierten Fragen. Ebenso können Merkmale des Fragebogens, wie Reihenfolge der Fragen bzw. Antwortvorgaben und Merkmale der Befragungssituation bzw. der Interviewer die Durchführungsobjektivität einschränken. Um dies zu verhindern gilt es vorab Maßnahmen zu ergreifen, wie z. B. Variation der Fragenreihenfolge und eine höchstmögliche Standardisierung der Befragungssituation bzw. des Verhaltens des Interviewers (vgl. Krebs & Menold, 2014, S. 426).

Bei der Auswertungsobjektivität ist vor allem auf die sorgfältige Dokumentation der Datenaufbereitung zu achten, im Zuge derer die Daten auf Fehlerfreiheit und Vollständigkeit überprüft werden (vgl. Krebs et al., 2014, S. 427). Börtz & Döring (2006, S. 195) postulieren, dass die Auswertungsobjektivität erhöht werden kann, indem die Art der Beantwortung und die Antwortbewertung eindeutig vorgegeben werden.

Die Objektivität bei der Interpretation der Ergebnisse, also die Interpretationsobjektivität, ist laut Krebs et al. (2014, S. 426) mit den meisten Problemen verbunden, da es bei Interpretationen immer zu subjektiven Bewertungen kommt und diese kaum außen vorgelassen werden können.

In dieser Untersuchung wurde versucht dem Gütekriterium der Objektivität gerecht zu werden, indem ein standardisierter Fragebogen erstellt wurde, den die Befragten daheim vorm PC, also ohne die Beeinflussung eines Interviewers und ohne Zeitdruck ausfüllen konnten. Zudem wird im Hauptteil des Fragebogens, in dem von den Probanden/innen die Items bewertet werden, versucht, durch Variation der Reihenfolge eben dieser Items, mögliche Effekte, die sich durch die immer gleiche Reihenfolge ergeben könnten, auszuschalten. Da der Fragebogen mit wenigen offenen Fragen auskommt wurden gute Voraussetzungen für die Auswertungsobjektivität geschaffen. Ebenso wurde eine genaue Protokollierung der Vorgehensweise bei der Datenaufbereitung, im Zuge derer die Daten auf Fehlerfreiheit und Vollständigkeit überprüft wurden, vorgenommen, wie unter Punkt 5.9 nachzulesen ist. Zu der Interpretationsobjektivität steuern zwar die überwiegend geschlossenen Fragen ihren Teil bei, allerdings ist festzuhalten, dass es bei der Interpretation der Ergebnisse, wie Krebs & Menold (2014) postulieren, immer zu subjektiven Bewertungen kommt, weshalb bei der Interpretation keine Objektivität garantiert werden kann. Deshalb appelliere ich an die Leser/innen gegebenenfalls von mir gezogene Schlussfolgerungen kritisch zu hinterfragen.

Reliabilität

Um als reliabel (=zuverlässig, verlässlich) zu gelten, muss die Messung eines bestimmten Sachverhalts bei einer Wiederholung unter denselben Bedingungen gleiche, oder zumindest ähnliche Werte liefern (vgl. Raithel, 2008, S. 46). Es handelt sich also um das „Ausmaß, in dem wiederholte Messungen eines Einstellungsobjekts zu gleichen Werten führen“ (Krebs et al., 2014, S. 427). D. h. ein vollständig reliabler Test muss bei mehrmaliger Anwendung bei denselben Personen zu exakt gleichen Ergebnissen führen (vgl. Börtz et al., 2006).

Die Reliabilität eines Tests kann laut Börtz et al. (2006) mit unterschiedlichen Methoden festgestellt werden, zu diesen Methoden gehören die Retest-Methode, die Paralleltest-Methode, die Testhalbierungsmethode und die Konsistenzanalyse.

Letzteres Verfahren wurde eingesetzt, um die Reliabilität der Multi-Item-Skala, mit welcher die Motive der Probanden erhoben werden sollen, zu überprüfen. Dazu wurde mit Hilfe von SPSS der Wert für Cronbach's α berechnet, der Auskunft über die Korrelation zwischen sämtlichen Items des Testinstruments gibt und somit als Indiz für Reliabilität bzw. die Messgenauigkeit dieses Instruments herangezogen werden kann. Der Indikator für die Reliabilität Cronbach's α weist für die 54 Items einen Wert von 0,933 auf. Das lässt den Schluss zu, dass die Items mit einer sehr hohen Messgenauigkeit ausgestattet sind (vgl. Börtz et al., 2006). Damit kann die Multi-Item-Skala als Instrument für die Motiverhebung als reliabel angesehen werden. Unter Punkt 6.4.4 wird der Cronbach's α ebenfalls für die anhand der Faktorenanalyse extrahierten Subdimensionen berechnet.

Validität

Als valide (=gültig) wird ein Messinstrument bezeichnet, wenn es tatsächlich das Phänomen erfasst und misst, dessen Messung angestrebt wird. Für die Überprüfung der Validität gibt es unterschiedliche Möglichkeiten (vgl. Krebs et al., 2014, S. 431; Raithel, 2008, S. 48).

Die Inhaltsvalidität überprüft, ob möglichst alle Aspekte des Konstrukts, die gemessen werden mittels der Items auch tatsächlich ausreichend repräsentiert werden. Für die Beurteilung der Inhaltsvalidität existieren allerdings keine objektiven Kriterien, weshalb sie von der persönlichen Einschätzung abhängt und eher eine Zielvorgabe, die bei der Testkonstruktion bedacht werden muss, als ein Testgütekriterium ist (vgl. Börtz et al., 2006, S. 200).

Kriteriumsvalidität gibt an in welchem Ausmaß „die mit einem Messinstrument erzielten Resultate mit anderen relevanten Merkmalen empirisch korrelieren“ (Raithel, 2008, S. 49).

Die Konstruktvalidität liegt vor, wenn aus dem Konstrukt „empirisch überprüfbare Aussagen über Zusammenhänge dieses Konstrukts mit anderen Konstrukten theoretisch hergeleitet werden können und sich diese Zusammenhänge empirisch nachweisen lassen“ (Raithel, 2008, S. 49).

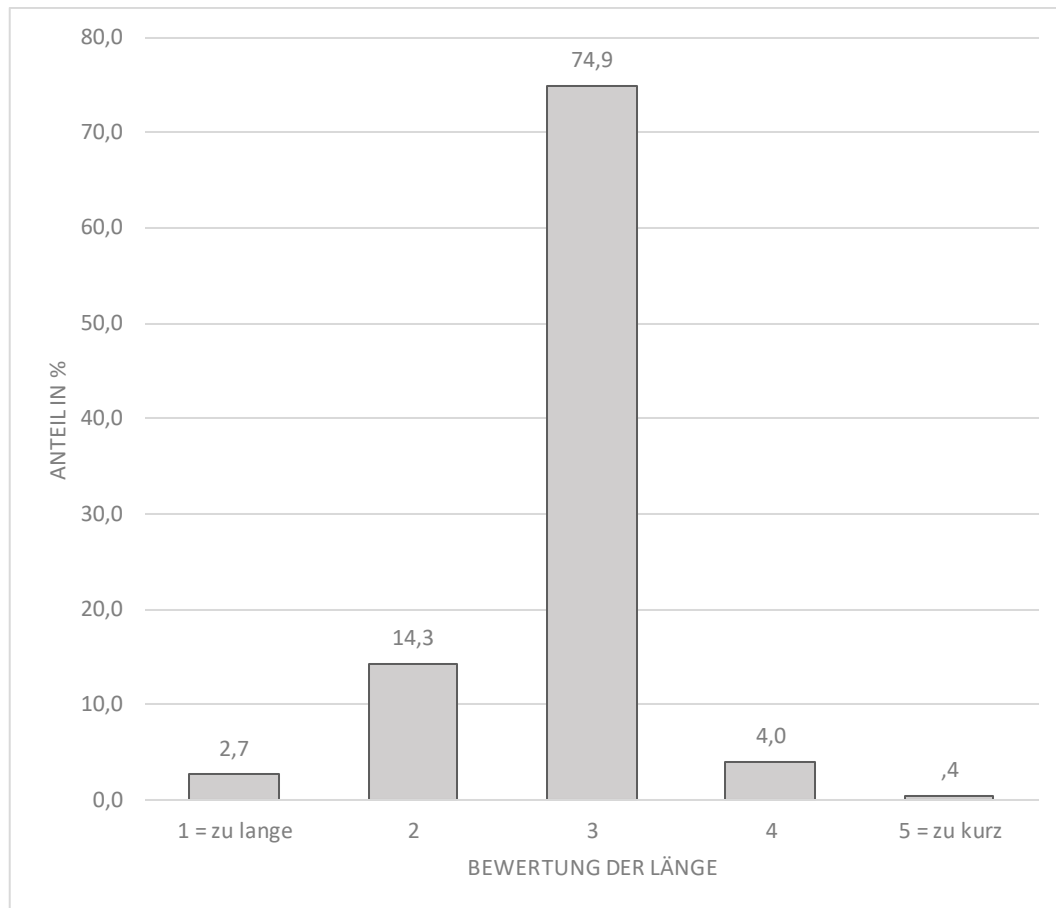
Um die Inhaltsvalidität für das Erhebungsinstrument zu garantieren, wurden vor der Erstellung qualitative Interviews geführt, um damit möglichst alle Items, die für die Messung der Motive von Relevanz sein könnten, auch tatsächlich zu berücksichtigen. Zudem wurde der Itemkatalog, der sich u. a. aus dieser Vorstudie ergab, zusätzlich einem Pre-Test unterzogen, und um Rückmeldung gebeten, ob noch Items hinzugefügt bzw. weglassen werden sollen.

5.8.2 Feedback zum Fragebogen

Die Probanden/innen hatten die Möglichkeit nach der Beantwortung des Fragebogens diesen zu bewerten und Feedback zu geben. Zunächst bekamen die Teilnehmer/innen die Möglichkeit in offener Form Rückmeldung zu geben bzw. dem Fragebogen noch etwas hinzuzufügen. Diese Möglichkeit nutzten 22 Probanden, wobei diese überwiegend positives Feedback gaben, wie z. B. „sehr interessant“, „sehr gute Fragestellung“ oder „spannende Umfrage“. Einige Probanden/innen merkten an, dass manche Fragen doppelt oder dreifach vorkommen, exemplarisch hierfür stehen folgende Antworten: „Manche Fragen des 'Kernteils' wirkten als kämen sie zwei oder gar dreimal sehr ähnlich vor“, „Ihr habt immer wieder die Gleichen Fragen!!“ oder „Fragen kommen in ähnlicher Form mehrfach vor“.

Außerdem wurden die Probanden/innen bezüglich der Länge und der Verständlichkeit des Fragebogens befragt, diese konnten die Probanden auf einer fünfstufigen Likert-Skala beantworten, von 1 = zu lange bis 5 = zu kurz bzw. von 1 = gar nicht verständlich bis 5 = sehr verständlich.

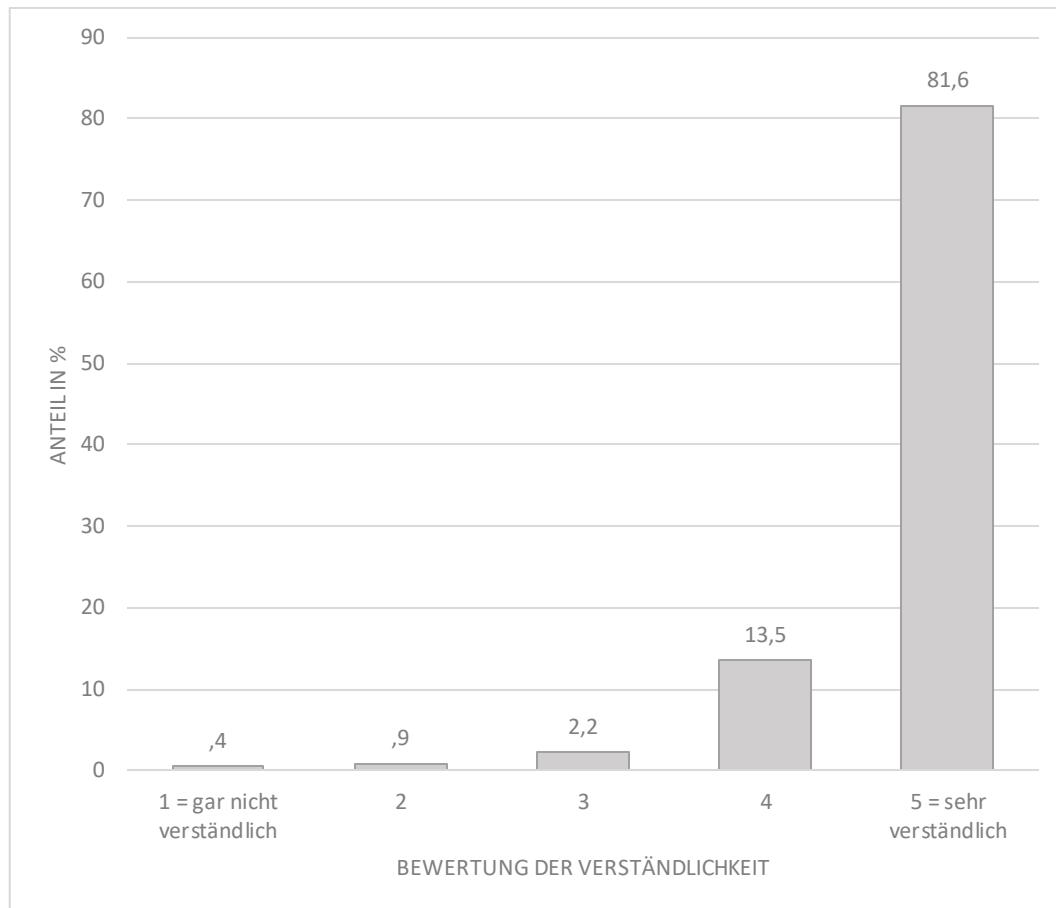
Das Ergebnis der Frage nach der subjektiven Bewertung der Länge des Fragebogens lässt sich aus Grafik 1 ablesen. Demzufolge sind drei Viertel der Befragten der Meinung, dass der Fragebogen weder zu kurz noch zu lange war. Etwa 17 Prozent der Befragten tendieren eher in Richtung „zu lange“, wobei ein kleiner Teil davon tatsächlich von dem Extremwert „zu lange“ gebrauch macht. Etwas mehr als 4 Prozent tendieren eher in Richtung „zu kurz“.



Grafik 1: Bewertung der Länge des Fragebogens (n = 215)

Aus den zuvor dargestellten Ergebnissen ergibt sich als Mittelwert für diese Variable, ein Wert von 2,85, d. h. der bzw. die durchschnittliche Umfrageteilnehmer/in haben die Länge des Fragebogens mit einem Wert von 2,85 bewertet. Damit liegt der Wert relativ knapp bei dem Wert 3, der bedeutet, dass der Fragebogen weder zu lange noch zu kurz war. Die Standardabweichung die bei etwa 0,5 liegt, deutet darauf hin, dass die Antworten der Probanden/innen im Durchschnitt nicht besonders stark voneinander abweichen, wie man bereits in Grafik 1 sehen konnte.

Die Frage nach der subjektiven Verständlichkeit des Fragebogens wurde von den Probanden wie in Grafik 2 visualisiert ist, beantwortet. Beinahe 82 Prozent der Befragten geben an, dass der Fragebogen für sie „sehr verständlich“ war. Weitere 13,5 Prozent geben an, dass der Fragebogen nicht sehr verständlich, aber immerhin verständlich war. Ein geringer Anteil (1,3 Prozent) der Teilnehmer/innen geben an, dass der Fragebogen für sie nicht verständlich bzw. gar nicht verständlich war. Betrachtet man den Mittelwert für die Variable Verständlichkeit, der bei 4,77 liegt, zeigt sich, dass die Verständlichkeit für den Durchschnittlichen Umfrageteilnehmer als relativ hoch bewertet werden kann.



Grafik 2: Bewertung der Verständlichkeit des Fragebogens (n = 215)

Die letzte Frage des Feedbackteils diente der Qualitätssicherung, da hier die Probanden/innen befragt wurden, ob sie den Fragebogen auch ernsthaft ausgefüllt haben. Diese Frage beantworteten 221 der 223 Teilnehmer/innen mit der Antwortoption „Ich habe mich bemüht, die Fragen ehrlich zu beantworten“.

Zusammenfassend lassen sich die Ergebnisse des Feedbackteils als positiv bzw. zufriedenstellend bezeichnen, da zum einen im offenen Feedbackteil viele positive Antworten gegeben wurden. Außerdem erzielte der Fragebogen bei den Variablen Länge und Verständlichkeit sehr gute Werte, weshalb davon ausgegangen werden kann, dass es sich bei den Ergebnissen um stichhaltige Daten handelt.

5.9 Datenauswertung

Für die Erhebung der Daten wurde „LimeSurvey“ verwendet, eine Open Source Online-Umfrage-Applikation. Nachdem die Umfrage eine zufriedenstellende Zahl an Teilnehmern erreicht hatte, wurden die Daten von „LimeSurvey“ mittels der Funktion „Exportiere Ergebnisse in eine SPSS/PASW Command Datei“ exportiert und auf dem PC abgespeichert. Danach

wurden die Daten zur Weiterverarbeitung in die Statistik- und Analysesoftware SPSS importiert und unter dem Dateinamen „Daten_LimeSurvey_16.05.sav“ abgespeichert.

Erster Schritt in SPSS war die unvollständig beantworteten Fragebögen aus dem Datensatz zu löschen, dazu wurden all jene Fragebögen gelöscht, die über kein „submitdate“, also kein Abgabedatum, verfügten. Außerdem wurden die Daten auf Fehler überprüft, dabei wurde vor allem auf Ausreißer geachtet, die aufgrund ihrer Ausprägungen nicht stimmen konnten, allerdings war dies nur bei einem Fragebogen der Fall, wobei dieser aufgrund seiner Unvollständigkeit ohnehin gelöscht wurde. Der überarbeitete Datensatz, der insgesamt 223 vollständige beantwortete Fragebögen enthält, wurde für die Analysen herangezogen.

6 Ergebnisse

6.1 Soziodemographische Daten der Umfrageteilnehmer/innen

Im ersten Teil der Ergebnispräsentation werden allgemeine Informationen über die Umfrageteilnehmer/innen aufbereitet und präsentiert. Im Zuge dessen werden Alter, Geschlecht, Bildungsniveau, Herkunft und die Ausübung anderer Sportarten thematisiert. Das dient vor allem dazu, um ein Bild davon zu bekommen, wer an der Umfrage teilgenommen hat und in welcher Häufigkeit.

6.1.1 Geschlecht

Der erste Punkt der dargestellt werden soll, ist die Geschlechtsverteilung innerhalb der Stichprobe. Von den insgesamt 223 Kickboxer/innen, die an der Untersuchung teilgenommen haben, sind, wie Tabelle 6 zeigt, mit 133 weiblich, das entspricht in etwa 60 Prozent der Stichprobe, und 90 männlich, das entspricht etwas mehr als 40 Prozent. Das bedeutet der überwiegende Großteil der Probanden/innen, die an dieser Studie teilgenommen haben, sind weiblich.

Tabelle 6: Geschlechtsverteilung der Umfrageteilnehmer/innen (n = 223)

	Häufigkeit	Prozent
weiblich	133	59,6
männlich	90	40,4
Total	223	100,0

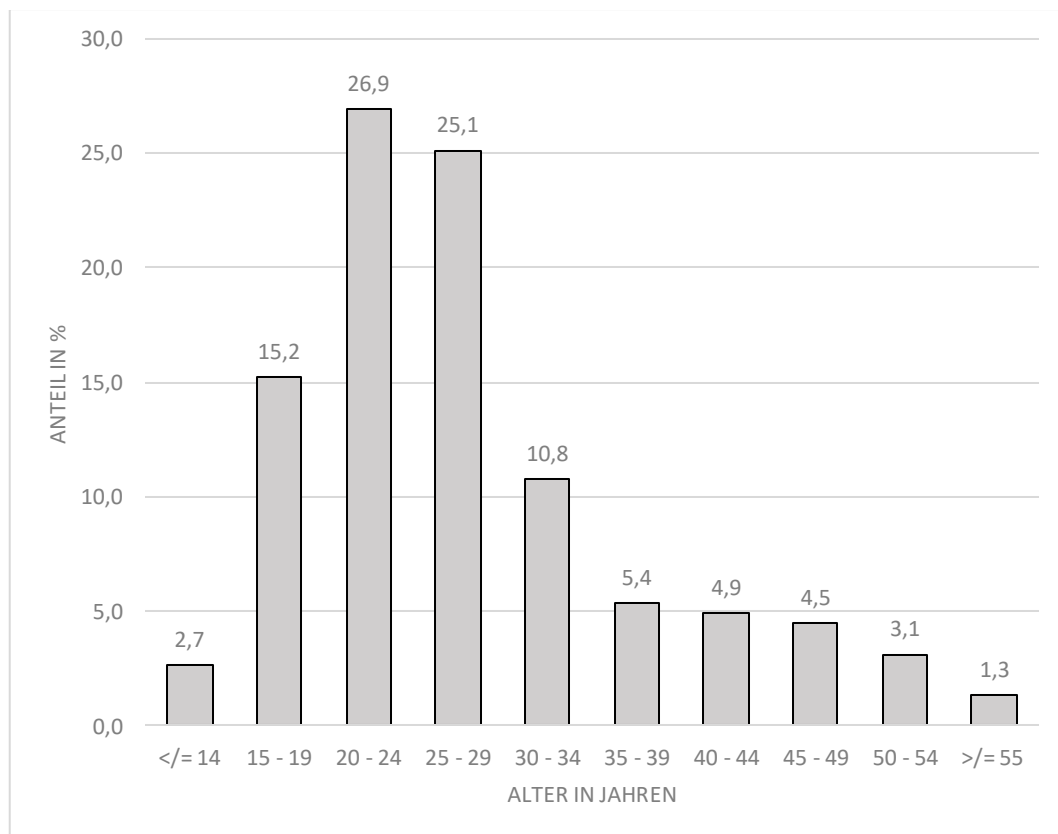
6.1.2 Alter

Betrachtet man die Altersverteilung der Probanden wird deutlich, dass 116 Probanden, das sind etwas mehr als die Hälfte der Befragten, zwischen 20 und 30 Jahre alt sind. Der oder die jüngste Kickboxer/in, der/die an der Untersuchung teilgenommen hat ist zwölf Jahre und der oder die älteste ist 62 Jahre alt. Aus dieser Altersverteilung ergibt sich ein mittleres Alter der Stichprobenteilnehmer, welches ziemlich genau zwischen 27 und 28 Jahren liegt (MW: 27,59). Die Standardabweichung liegt bei etwa 10 Jahren (SD: 9,86). Da das Alter wie in Grafik 3 zu sehen ist normalverteilt ist, bedeutet das 68,2 Prozent der Fälle liegen in einem Intervall von ca. 28 +/- 10 Jahren. Der Modus, also das am häufigsten von den Probanden angegebene Alter ist die Altersgruppe 20 bis 24 Jahre.

Tabelle 7: Alter der Umfrageteilnehmer/innen in Jahren (n = 223)

Alter in Jahren	Häufigkeit	Prozent
<= 14	6	2,7
15 - 19	34	15,2
20 - 24	60	26,9
25 - 29	56	25,1
30 - 34	24	10,8
35 - 39	12	5,4
40 - 44	11	4,9
45 - 49	10	4,5
50 - 54	7	3,1
>= 55	3	1,3
Gesamt	223	100

Wie weiter oben bereits erwähnt zeigt das in Grafik 3 dargestellte Histogramm, dass die Variable Alter annähernd normalverteilt ist.



Grafik 3: Altersverteilung der Untersuchungsteilnehmer in % (n = 223)

6.1.3 Bildungsniveau

In Punkto Bildungsniveau lässt sich aus Tabelle 8 ablesen, dass 73 Personen, das entspricht 32,7 Prozent, also in etwa einem Drittel der Befragten, angeben entweder einen Universitäts- oder einen FH-Abschluss absolviert zu haben. 90 Probanden geben als höchste abgeschlossene Ausbildung entweder AHS- oder BHS-Reifeprüfung an, das entspricht 40,4 Prozent der Befragten. Fasst man diese Ergebnisse zusammen wird deutlich, dass 73,1 Prozent der Probanden angeben zumindest das Maturaniveau erreicht zu haben, wobei hier noch nicht diejenigen berücksichtigt sind, die sich noch in Ausbildung an einer AHS bzw. BHS befinden.

Die restlichen ca. 27 Prozent verteilen sich auf Personen mit Pflichtschulabschluss, die den größten Teil der Gruppe „keine Matura“ ausmachen, Lehre, Meister und Berufsbildende Schule ohne Matura.

In der Kategorie „Sonstiges“ landeten folgende Angaben: Meisterkurs, Kollege, HAK, Gymnasium, Fachausbildung und Diplomkrankenschwäger.

Tabelle 8: Bildungsniveau der Teilnehmer/innen (n = 223)

Bildungsniveau	Häufigkeit	Prozent
Pflichtschule	22	9,9
Lehre	17	7,6
Meister	4	1,8
Berufsbildende Schule ohne Matura	11	4,9
Berufsbildende Schule mit Matura (HAK, HTL, HBLA, ...)	49	22
Allgemeinbildende höhere Schule	41	18,4
Fachhochschule	17	7,6
Universität	56	25,1
Sonstiges	6	2,7
Gesamt	223	100

6.1.4 Bundesland

Von den 223 Befragten gaben 116 an, dass sie in Wien trainieren, das entspricht etwas mehr als der Hälfte der Stichprobe. Die restlichen ca. 50 Prozent verteilen sich zum Großteil auf Niederösterreich (ca. 18 %), Oberösterreich (10 %), Salzburg (ca. 8 %) und die Steiermark (ca. 6 %). Die restlichen Bundesländer Kärnten (ca. 1 %), Tirol (ca. 2 %), Vorarlberg (ca. 1 %) und Burgenland (0,4 %) sind in der Untersuchung deutlich unterrepräsentiert.

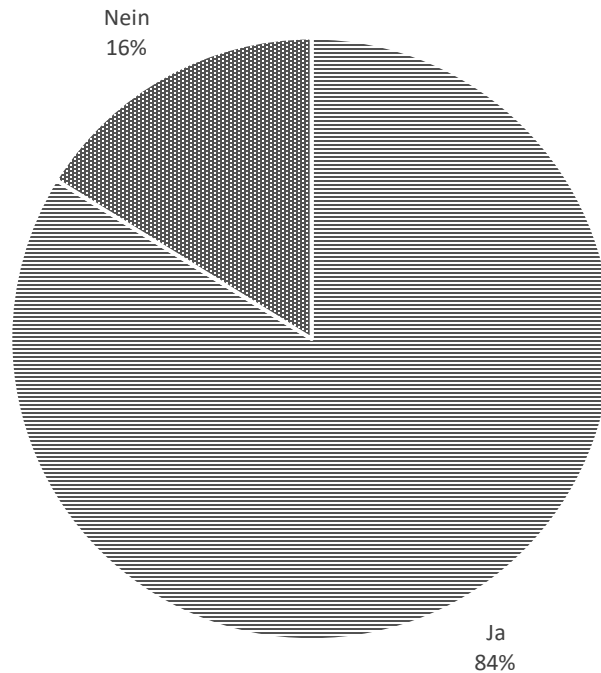
Tabelle 9: Bundesland in dem Teilnehmer/innen trainieren (n = 223)

Herkunft	Anzahl	Prozent
Burgenland	1	0,4
Kärnten	3	1,3
Oberösterreich	23	10,0
Niederösterreich	41	17,8
Salzburg	19	8,3
Steiermark	14	6,1
Tirol	5	2,2
Vorarlberg	3	1,3
Wien	116	50,4
nicht in Ö	5	2,2

6.1.5 Ausübung anderer Sportarten

Auf die Frage, ob neben dem Kickboxen noch andere Sportarten ausgeübt werden antworteten, wie in Grafik 4 dargestellt wird, 16 Prozent mit „Nein“ und 84 Prozent mit „Ja“, d. h. der überwiegende Teil der Befragten übt neben dem Kickboxen andere Sportarten aus.

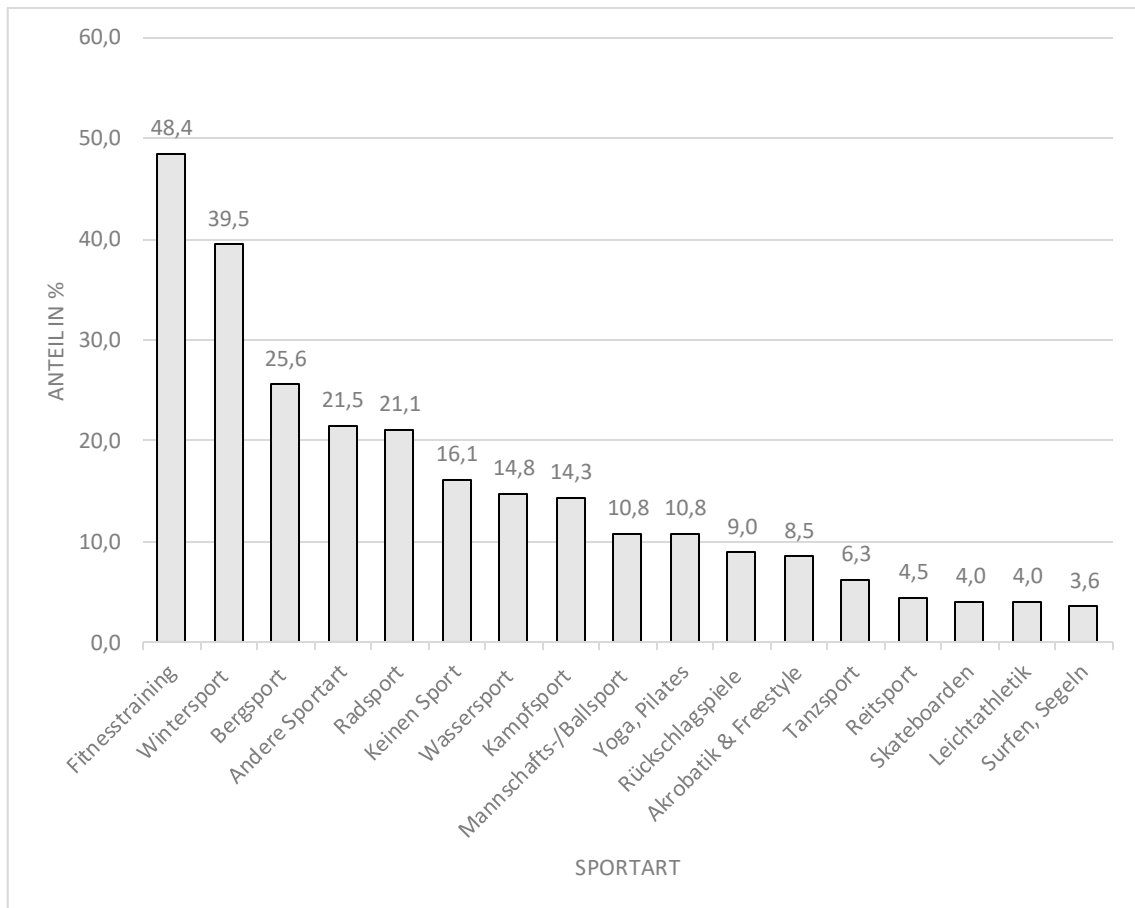
Grafik 5 zeigt, welche Sportarten von den 84 Prozent, die angegeben haben neben dem Kickboxen noch andere Sportarten auszuüben, zu den beliebtesten gehören. Da bei dieser Frage eine Mehrfachnennung möglich war und einige der Probanden davon Gebrauch machten, liegen die kumulierten Prozent deutlich über den 100 Prozent. Die Anteile, die in Grafik 5 dargestellt werden spiegeln wider, wie viel Prozent der gesamten Stichprobe (n = 223) sich für einen bestimmten Sport ausspricht.



Grafik 4: Kickboxer/innen, die auch andere Sportarten ausüben in % (n = 223)

Betrachtet man nun Grafik 5, geht hervor, dass das Fitnesstraining unter den befragten Kickboxern besonders beliebt ist. Fast 50 Prozent der Befragten geben an zusätzlich Fitnesstraining auszuüben. Wobei hier allerdings keine Aussagen darüber getroffen werden können, ob der Sportler aus dem Fitnessbereich kommt und der Fitness wegen kickboxt, oder ob er aus dem Kickboxen kommt und des Kickboxens wegen Fitnesstraining betreibt. Fakt ist, dass es in dieser Stichprobe auf jeden Fall eine große Schnittmenge zwischen Fitnesssportlern und Kickboxern gibt. Die zweitbeliebteste Sportart der Befragten ist der Wintersport, gefolgt von Bergsport, Radsport und der Kategorie „Andere Sportarten“, die alle in etwa gleich viel Zuspruch bekommen. In der Kategorie „Andere Sportarten“ landeten vor allem Sportarten, die eigentlich dem Fitnesssport zugerechnet werden könnten, vor allem Laufen wurde hier oft genannt, aber auch Cross-Fit und Freeletics. Eine andere Sportart die mehrmals in der Kategorie „Andere Sportarten“ genannt wurde ist Bogenschießen. Außerdem ist interessant, dass ca. 14 Prozent angeben, neben dem Kickboxen noch zusätzlich einen anderen Kampfsport auszuüben.

Fasst man die Ergebnisse zusammen, wird deutlich, dass die Umfrageteilnehmer/innen vor allem zu Individualsportarten, wie Ski- und Snowboarden, Bergsport, Radsport oder eben Fitnesstraining tendieren und Mannschaftssportarten, sowie Freestylesportarten wie Skateboarden, Akrobatik, Freestyle und Tanzen eine eher geringe Rolle spielen.



Grafik 5: Sportarten die neben dem Kickboxen ausgeübt werden in % (n = 223)

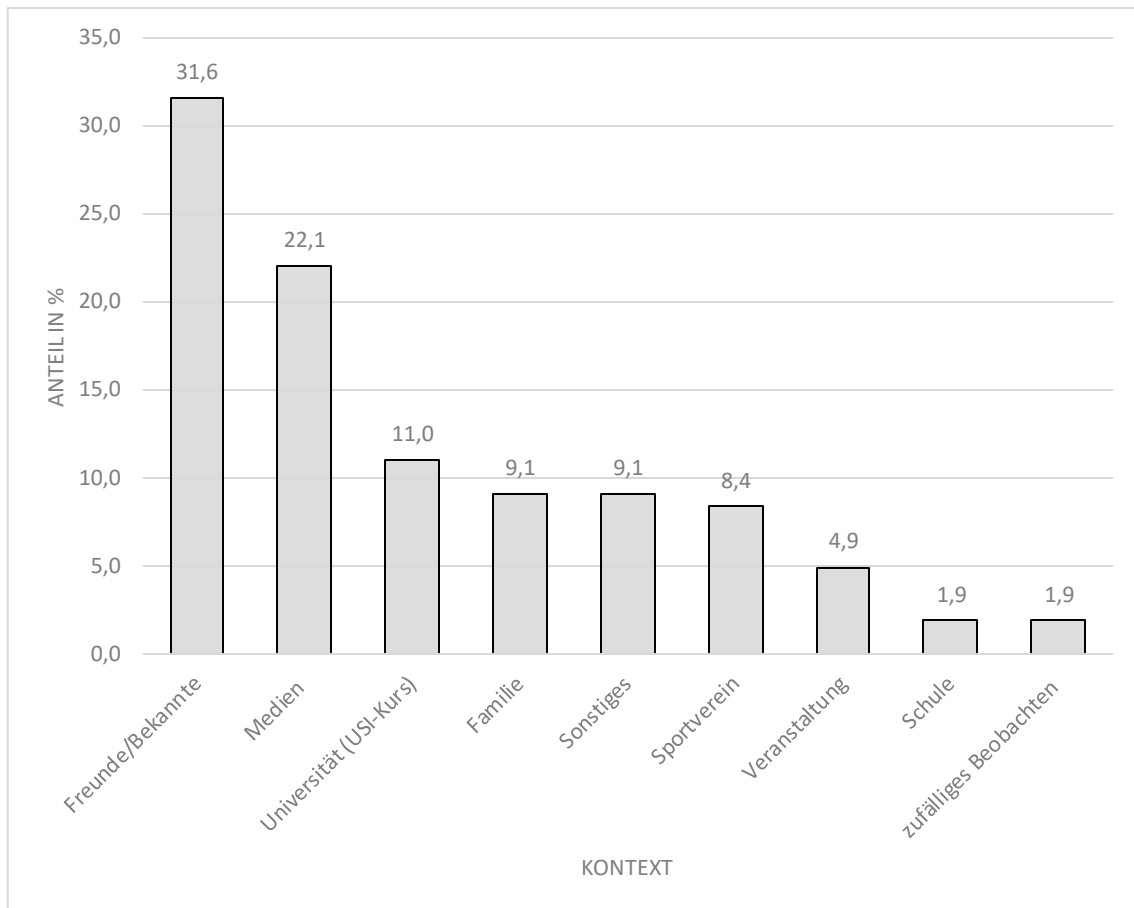
6.2 Einstieg ins Kickboxen

Nach den Allgemeinen Informationen wird nun beschrieben, in welchem Kontext die Kickboxer das erste Mal mit dem Kickboxen konfrontiert wurden und welches Bild die Probanden vom Kickboxen hatten, bevor sie selber diesen Sport ausübten.

6.2.1 Erstkontakt

Betrachtet man Grafik 6 wird deutlich, dass die meisten Kickboxer, durch Freunde oder Bekannte zum Kickboxen gekommen sind, knapp ein Drittel gibt an durch Freunde oder Bekannte erstmals mit dem Kickboxen in Kontakt gekommen zu sein. An zweiter Stelle in punkto Erstkontakt mit dem Kickboxen rangieren Medien, gefolgt von universitären Angeboten, vor allem USI-Kursen.

Unter Sonstiges wurden vor allem Selbstverteidigungskurse angeführt und der Übergang von anderen Kampfsportarten zum Kickboxen.



Grafik 6: Erstkontakt mit dem Kickboxen in % (n = 223)

6.2.2 Vorstellungen von der Sportart

Auf die Frage, ob die Probanden ein bestimmtes Bild vom Kickboxen hatten, bevor sie damit begonnen haben antworteten 75 der 223 Probanden mit „Ja“. In der Folge hatte man die Möglichkeit dies genauer zu erklären.

Clustert man die Antworten inhaltlich ergeben sich verschiedene Gruppen mit unterschiedlichen Vorstellungen vom Kickboxen:

Gruppe 1 sind Sportler, die ein hartes, anstrengendes Training erwartet haben, für die es im Kickboxen vor allem um Stärke, Kraft, Härte und Schnelligkeit geht. Typische Schlagworte für diese Gruppe sind: Hartes Training, Ausdauer, Stärke, Kraft, Härte, Ganzkörpertraining, Disziplin und Fitness. Exemplarisch sollen nun einige Antworten der Teilnehmer, die zu dieser Gruppe gerechnet werden, gebracht werden:

- TN 335: *Kickboxer/Boxer haben für mich Stärke, Kraft, Disziplin und Selbstbeherrschung/Körperbeherrschung ausgestrahlt*
- TN 80: *hartes, den ganzen Körper forderndes Training. Bester Sport um fit zu werden.*

- TN 181: *Hartes training, gut zum auspowern. Kombination aus ausdauer, kraft und technik training. Viele technik Übungen, nicht nur drauf hauen...* [sic]
- TN 117: *Ganzkörpertraining*
- TN 197: *Ausgepowert und müde zu sein, an seine Grenzen gekommen zu sein*
- TN 10: *Ausdauer- und Krafttraining, schnelle, gezielte und intensive Zweikämpfe* [sic]
- TN 27: *anstrengend, viel Konditions- und Krafttraining*

Gruppe 2 die identifiziert werden konnte, sind Sportler, deren Bild von Kickboxen ist, dass es sich um einen technisch und taktisch anspruchsvollen Sport handelt. Typische Schlagworte sind technisch anspruchsvoll, Konzentration, Schnelligkeit, Präzision und Taktik. Auch hier sollen exemplarisch einige Antworten der Teilnehmer/innen als Beispiel gebracht werden:

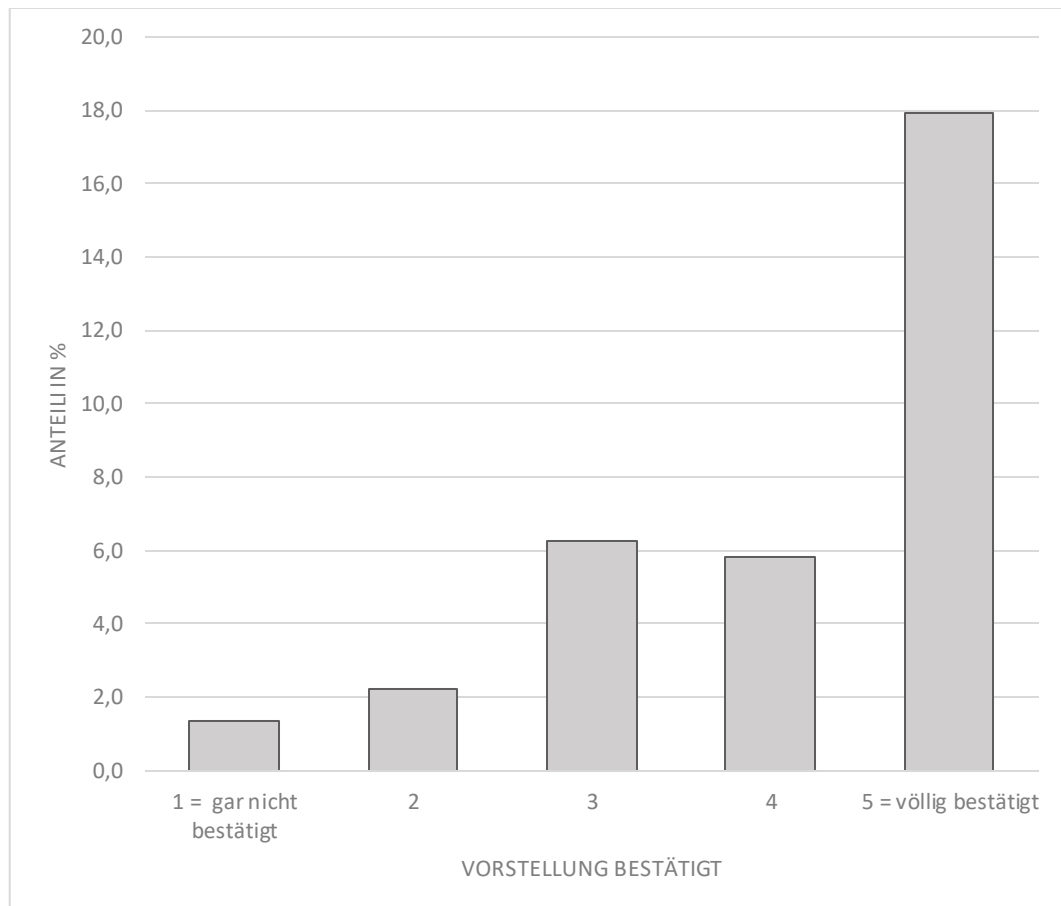
- TN 207: *Vielseitig, technisch anspruchsvoll, volle Konzentration, Schnelligkeit*
- TN 13: *Präzision bei der Ausführung, körperliche Ausdauer*
- TN 315: *Kicks and Punshes, ausweichen und zurückschlagen, angreifen, verteidigen, Taktik, den Gegner lesen. Psychologie, treffen und nicht getroffen werden, makellose Bewegung*
- TN 106: *hohe Beweglichkeit, Schnelligkeit, Wirkungsvolle Techniken*
- TN 84: *Das es ein Sport ist bei dem Schnelligkeit ausdauer und vor allem Dagtig gefragt wird.* [sic]

Die dritte Gruppe, die identifiziert werden konnte, sind diejenigen, deren Vorstellung vom Kickboxen darin liegt, nützliche Selbstverteidigungstechniken zu lernen. Typische Schlagworte sind Selbstverteidigung und Verteidigung. Beispielhafte Antworten sind:

- TN 151: *Viele Selbstverteidigungstechniken*
- TN 287: *Verteidigung und Angriff mit Fuß und Hand*
- TN 317: *Selbstverteidigung, die ich auf der Straße anwenden kann.*
- TN 348: *Im Gegensatz zur Kampfkunst, wo man nur mit und gegen sich selbst arbeitet, wusste ich, dass Vollkontakterfahrung unumgänglich ist für Selbstverteidigung auf der Straße. Allerdings gibt es nochmals einen großen Unterschied zwischen Kick-/Thaiboxen und MMA, was Selbstverteidigung betrifft!*
- TN 166: *Ich wollte einen fordernden Sport, mit anstrengendem Training und Techniken lernen mit denen ich einen Angreifer in einer Notsituation auf Distanz halten kann.*

Des Weiteren wurden diejenigen, die mit „Ja“ antworteten mit der Folgefrage konfrontiert, ob sich ihr erstes Bild vom Kickboxen im Zuge der Ausübung des Kickboxsports bestätigt hat. Zu beantworten war diese Frage anhand einer fünfstufigen Likert-Skala von 1 = gar nicht bestätigt bis 5 = völlig bestätigt.

Grafik 7 zeigt, dass ca. 18 Prozent aller 223 Probanden angeben, ihr Bild bzw. ihre Vorstellung habe sich völlig bestätigt. Das sind mehr als die Hälfte der 75 Probanden, die angegeben haben, dass sie ein bestimmtes Bild vom Kickboxen hatten bevor sie damit anfangen. Lediglich 1,3 Prozent, das entspricht 3 der 223 Probanden/innen, geben an, dass sich ihr Bild bzw. ihre Vorstellung gar nicht bestätigt hat.



Grafik 7: Häufigkeit mit der sich ursprüngliche Vorstellung bestätigt hat (n = 223)

6.3 Informationen zur Kickboxaktivität der Teilnehmer/innen

Nun sollen die Informationen über die Kickboxaktivität der Kickboxteilnehmer veranschaulicht werden. Zu diesem Zweck werden die Variablen Ausübungsdauer, Ausübungsintensität, Graduierung, bevorzugte Disziplin und Wettkampfteilnahme dargestellt.

6.3.1 Ausübungsdauer

Im ersten Schritt soll gezeigt werden, wie lange die Probanden/innen bereits den Kickboxsport ausüben. Betrachtet man das arithmetische Mittel zeigt sich, dass Trainingserfahrung der Probanden im Durchschnitt in etwa 5 Jahre beträgt (MW: 4,94). Der Modus, also die am häufigsten genannte Ausübungsdauer ist die Kategorie 2 bis 5 Jahre. Betrachtet man den Median, welcher bei 2,5 Jahren liegt, wird deutlich, dass 50 Prozent der Befragten eine Trainingserfahrung von weniger als 2,5 Jahren haben. Das bedeutet, dass der Anteil derjenigen, die noch relativ neu in der Sportart Kickboxen sind, sehr hoch ist, was sich auch daran feststellen lässt, dass ein Drittel der Probanden/-innen angibt das Kickboxen ca. ein Jahr, oder weniger lang auszuüben.

Mit zunehmender Ausübungsdauer nimmt der Anteil der Probanden/innen deutlich ab, gerade einmal ein Zehntel von ihnen gibt an, länger als zehn Jahre zu kickboxen. Der oder die am längsten trainierende Kickboxer/in dieser Umfrage ist bereits 40 Jahre aktiv, d. h. er oder sie ist beinahe seit der Geburtsstunde des Kickboxens dabei.

Tabelle 10: Trainingserfahrung der Teilnehmer/innen in Jahren (n = 223)

Erfahrung in Jahren	Häufigkeit	Prozent
<= 1	73	32,7
2 - 5	93	41,7
6 - 10	33	14,8
11 - 15	7	3,1
16 - 20	9	4,0
> 20	8	3,6
Gesamt	223	100

6.3.2 Häufigkeit der Ausübung

Um zu erfassen welchen Umfang das Training der Probanden/innen in etwa hat, wurden die Teilnehmer/innen gefragt, wie viele Monate im Jahr sie trainieren und wie viele Kickboxeinheiten in der Woche sie absolvieren. Außerdem sollten die Probanden/innen angeben, wie lange eine durchschnittliche Kickboxeinheit in etwa dauert. Aus diesen Angaben

wurde eine Maßzahl errechnet die angibt, wie viele Minuten pro Tag die Kickboxer im Durchschnitt, übers Jahr gemittelt, trainieren. Dieser Indikator trägt zu einer besseren Vergleichbarkeit der Trainingshäufigkeit der Umfrageteilnehmer bei.

In Tabelle 11 ist das Trainingsausmaß in Minuten pro Tag bereits zu Klassen zusammengefasst. Ein großer Teil der Kickboxer, genau genommen fast 42 Prozent, fallen in die Klasse 21 - 40 Minuten pro Tag, d. h. sie trainieren durchschnittlich zwischen 21 und 40 Minuten pro Tag. Die zweitgrößte Gruppe sind mit etwas mehr als 34 Prozent jene Kickboxer, die weniger als 21 Minuten pro Tag trainieren. Ab 41 Minuten pro Tag lässt sich mit zunehmendem Trainingsausmaß ein Rückgang bei den Probanden/innen verzeichnen, die diese Werte als ihr Trainingsausmaß angeben.

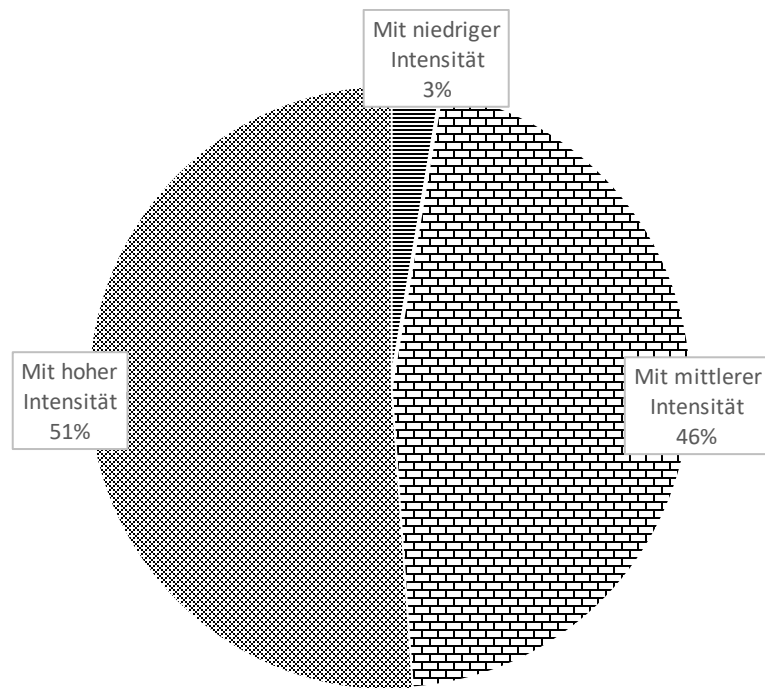
Tabelle 11: Trainingshäufigkeit der Probanden/innen in Minuten/Tag (n = 223)

Trainingsausmaß Minuten/Tag	Häufigkeit	Prozent
< 21	76	34,1
21 - 40	93	41,7
41 - 60	31	13,9
61 - 80	17	7,6
> 80	6	2,7
Gesamt	223	100,0

Der Mittelwert für das Trainingsausmaß liegt bei ca. 31,5 Minuten pro Tag, d. h. im Durchschnitt trainieren die Umfrageteilnehmer in etwa 3,5 Stunden in der Woche. Der Median liegt bei etwas mehr als 26 Minuten pro Tag, d. h. 50 Prozent der Umfrageteilnehmer trainieren mehr als 26 Minuten pro Tag und das Trainingsausmaß der anderen 50 Prozent liegt unter 26 Minuten pro Tag.

6.3.3 Intensität der Ausübung

Ebenfalls ist von Interesse wie die Kickboxer die Intensität ihres Trainings selber beurteilen. Wie in Grafik 8 zu sehen ist, gibt etwas mehr als die Hälfte der Kickboxer an, mit einer hohen Intensität zu trainieren. Der zweite große Teil mit 46 Prozent gibt an das Kickboxtraining mit einer mittleren Intensität durchzuführen. Der kleinste Anteil, mit ca. 3 Prozent, gibt an das Training mit einer niedrigen Intensität zu absolvieren.



Grafik 8: Selbsteinschätzung der Intensität des Trainings (n = 223)

6.3.4 Graduierung

In Tabelle 12 ist dargestellt über welche Graduierung bzw. welchen Gurt die Probanden/innen verfügen. Mit etwas mehr als 40 Prozent hat ein Großteil der Probanden angegeben, noch keinen Gurt zu besitzen, das deckt sich mit der Beobachtung unter Punkt 6.2.1, dass es sich bei einem großen Teil der Befragten, relativ gesehen, um Neueinsteiger handelt. Aus diesem Grund sind beinahe zwei Drittel in punkto Graduierung nicht weiter als bis zum 6. Kyu gekommen, das entspricht wie unter Punkt 2.2.3 nachgelesen werden kann, dem zweiten von sieben Schülergraden.

Je höher die Graduierung desto geringer ist der Anteil jener, denen es gelungen ist, diese Graduierung zu erreichen. Immerhin haben, dennoch knapp 14 Prozent der Befragten bereits einen Meistergrad erreicht. Die höchste erreichte Graduierung ist ein 9. Dan, also die zweithöchstmögliche Graduierung.

Tabelle 12: Graduierung der Umfrageteilnehmer/innen (n = 223)

Graduierung	Häufigkeit	Prozent
</= 6. Kyu	140	62,8
5. - 1. Kyu	52	23,3
1. - 4. Dan	26	11,7
> 4. Dan	5	2,2
Gesamt	223	100,0

6.3.5 Disziplin

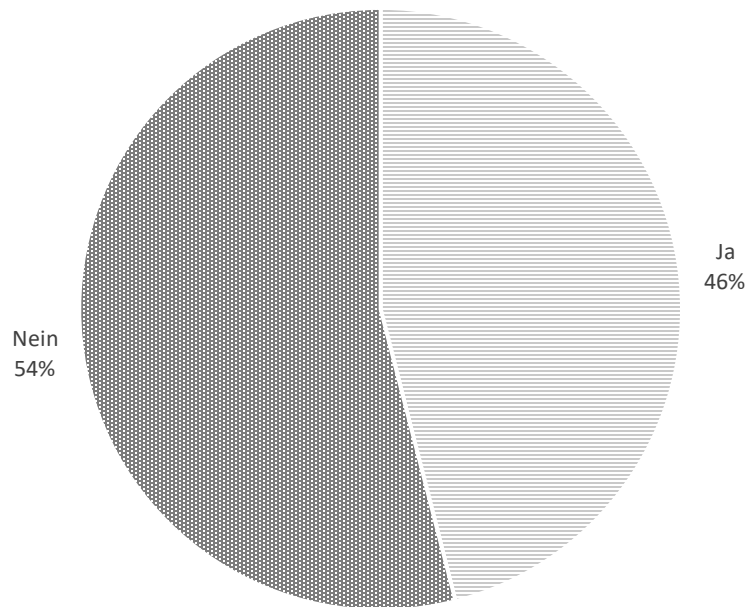
Auf die Frage, welche Disziplin der oder die Proband/in am häufigsten ausübt, antwortete beinahe zwei Drittel „Leichtkontakt“. Die zweitbeliebteste Disziplin ist Pointfighting, das etwas mehr als 22 Prozent als bevorzugte Disziplin angeben. Die restlichen Disziplinen sind in dieser Stichprobe nur sehr schwach vertreten. In der Kategorie „Andere“ wird vor allem „San da“ erwähnt, ein aus China stammender, kickboxähnlicher Kampfsport (vgl. China Wushu Institut, 2015).

Tabelle 13: Disziplinen der Teilnehmer (n = 223)

Disziplin	Häufigkeit	Prozent
Pointfighting	50	22,4
Leichtkontakt	146	65,5
Vollkontakt	6	2,7
Low-Kick	5	2,2
K1 Stil	6	2,7
Musikformen	1	,5
Andere	9	4,0
Gesamt	223	100

6.3.6 Wettkampfteilnahme

Wie in Grafik 9 dargestellt, haben in etwa 46 Prozent bereits an einem Wettkampf teilgenommen.



Grafik 9: Wettkampfteilnahme der Probanden in %

Was das Wettkampfniveau betrifft, das von den bereits Wettkampferfahrenen angegeben wird, lässt sich festhalten, dass mehr als die Hälfte der Wettkampferfahrenen bereits an internationalen Turnieren teilgenommen haben, das entspricht in etwa einem Viertel der gesamten Stichprobe. Etwas mehr als ein Viertel der Wettkampferfahrenen haben als höchstes Wettkampfniveau nationale Wettkämpfe angegeben, das entspricht zwölf Prozent aller Befragten.

Summa summarum haben also mehr als ein Drittel der Umfrageteilnehmer/innen an einem zumindest österreichweit bedeutsamen Turnier teilgenommen.

Tabelle 14: Höchstes Wettkampfniveau der Umfrageteilnehmer/innen (n = 223)

Wettkampfniveau	Häufigkeit	Prozent
Hobby/Vereinsinterne Wettkämpfe	3	1,3
Regionale Wettkämpfe	15	6,7
Nationale Wettkämpfe	27	12,1
Internationale Wettkämpfe	55	24,7
keine Angabe	3	1,3
Keine Wettkampfteilnahme	120	53,8
Gesamt	223	100,0

6.4 Motive im Kickboxen

In diesem Kapitel liegt der Fokus darauf herauszufinden, welche Motive für die Ausübung des Kickboxens relevant sind. Im weiteren Verlauf soll überprüft werden, ob es bei den Motiven Unterschiede zwischen Gruppen mit verschiedenen Merkmalsausprägungen, z. B. zwischen männlichen und weiblichen Teilnehmern/innen gibt, oder ob eine Korrelation zwischen der Ausprägung bestimmter Variablen und den Motiven vorliegt, z. B. Alter der Kickboxer/innen.

6.4.1 Motive für die Ausübung des Kickboxsports auf Basis der Motivitems

Den Befragten wurde, um ihre Motive für die Ausübung des Kickboxens zu erheben, ein Itemkatalog, der insgesamt 54 Items umfasst, vorgelegt. Dieser war auf einer fünfstufigen Likert-Skala von 1 (= trifft gar nicht zu) bis 5 (= trifft völlig zu) zu bewerten, wobei immer mehrere Items zur Erfassung einer Motivdimension, z. B. Fitness, dienten. Die folgende Tabelle gibt einen Überblick über diese Items, wobei diese nach ihrem Mittelwert gereiht sind, also dem Wert, mit denen die Items im Durchschnitt von den Befragten bewertet wurden. Damit gibt die Tabelle Auskunft über die durchschnittliche Bedeutsamkeit der einzelnen Motivitems für die Ausübung des Kickboxens.

Wie Tabelle 15 zeigt, spielt bei der Ausübung des Kickboxsports unter anderem das Verlangen an seine körperliche Leistungsgrenzen zu gehen und diese auch auszubauen eine wichtige Rolle. Die Items „...weil es mir Spaß macht mich richtig auszupowern“, „...um meine physischen (körperlichen) Fähigkeiten zu verbessern“ und „...weil ich gern an meine körperliche Leistungsgrenze gehe“, die dieses Verlangen direkt oder implizit ansprechen bekamen großen Zuspruch von den Probanden/innen und landeten auf dem ersten, zweiten und fünften Rang. Ähnlich viel Zuspruch erhielten jene Items, die den Faktor Fitness ansprechen, nämlich „...um mich in körperlich guter Verfassung zu halten“ und „...vor allem um

fit zu sein“, welche auf dem zweiten und dritten Rang landeten. Ebenfalls bedeutsam sind jene Items, welche die Freude und den Spaß ansprechen die während des Kickboxens erlebt werden können, diese sind: „...weil es mir Spaß macht mich richtig auszuupowern“, „...vor allem aus Freude an der Bewegung“ und „...weil mich die Präzision der Technik begeistert“.

Im Gegensatz dazu sprechen die Items, des Faktors Vorbild kaum Kickboxer an, was daraus ersichtlich wird, dass alle Items, welche die Wirkung von Vorbildern thematisieren auf den letzten Rängen gelandet sind. Ebenfalls schnitten die Items der Kategorie Kontakt eher schlecht ab, diese rangieren Großteils im unteren Viertel des Feldes, sowie die Items der Kategorie Wettkampf/Leistung die ebenfalls alle bis auf ein Item im unteren Viertel landeten und die Items des Faktors Figur/Aussehen, wobei hier vor allem jene schlecht abschnitten, die in Richtung Gewicht reduzieren zielten.

Zusammengefasst bedeuten diese Ergebnisse, dass im Durchschnitt die Motivdimensionen Vorbild, Kontakt, Wettkampf/Leistung und Figur/Aussehen eine untergeordnete Rolle dabei einnehmen, wenn es darum geht zu erklären weshalb Menschen kickboxen. Während seine Physis zu fordern und zu fördern, und fit zu sein, sowie einfach Spaß und Freude am Kickboxen zu haben für die meisten Menschen wichtige Gründe dafür sind den Kickboxsport auszuüben.

Tabelle 15: Durchschnittliche Bedeutsamkeit der Motivitems (n = 223)

Rang	Subdimension	Items	Mean	Median	SD
1	Aktivierung/Freude	...weil es mir Spaß macht mich richtig auszuupowern.	4,55	5,00	,836
2	Herausforderung	...um meine physischen (körperlichen) Fähigkeiten zu verbessern.	4,40	5,00	,859
3	Fitness/Gesundheit	...um mich in körperlich guter Verfassung zu halten.	4,33	5,00	,879
4	Fitness/Gesundheit	...vor allem um fit zu sein.	4,20	4,00	,980
5	Herausforderung	...weil ich gern an meine körperliche Leistungsgrenze gehe.	4,19	5,00	1,011
6	Aktivierung/Freude	...vor allem aus Freude an der Bewegung.	4,14	4,00	,997
7	Ablenkung/Katharsis	...um Stress abzubauen.	4,05	4,00	1,112
8	Psychomotorik	...weil ich dadurch meinen Körper besser kontrollieren lerne.	4,05	4,00	1,045
9	Ästhetik	...weil mich die Präzision der Technik begeistert.	3,91	4,00	1,123
10	Aktivierung/Freude	...um neue Energie zu tanken.	3,91	4,00	1,105
11	Flow	... weil dabei nur der Moment zählt und meine Gedanken auf die Aktivität fokussiert sind.	3,89	4,00	1,205
12	Wettkampf/Leistung	...um sportliche Ziele zu erreichen.	3,84	4,00	1,252
13	Psychomotorik	...um meine Selbstkontrolle zu steigern.	3,78	4,00	1,201
14	Herausforderung	...weil das Lernen neuer Bewegungsabläufe eine Herausforderung ist, der ich mich gerne stelle.	3,78	4,00	1,209

15	Flow	...weil ich beim Kickboxen vollkommen in der Aktivität aufgehe (in einen Flow-Zustand komme).	3,78	4,00	1,242
16	Psychomotorik	...weil ich dadurch meinen Körper wahrnehme.	3,77	4,00	1,174
17	Persönlichkeitsentwicklung	...um meine psychische Belastbarkeit zu stärken.	3,76	4,00	1,227
18	Flow	...wegen dem Glücksgefühl während des Kickboxens.	3,74	4,00	1,251
19	Psychomotorik	...um meine kognitiven Fähigkeiten zu verbessern.	3,61	4,00	1,261
20	Figur/Aussehen	...um einen durchtrainierten/athletischen Körper zu bekommen.	3,58	4,00	1,205
21	Psychomotorik	...um meine Konzentrationsfähigkeit zu schulen.	3,58	4,00	1,179
22	Psychomotorik	...um geistig fit zu bleiben.	3,56	4,00	1,264
23	Psychomotorik	...weil mich komplexe Bewegungsaufgaben reizen.	3,53	4,00	1,255
24	Flow	...um in einen Zustand zu kommen, in dem alles herum keine Rolle spielt.	3,52	4,00	1,345
25	Persönlichkeitsentwicklung	...um mein Selbstbewusstsein zu steigern.	3,49	4,00	1,237
26	Aktivierung/Freude	...um mich zu entspannen.	3,37	4,00	1,312
27	Ablenkung/Katharsis	...um Ärger und Gereiztheit abzubauen.	3,36	3,00	1,352
28	Selbstverteidigung	...um mich im Notfall verteidigen zu können.	3,34	3,00	1,219
29	Ablenkung/Katharsis	...um meine Gedanken im Kopf zu ordnen.	3,29	3,00	1,332
30	Ästhetik	...weil mir dieser Sport die Möglichkeit für schöne Bewegungen bietet.	3,26	3,00	1,324
31	Ästhetik	...weil es mir Freude bereitet, die Schönheit der menschlichen Bewegung im Sport zu erleben.	3,22	3,00	1,379
32	Ablenkung/Katharsis	...weil ich mich so von anderen Problemen ablenke.	3,16	3,00	1,366
33	Fitness/Gesundheit	...vor allem aus gesundheitlichen Gründen.	3,14	3,00	1,235
34	Selbstverteidigung	...um mich vor Angreifern zu schützen.	3,07	3,00	1,259
35	Figur/Aussehen	...wegen meiner Figur.	3,03	3,00	1,292
36	Wettkampf/Leistung	...weil mich die direkte Auseinandersetzung mit dem Gegner reizt.	3,02	3,00	1,380
37	Kontakt	...um mit anderen gesellig zusammen zu sein.	2,89	3,00	1,193
38	Kontakt	...um dabei Freunde / Bekannte zu treffen.	2,87	3,00	1,270
39	Herausforderung	...weil man sich im Sparring allein behaupten kann.	2,86	3,00	1,396
40	Wettkampf/Leistung	...wegen des Nervenkitzels.	2,85	3,00	1,339
41	Figur/Aussehen	...um mein Gewicht zu regulieren.	2,78	3,00	1,309
42	Wettkampf/Leistung	...um mich mit anderen zu messen.	2,77	3,00	1,362
43	Kontakt	...um dadurch neue Menschen kennen zu lernen.	2,76	3,00	1,182
44	Kontakt	...um etwas in einer Gruppe zu unternehmen.	2,75	3,00	1,197
45	Kontakt	...um durch den Sport neue Freunde zu gewinnen.	2,72	3,00	1,144
46	Kontakt	...weil Menschen verschiedenen Alters gemeinsam kickboxen können.	2,72	3,00	1,337
47	Wettkampf/Leistung	...weil ich im Wettkampfaufblühe.	2,66	2,00	1,528

48	Persönlichkeitsentwicklung	...um durch meine sportlichen Leistungen Anerkennung zu bekommen.	2,63	3,00	1,305
49	Selbstverteidigung	...um meine Angst vor körperlichen Übergriffen zu mildern.	2,58	2,00	1,284
50	Kontakt	...weil Frauen und Männer gemeinsam kickboxen können.	2,48	2,00	1,338
51	Figur/Aussehen	...um abzunehmen.	2,31	2,00	1,259
52	Vorbild	...weil mich Kampfszenen in Actionfilmen faszinieren.	2,29	2,00	1,295
53	Vorbild	...um kämpfen zu lernen wie Actionhelden (Bruce Lee, Jackie Chan, Ong Bak).	1,93	2,00	1,168
54	Vorbild	...um meinem Vorbild nachzueifern.	1,71	1,00	1,115

6.4.2 Selbstformulierte Items der Teilnehmer

Neben vorgegebenen Motivitems hatten die Umfrageteilnehmer/innen die Möglichkeit noch weitere Motive, die nicht durch die Items berücksichtigt wurden, hinzuzufügen. Diese Möglichkeit nutzten 32 Personen. Oft wurden allerdings Motive angeführt, die bereits mit Hilfe der Items abgefragt wurden, jedoch wurden auch neue Motive angeführt.

Am häufigsten wurde das Motiv, weil Kickboxen einfach Spaß macht erwähnt:

- TN 142: *Aus simplem Spaß an der Sache.*
- TN 164: *Mir hat die frage gefehlt ob dieser Sport spaß macht (weil mir macht dieser Sport spaß) [sic]*
- TN 321: *Weil es einfach Spaß macht*
- TN 106: *Spaß*
- TN 157: *Spaß*

Zwei Teilnehmer führten an, das Kickboxen als Therapieform zu nutzen. Der oder die eine bekam damit eine Depression in den Griff, der oder die andere Rückenschmerzen.

- TN 118: *Hat mir dabei sehr geholfen meine Depressionen in den Griff zu bekommen.*
- TN 71: *Rückenprobleme in den Griff bekommen*

Für zwei andere Teilnehmer stellt das Kickboxen eine Ergänzung zu anderen Sportarten dar:

- TN 21: *Als Zusatz zu anderen Kampfsportarten*
- TN 207: *Um mich in anderen Sportarten zu verbessern (gute Ergänzung zu Tennis)*

Ein weiteres „neues“ Motiv das abermals von zwei Teilnehmern erwähnt wurde, ist das Bestreben selber das Kickboxen an andere weiterzugeben.

- TN 191: *Sein Wissen und Können das man sieh angeeignet hat an andere weiterzugeben und zu teilen. [sic]*
- TN 323: *Ich werde Lehrer und will auch "Kampfsport" in meinen Unterricht einfließen lassen.*

Ebenfalls gab ein/e Untersuchungsteilnehmer/in an das Kickboxen auszuüben um Freiheit Willen sein Hobby zum Beruf zu machen:

- TN 288: *Ja - die Freiheit mein Hobby zum Beruf zu machen und auf der ganzen Welt bei sämtlichen Verbänden die es gibt - auf deren Events anzutreten - eine Freiheit die ich hier am meisten schätze und heute sehr selten ist*

6.4.3 Motivierende und demotivierende Erlebnisse im Kickboxen

Neben den Motiven, die für die Probanden/innen für die Ausübung des Kickboxens von Bedeutung sind wurden die Umfrageteilnehmer/innen danach befragt, welche positiven und somit motivierenden bzw. negativen und somit demotivierenden Faktoren sie während ihrer bisherigen Kickboxkarriere erlebt haben.

6.4.3.1 Motivierende Erlebnisse

Zunächst möchte ich auf die positiven und motivierenden Faktoren eingehen, welche die Probanden/innen genannt haben. Insgesamt haben 132 Probanden/innen die Möglichkeit genutzt positive und motivierende Erlebnisse und Faktoren ihrer Kickboxkarriere zu beschreiben. Diese positiven Erlebnisse und Faktoren des Kickboxens lassen sich in mehrere Gruppen gliedern, diese werden in der Folge kurz beschrieben und mit Beispielen aus der Stichprobe untermauert.

Probanden/innen aus Gruppe 1 geben an, dass es zu den motivierenden Faktoren in ihrer Kickboxkarriere gehört hat, neue Freundschaften zu knüpfen bzw. Zusammenhalt in der Gruppe zu erleben. Exemplarisch sollen nun einige Antworten der Probanden/innen dieser Gruppe angeführt werden:

- TN 264: *Zusammenhalt der Gruppe!*
- TN 191: *Viele Freundschaften Weltweit.*
- TN 348: *Tolle, fitte Menschen, mit denen man wirklich Gas geben kann. Wenn man sich gegenseitig bis zum Zahnfleisch auspowered und sich bis zu diesem Zeitpunkt einander motivieren kann, ist das genial! [sic]*
- TN 70: *Super Vereinsgefüge, nette Trainingspartner*
- TN 263: *sehr gute neue Freundschaften, gutes Gemeinschaftsgefühl [...]*

- TN 91: *Gemeinschaftsgefühl auch in einem Einzelsport - gemeinsam gewinnen wir (auch wenn jeder im Endeffekt für sich selbst kämpft) und gemeinsam verlieren wir (Rückhalt durch ein starkes Team)*

Für Personen die in die zweite Gruppe fallen waren besonders motivierende Erlebnisse in ihrer Kickboxkarriere Wettkämpfe zu gewinnen bzw. allgemeiner formuliert sportliche Erfolge im Kickboxen zu erzielen.

- TN 86: *Wettkämpfe gewinnen*
- TN 63: *Vize-Weltmeisterin [...]*
- TN 12: *Turniergewinne bzw. Podestplatzierungen bei World Cups, Sprünge beim Können im Sparring (mit vormals sehr schwierigen Gegnern besser zurechtkommen bzw. immer noch unschlagbare Gegner mussten sich mehr anstrengen), Unzufriedenheit mit eigener Leistung bei Turnieren und im Sparring (danach fast noch mehr Motivation als bei positiven Erlebnissen)*
- TN 350: *Tiroler/Österreichischer Meister [...]*
- TN 235: *An den 1. gewonnenen Kampf*
- TN 111: *lustige Erlebnisse mit Freunden, WM-Sieg, Gürtel gewonnen*

Probanden/innen der dritten Gruppe geben an, dass sie als besonders positiv bzw. motivierend erlebt haben, wenn sie bei sich selber eine Entwicklung und Fortschritte feststellen konnten, z. B. ihres Körpers, ihrer technischen Fähigkeiten, ihrer Fitness, ihrer psychischen Belastbarkeit. Hier einige Antworten der Teilnehmer/innen, die in diese Gruppe fallen:

- TN 227: *Zunehmende Körperbeherrschung, bessere Atemtechniken, allgemein bessere Fitness, leichter Einstieg in anderen Sportarten, besseres Selbstbewusstsein*
- TN 16: *Steigerung der fitness, mehr Muskeln bekommen, nette Leute kennengelernt [sic]*
- TN 207: *Stärker, besseres Körpergefühl, fitter*
- TN 237: *Mental stärker und belastbarer zu sein*
- TN 210: *Lernfortschritt, Beweglichkeit, lernen mit Stresssituationen besser umzugehen, Durchhaltevermögen, nicht aufgeben wenn etwas nicht gleich funktioniert*
- TN 276: *Leistungssteigerung im physischen und psychischen Bereich; das Gefühl nach dem Training, etwas Großes und Gutes geleistet zu haben.*
- TN 58: *körperliche und technische Fortschritte*

Für Gruppe 4 war es besonders positiv bzw. motivierend, dass sie durch das Kickboxen ihr Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen steigern konnten und insgesamt eine positivere Einstellung bekamen und über mehr Lebensfreude verfügten. Einige Beispiele:

- TN 180: *Selbstbewusstsein steigern*
- TN 3: *Ich habe meinen Körper so wie meinen Geist gestärkt und sehr viel selbstbewusstsein bekommen das mir im Sport/Frauen/alltag/Beruf und vieles mehr sehr sehr geholfen hatt!! Ich habe dem Kickboxen einen sehr positiven werdegang in meinem Leben zu verdanken!!! [sic]*
- TN 166: *Ich habe eine selbstbewusstere Körperhaltung und ein wundervolles Mittel um Stress und negative Gefühle abzubauen. Ein weiteres sehr positives Erlebnis ist auf die Kampffläche zu gehen und schon vorher zu wissen das man gewinnen wird.*
- TN 46: *Höheres Selbstbewusstsein, Mutiger*
- TN 231: *Das ich mich mehr traue und mich gegen Gewalt die bereits vorhanden war wehren gelernt habe und das selbstbewusst sein hatte über alles zu reden [sic]*
- TN 220: *Das körpergefühl danach. Die Steigerung des Selbstbewusstseins im allgemeinen durch das kickboxen [sic]*

Probanden/innen der Gruppe 5 führen als positives Erlebnis den Zuspruch und das Lob durch den Trainer an:

- TN 255: *Positive Worte vom Coach, Lob*
- TN 81: *Lob durch Trainer, Spaß mit Freunden, Platzierungen bei Wettkämpfen*
- TN 80: *Lob durch Trainer, aufgrund meiner schnellen technischen Entwicklung.*
- TN 328: *Dass der Trainer oder Trainerin an mich glauben, dass ich die Übungen schaffe. Dass ich angetrieben werde nicht aufzuhören und durchzubeißen.*
- TN 48: *Übungen, bei denen man das Bein sehr lange oben halten und damit kicken muss mit nie oder nur 1-2x Absetzen zu schaffen; vom Trainer für die erbrachte Leistung gelobt werden; den ersten gedrehten Kick nach vielen Versuchen endlich richtig zu machen;...*
- TN 143: *Mein erstes Verein internes Turnier zu gewinnen. Lob von meinen Trainern. [...]*

In Gruppe 6 sind Probanden/innen zusammengefasst, die als motivierendes Erlebnis das Flow-Erlebnis im Kickboxen bzw. die Katharsis-Funktion des Kickboxens ansprechen.

- TN 66: *Flow-Erlebnis, perfekter Stressabbau, man vergisst Alltagsprobleme während des Trainings, Muskelaufbau*

- TN 55: *Positives gefühl nach dem training, Spaß am sparring, Feiern mit dem verein, Top konditionstraining [sic]*
- TN 17: *Jedes Mal mit einem großartigen Gefühl raus zu gehen.*
- TN 335: *ich fühle mich fast immer nach dem Training unglaublich entspannt und glücklich :) [...]*
- TN 109: *Egal wie dreckig es mir geht, nach dem Training ist alles gut!*
- TN 326: *Dieses Gefühl nach dem Training, wenn alles relativ erscheint. Und dass man sich stark fühlt, körperlich und seelisch. [...]*

6.4.3.2 Demotivierende Erlebnisse

Nun zu den negativen und demotivierenden Faktoren, welche von den Probanden/innen genannt wurden. Die Möglichkeit negative bzw. demotivierende Erlebnisse und Faktoren im Kickboxen anzuführen wurde von 101 Teilnehmer/innen wahrgenommen. Ebenso wie die positiven Erlebnisse und Faktoren werden die Angaben in Gruppen gegliedert und mit Beispielen aus der Stichprobe belegt.

Probanden/innen die zur Gruppe 1 zusammengefasst wurden, geben Verletzungen und Schmerzen als negative und demotivierende Erlebnisse und Faktoren des Kickboxens an. Einige Antworten dieser Gruppe sollen an dieser Stelle exemplarisch angeführt werden:

- TN 63: *Verletzungen*
- TN 341: *Überlastungsschmerzen*
- TN 89: *Schmerzen bei Verletzungen*
- TN 170: *Muskelkater*
- TN 142: *Längere Verletzungspausen, schlechte Trainingspartner*
- TN 263: *Kreuzbandriss im rechten Knie - lange Heilungsphase. Viel psychischen Stress und Entbehrungen, wenn es darum geht für einen Wettkampf abzunehmen normale Trainingstiefs*

Für Probanden/innen von Gruppe 2 sind negative bzw. demotivierende Erlebnisse und Faktoren im Kickboxen, das negative Image, welches dieser Sport hat und dem man als Kickboxer gezwungenermaßen ausgesetzt ist:

- TN 101: *Stigma der Kampfsportler*
- TN 272: *Negative Berichterstattung in den Medien über Kickboxen (Leute die mit Händen und Füßen andere angreifen, werden pauschal als "Kickboxer" tituliert, obwohl sie bei keinem Verein trainieren).*
- TN 293: *Der Sport hat leider durch einen falschen Medienfokus eine "Prolo" Schlagseite. Hier wäre eine differenziertere Kommunikationspolitik seitens des*

Verbandes und der Vereine wichtig - gerade PF sollte wieder verstärkt kommuniziert werden - wie auch beim Boxen sollten Top Amateure mindestens genau so gut in der Öffentlichkeit präsent sein wie Profis

- TN 191: *Das viele Leute den Sinn des Kampfsportes und welche Perfektion und Körperbeherrschung dahinter steht nicht verstehen, und nur die Brutalität und die Show begeistert u. zählt. Für das Publikum ist ein K.O. oder eine Verletzung das wichtigste, nur dann war es ein guter Kampf. Traurig!!*
- TN 129: *Uneinigkeiten oder Differenzen der Verbände welche verhindern, dass dieser Sport beispielsweise olympisch wird oder einen besseren Stellenwert in der Gesellschaft [sic]*

Eine dritte Gruppe lässt sich aus Probanden/innen bilden, deren negative und demotivierende Erlebnisse damit zusammenhängen, dass sie auf die eine oder andere Weise beim Kickboxen „scheiterten“, damit ist gemeint, dass es ihnen z. B. schwer fiel eine komplizierte Technik zu erlernen, oder es zu einer Niederlage bei einem Wettkampf kam:

- TN 221: *Wenn man das Gefühl hat festzustecken und nix geht weiter*
- TN 312: *Verschlechterung der Fähigkeiten wegen Zeit- und daraufhin Trainingsmangel*
- TN 143: *Meine eigene Schwäche in Trainingseinheiten. Gravierende Fehler meiner Technik bzw. Deckung im Sparring. Beim ersten nationalen Turnier, das Gefühl überhaupt keine Chance gegen meine Gegner zu haben.*
- TN 218: *An 3 Terminen den Bruchtest zum Grüngurt nicht geschafft zu haben war im ersten Moment sehr demotivierend aber diesen Frust konnte ich nach einigen Wochen in Kampfgeist umwandeln.*
- TN 317: *innere Agressivität beim Sparren- Übungen/ Bewegungen, die ich nicht schaffe- wenn man sich einen "Fehler" antrainiert hat [sic]*
- TN 91: *wichtige verlorene Wettkämpfe; Erkrankung/Verletzung vor wichtigen Wettkämpfen*
- TN 321: *Meine Unfähigkeit immer noch mich gegen einen stärkeren Gegner zu behaupten*

Eine weitere Gruppe die durch das inhaltliche Clustern, aufgedeckt werden konnte ist Gruppe 4. Probanden/innen die in diese Gruppe fallen, sehen als demotivierend und negativ am Kickboxen den hohen (Leistungs-)Druck der von außen, aber auch von einem selber, kommt:

- TN 127: *Zu hartes Training, zu viel Druck, man musste oft bis zu seine Grenzen und darüber hinaus gehn, was nichtt immer einfach war, der Drill was oft zu viel um es psychisch zu verkraften [sic]*

- TN 227: *Ziele zu hoch stecken, sich mit anderen zu stark vergleichen, anstatt seine Grenzen zu akzeptieren*
- TN 109: *In Richtung Sparring und Wettkämpfe kommen einige Faktoren hinzu, welche mit einem gewissen eigenen Druck bei mir verbunden sind/waren. Gleichzeitig muss man sich dabei an das Gefühl gewöhnen, dass es kein Zurück mehr gibt und man vollkommen auf sich gestellt ist. [sic]*
- TN 204: *Ich glaube, dass negativ das falsche Wort wäre, aber ein echter Kampfsport stellt auch immer eine mentale Herausforderung dar. Wenn der Kopf nicht mitspielt, wird der Körper nicht folgen. Man muss beständig sein in diesem Sport und das stellt eine große Herausforderung dar, die auch manchmal etwas demotivierend sein kann.*
- TN 326: *Der durch den Verein hochgepushte Leistungsdruck, sobald man Wettkämpfe absolvieren möchte. [...]*
- TN 107: *Der Druck, besser sein zu müssen, als andere- Verletzungen (Nasenbruch, Rippenbruch, Hüftprobleme)*

Weitere negative bzw. demotivierende Erlebnisse und Faktoren, die oft angesprochen und daher zur Gruppe 5 zusammengefasst wurden, sind negative Erfahrungen mit Trainer oder im Verein:

- TN 35: *Teilweise überdurchschnittlich infantiles Verhalten meines alten Vereins nach meinem Vereinswechsel.*
- TN 291: *Streit mit Trainer*
- TN 92: *kein Rückhalt vom Trainer*
- TN 48: *Manchmal sind zu viele Leute da, sodass sich der Trainer schlecht auf alle konzentrieren kann - dann werden die Kämpfer meist bevorzugt und die Anfänger/noch-nicht-Kämpfer vernachlässigt. Das ist verständlich, trotzdem ist es für die Anfänger blöd, weil sie zu wenig ausgebessert und zu viel alleine gelassen werden. Das Problem ist, dass einfach zu viele Leute auf zu wenige Trainer kommen.*
- TN 78: *Bedrängung von einem Mann in meinem Verein*
- TN 254: *Trainer ohne Ausbildung, dumme Funktionäre*

Zudem wurde mehrmals als negative und demotivierende Faktoren der hohe Zeitaufwand für das Kickboxen (Gruppe 6) angesprochen:

- TN 267: *Weniger Freizeit*
- TN 55: *Zwar nicht direkt negativ, aber der sport benötigt viel engagement um ein interessantes level zu erreichen/halten.) [sic]*
- TN 286: *Relativ hoher Zeitaufwand wird benötigt, um sein Level zu steigern.*

- TN 12: *Positive Entwicklungen abseits des Kickboxens (Freundin, andere Interessen)*
Turniere: sehr hoher Zeitaufwand und auch spürbarer finanzieller Aufwand (Anreise, Nächtigung, Verpflegung). Turniere: Leerzeiten (8h warten für 30min kämpfen, bei schlechter organisation 12h+ warten).

Sowie die zum Teil als unfair empfundene Schiedsrichterentscheidungen (Gruppe 7):

- TN 111: *Viele unfaire Situationen (zb Schiedsrichter, aber nicht nur)*
- TN 288: *Politik im Sport - kostet am meisten Kraft und Energie!!!!Sanktionen gegen Sportler, weil man auf ein Turnier fährt, welches Freunde veranstaltet haben - obwohl ich all die Jahre meine ganzen Kosten selbst bezahlt habe - massiver Eingriff auf meine Freiheit mein Hobby auszuüben!!! Parteiische Kampfrichter - und dann noch ganz offensichtlich usw.*
- TN 90: *dass die Schiedsrichter entscheidungen sehr selten fair ablaufen. Man muss nichts besonderes vorlegen /Kämpfer sein oder gar den sport selber machen um Schiedsrichter zu werden. Es kann einfach jeder werden der sich in ein kurzes Seminar gesetzt hat daher passiert es auch dass keine Qualitativen Schiedsrichter auf den Turnieren vorhanden sind. Daher kommt es zu falschen Entscheidungen oder gar unfairen Kämpfen. [sic]*

6.4.4 Faktoranalyse und Bildung von Subskalen

Ziel dieser Faktorenanalyse ist es, die 54 Motivitems, durch eine Analyse der Antworten der Umfrageteilnehmer auf eine übersichtlichere Zahl von Faktoren zusammenzufassen. Das geschieht indem die Items, welche miteinander stark korrelieren, zu einem Faktor zusammengefasst werden, dieser Faktor soll die beobachteten Zusammenhänge zwischen den Items möglichst vollständig erklären (vgl. Bühl, S. 509).

Dieselbe Vorgehensweise wurde von Lehnert et al. (2011) gewählt, um die 24 Motivitems zu den 7 Faktoren, wie sie in Kapitel 3.4 dargestellt werden, zusammenzufassen. Bevor nun der erweiterte BMZI mit seinen 54 Items einer explorativen Datenanalyse unterzogen wird, sollen zunächst der BMZI mit seinen 7 Faktoren, anhand der vorliegenden Daten, überprüft werden.

6.4.4.1 Überprüfung des BMZI

Die Items des BMZI werden hier deshalb einer Faktorenanalyse unterzogen, um zu überprüfen, ob anhand der vorliegenden Daten ähnliche Faktoren extrahiert werden können, wie bei Lehnert, Sudeck und Conzelmann (2011, S. 152) beschrieben.

Die Faktorenanalyse mit den erhobenen Daten ergibt ein ähnliches Bild wie bei Lehnert, et al. (2011), allerdings wurden statt der ursprünglich sieben lediglich sechs Faktoren extrahiert. Die

Faktoren „Kontakt“ und „Wettkampf/Leistung“ „Ablenkung/Katharsis“ konnten bestätigt werden. Ebenso der Faktor „Figur/Aussehen“ der auch alle seine Items behalten konnte, jedoch zusätzlich noch ein weiteres Item „...vor allem aus gesundheitlichen Gründen“ dazubekam, dieses war ursprünglich im Faktor „Fitness/Gesundheit“ angesiedelt. Daraus ergeben sich nun die Faktoren „Figur/Gesundheit“ und „Fitness“. Dieser Schritt wurde aufgrund der Faktorladung vorgenommen, die für dieses Item im Faktor „Figur/Gesundheit“ mit einem Wert von 0,325 am höchsten ausfiel. Aufgrund dieses dennoch geringen Werts kann man davon ausgehen, dass dieses Item eine hohe Fremdladung bei anderen Faktoren aufweist.

Außerdem sollten aufgrund der Ergebnisse die Faktoren „Ästhetik“ und „Aktivierung/Freude“ zu einem Faktor zusammengefasst werden, da hier allerdings die Faktorladung sehr gering war und inhaltlich zwischen den Items zu wenige Gemeinsamkeiten gefunden wurden, die eine Verbindung dieser beiden Faktoren rechtfertigen würden, wurde erneut eine Faktorenanalyse mit diesmal vorgegebener Faktorenanzahl von sieben durchgeführt.

Dies führte dazu, dass dieselben Faktoren wie beim BMZI extrahiert wurden, es kam lediglich bei einzelnen Items zu Verschiebungen. Der Faktor „Kontakt“ konnte, wie bereits zuvor bestätigt werden mit Faktorladungen zwischen 0,665 und 0,792, wie der Faktor „Ablenkung/Katharsis“ mit Faktorladungen zwischen 0,566 und 0,735. Sowie der Faktor „Figur/Aussehen“ mit Faktorladungen zwischen 0,631 und 0,860, der Faktor „Wettkampf/Leistung“ mit Faktorladungen zwischen 0,596 und 0,784, der Faktor „Ästhetik“ mit Faktorladungen um 0,632 und der Faktor „Fitness/Gesundheit“, wobei das Item zu Gesundheit eine relativ niedrige Faktorladung (0,314) aufweist. Da es allerdings inhaltlich am besten in diesen Faktor passt, wird es in diesem belassen. Die Items des Faktors „Aktivierung/Freude“ weisen ebenfalls relativ niedrige Werte (0,422 und 0,498) bei den Faktorladungen auf, wurden aber ebenfalls aufgrund ihrer inhaltlichen Übereinstimmung zusammengefasst. Lediglich das Item „...vor allem aus Freude an der Bewegung“ war schwer einem Faktor zuzuordnen, da es bei seinem ursprünglichen Faktor eine sehr geringe Faktorladung aufwies und bei den anderen Faktoren inhaltlich nicht passte. Deshalb wurde entschieden das Item herauszunehmen.

Im nächsten Schritt wurde die interne Konsistenz für die jeweiligen Faktoren, mittels der Maßzahl Cronbach's α berechnet, die Auskunft über die Korrelation zwischen sämtlichen Items eines Faktors gibt und somit als Indiz für Reliabilität bzw. die Messgenauigkeit des Faktors herangezogen werden kann.

Tabelle 16: Messgenauigkeit der Faktoren anhand des Cronbach's α (n = 223)

Subskala	Cronbach's α
Kontakt	0,878
Ablenkung/Katharsis	0,786
Wettkampf/Leistung	0,791
Ästhetik	0,659
Fitness/Gesundheit	0,652
Aktivierung/Freude	0,659
Figur/Aussehen	0,834

6.4.4.2 Faktorenanalyse und Ermittlung von Subskalen anhand der erweiterten Itemliste

Mit Hilfe der Faktorenanalyse soll überprüft werden, ob sich die 54 Items zu den vorab definierten Subdimensionen bzw. Faktoren, wie sie in Tabelle 16 gezeigt werden, zusammenfassen lassen, oder ob sich neue Faktoren ergeben. Sollten Items sich aufgrund fehlender inhaltlicher Passung bzw. zu niedriger Faktorladung keinem Faktor zuordnen lassen, d. h. wenn sie bei keinem inhaltlich passenden Faktor eine Faktorenladung über 0,4 erreichen, werden sie herausgenommen und fließen in keinen Faktor mit ein.

Zuvor noch zum Kaiser-Meyer-Olkin Maß (KMO) und dem Bartlett's Test auf Sphärizität, welche mit der Faktorenanalyse ausgegeben werden und zur Überprüfung der Eignung der Variablen für die Faktorenanalyse dienen. Das KMO erreicht für die 54 Variablen einen Wert von 0,851, was bedeutet, dass die partiellen Korrelationskoeffizienten relativ klein sind, weshalb sich die Variablenauswahl gut für die Faktorenanalyse eignet (vgl. Janssen & Laatz, 2013, S. 574).

Der Bartlett's Test auf Sphärizität prüft, ob die Korrelationskoeffizienten signifikant von 0 abweichen, „denn sinnvoll ist eine Faktorenanalyse nur dann, wenn zwischen den Variablen und zumindest einigen anderen Variablen tatsächlich Korrelationen existieren“ (Janssen & Laatz, 2013, S. 574).

H0 des Bartlett's Test auf Sphärizität ist also: „Es besteht kein Zusammenhang zwischen den Variablen“. Daraus ergibt sich H1: „Es besteht ein Zusammenhang zwischen den Variablen“. Da der Bartlett's Test auf Sphärizität mit dem Wert $p=0,000$ signifikant ist wird H0 verworfen und H1 angenommen. Damit kann davon ausgegangen werden, dass ein Zusammenhang zwischen den Variablen besteht und es Sinn macht eine Faktorenanalyse durchzuführen.

Nachdem die Eignung der Variablen für die Faktorenanalyse geprüft und bestätigt wurde, wird nun auf die Ergebnisse dieser Faktorenanalyse eingegangen.

Als Ergebnis dieser ersten Faktorenanalyse mit allen 54 Items wurden zwölf Faktoren extrahiert. Aus dem BMZI kann der Faktor „Figur/Aussehen“ unverändert übernommen werden. Ähnlich wie beim BMZI konnte der Faktor „Kontakt“ mit denselben Items extrahiert werden, wobei noch zwei weitere Items aus der erweiterten Liste hinzukamen: „...weil Menschen verschiedenen Alters gemeinsam kickboxen können“ und „...weil Frauen und Männer gemeinsam Kickboxen können“. Beim Faktor „Wettkampf/Leistung“ wurden ebenfalls dieselben Items wie beim BMZI errechnet, zu diesen Items kommen durch die Faktorenanalyse noch drei weitere, inhaltlich passende Items von der erweiterten Liste hinzu. Diese sind: „...weil mich die direkte Auseinandersetzung mit dem Gegner reizt“, „...weil man sich im Sparring allein behaupten kann“ und „...um durch meine sportlichen Leistungen Anerkennung zu bekommen“. Der Faktor „Ästhetik“ wurde um Items erweitert und umbenannt in „Bewegungsästhetik/-komplexität“. Die neu hinzugekommenen Items sind: „...weil mich komplexe Bewegungsaufgaben reizen“ und „...weil das Lernen neuer Bewegungsabläufe eine Herausforderung ist, der ich mich gerne stelle“.

Ähnliches gilt für den Faktor „Fitness/Gesundheit“, dieser wurde ebenfalls umbenannt in „Fitness/Wohlbefinden“, da das Item zu Gesundheit wegfällt und neue eher fitnessrelevante Items dazukommen, diese sind: „...weil es mir Spaß macht mich richtig auszupowern“, „...um einen durchtrainierten/athletischen Körper zu bekommen“ und „...um meine physischen (körperlichen) Fähigkeiten zu verbessern“. Dieser Faktor beinhaltet zum einen Items, die auf das Bestreben fit zu sein abzielen und zum anderen Items die auf das Wohlbefinden abzielen, welches durch körperliche Aktivität erzeugt wird.

Wohlbefinden und Fitness lassen sich, meiner Meinung nach, deshalb sehr gut in einem Faktor vereinen, da ein wichtiger Grund für den Spaß und das Wohlbefinden an der Bewegung daher kommt, dass man sich dadurch positive Effekte auf die Fitness verspricht.

Der Faktor „Ablenkung/Katharsis“ behält ebenfalls alle seine Items und wird um sechs Items erweitert, die sowohl inhaltlich als auch aufgrund der Faktorladung passen. Außerdem wird der Faktor umbenannt in „Psychohygiene/Flow“. Die zusätzlichen Items sind: „...um in einen Zustand zu kommen, in dem alles herum keine Rolle spielt“, „...weil dabei nur der Moment zählt und meine Gedanken auf die Aktivität fokussiert sind“, „...weil ich beim Kickboxen vollkommen in der Aktivität aufgehe (in einen Flow-Zustand komme)“, „...wegen dem Glücksgefühl während des Kickboxens“, „...um mich zu entspannen“ und „...vor allem aus Freude an der Bewegung“.

Ein gänzlich neuer Faktor, der extrahiert werden konnte ist der Faktor „Psychische Fitness“. Diesem Faktor wurden die Items: „...um meine Konzentrationsfähigkeit zu schulen“, „...um meine kognitiven Fähigkeiten zu verbessern“, „...um geistig fit zu bleiben“, „...um meine psychische Belastbarkeit zu stärken“ und „...um meine Selbstkontrolle zu steigern“ zugeordnet.

Ein ebenfalls aus den neuen Items berechneter Faktor ist „Selbstverteidigung“. Unter diesem Faktor werden die Items „...um mich vor Angreifern zu schützen“, „...um mich im Notfall verteidigen zu können“ und „...um meine Angst vor körperlichen Übergriffen zu mildern“ zusammengefasst.

Der letzte Faktor der extrahiert werden konnte, „Vorbild“, setzt sich ebenfalls aus neuen Items zusammen: „...um kämpfen zu lernen wie Actionhelden (Bruce Lee, Jackie Chan, Ong Bak)“, „...weil mich Kampfszenen in Actionfilmen faszinieren“ und „...um meinem Vorbild nachzueifern“.

Einige Items konnten keinem passenden Faktor zugeordnet werden, zum einen aufgrund fehlender inhaltlicher Passung, zum anderen wegen zu hoher Fremdladung. Faktor zehn, elf und zwölf bestanden jeweils aus nur ein oder zwei Items mit sehr niedriger Faktorladung

Deshalb wurde erneut eine Faktorenanalyse, ohne die betreffenden Items durchgeführt. Das BMZI-Item „...vor allem aus gesundheitlichen Gründen“, welches ursprünglich dem Faktor „Fitness/Gesundheit“ zugeordnet war, konnte aufgrund zu niedriger Faktorladung keiner Subdimension zugeordnet werden. Ebenso wie das BMZI-Item „...um neue Energie zu tanken“, welches ursprünglich der Subdimension „Aktivierung/Freude“ zugerechnet wurde. Außerdem wurden vier weitere selbst definierte Items aus der Faktorenanalyse ausgeschlossen. Durch das Ausschließen einiger Items wurden die ursprünglich zwölf Subskalen auf neun reduziert.

Die zweite Faktorenanalyse wurde daher mit den 48 übrig gebliebenen Items durchgeführt. Als Ergebnis konnten die neun Subskalen der ersten Faktorenanalyse bestätigt werden, diese sind mit den dazugehörigen Items in Tabelle 17 dargestellt.

Tabelle 17: Subskalen auf Basis der 48 Items (n = 223)

Neuer Faktor	Item	Cronbach's α	Alte Kategorie
Figur/ Aussehen (3 Items)	...um mein Gewicht zu regulieren.	0,834	FIG2B
	...um abzunehmen.		FIG1B
	...wegen meiner Figur.		FIG3B

Kontakt (7 Items)	...um dadurch neue Menschen kennen zu lernen.	0,861	KON4B
	...um mit anderen gesellig zusammen zu sein.		KON1B
	...um durch den Sport neue Freunde zu gewinnen.		KON5B
	...um dabei Freunde / Bekannte zu treffen.		KON3B
	...um etwas in einer Gruppe zu unternehmen.		KON2B
	...weil Menschen verschiedenen Alters gemeinsam kickboxen können.		KON7
	...weil Frauen und Männer gemeinsam kickboxen können.		KON6
Wettkampf/ Leistung (7 Items)	...um mich mit anderen zu messen.	0,881	WET2B
	...weil mich die direkte Auseinandersetzung mit dem Gegner reizt.		WET5
	...weil man sich im Sparring allein behaupten kann.		HER3
	...weil ich im Wettkampf aufblühe.		WET1B
	...um sportliche Ziele zu erreichen.		WET3B
	...wegen des Nervenkitzels.		WET4B
	...um durch meine sportlichen Leistungen Anerkennung zu bekommen.		PER2
Bewegungs- ästhetik/ -komplexität (5 Items) Attraktivität der Sportart	...weil es mir Freude bereitet, die Schönheit der menschlichen Bewegung im Sport zu erleben.	0,814	ÄST1B
	...weil mich komplexe Bewegungsaufgaben reizen.		PSYM6
	...weil mir dieser Sport die Möglichkeit für schöne Bewegungen bietet.		ÄST2B
	...weil das Lernen neuer Bewegungsabläufe eine Herausforderung ist, der ich mich gerne stelle.		HER1
	...weil mich die Präzision der Technik begeistert.		ÄST3
Fitness/ Wohlbefinden (6 Items)	...vor allem um fit zu sein.	0,794	FIT2B
	...um mich in körperlich guter Verfassung zu halten.		FIT1B
	...weil es mir Spaß macht mich richtig auszupowern.		AKT4
	...um meine physischen (körperlichen) Fähigkeiten zu verbessern.		HER4
	...um einen durchtrainierten/athletischen Körper zu bekommen.		FIG4
	...vor allem aus Freude an der Bewegung.		AKT2B
Psycho- hygiene/Flow (9 Items)	...weil ich mich so von anderen Problemen ablenke.	0,836	KAT1B
	...um Stress abzubauen.		KAT2B
	...um Ärger und Gereiztheit abzubauen.		KAT4B
	...um in einen Zustand zu kommen, in dem alles herum keine Rolle spielt.		FLO4
	...um meine Gedanken im Kopf zu ordnen.		KAT3B

	...weil dabei nur der Moment zählt und meine Gedanken auf die Aktivität fokussiert sind.		FLO3
	...weil ich beim Kickboxen vollkommen in der Aktivität aufgehe (in einen Flow-Zustand komme).		FLO2
	...um mich zu entspannen.		AKT1B
	...wegen dem Glücksgefühl während des Kickboxens.		FLO1
Psychische Fitness (5 Items)	...um meine Konzentrationsfähigkeit zu schulen.	0,840	PSYM1
	...um geistig fit zu bleiben.		PSYM7
	...um meine kognitiven Fähigkeiten zu verbessern.		PSYM5
	...um meine psychische Belastbarkeit zu stärken.		PER3
	...um meine Selbstkontrolle zu steigern.		PSYM4
Selbst- verteidigung (3 Items)	...um mich vor Angreifern zu schützen.	0,882	SV2
	...um mich im Notfall verteidigen zu können.		SV1
	...um meine Angst vor körperlichen Übergriffen zu mildern.		SV3
Vorbild (3 Items)	...um kämpfen zu lernen wie Actionhelden (Bruce Lee, Jackie Chan, Ong Bak).	0,764	VB2
	...weil mich Kampfszenen in Actionfilmen faszinieren.		VB1
	...um meinem Vorbild nachzueifern.		VB3

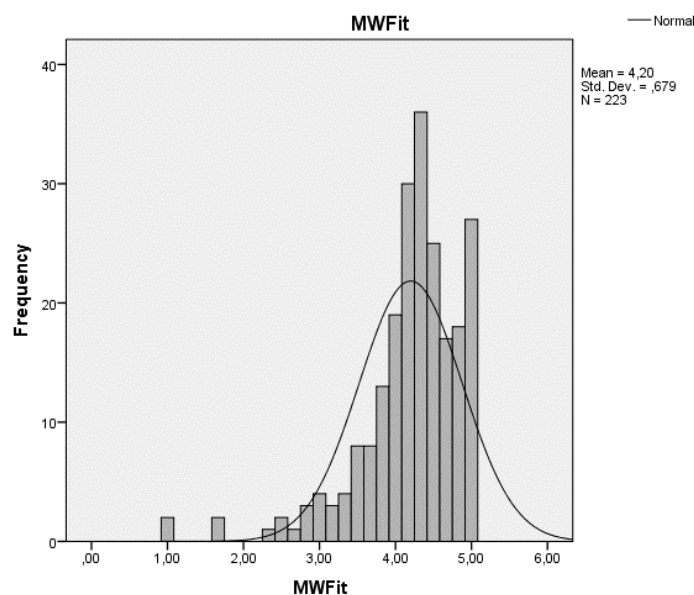
6.4.5 Motive für die Ausübung des Kickboxsports auf Basis extrahierten Subdimensionen

Die im Zuge der Faktorenanalyse extrahierten Subdimensionen werden nun, wie dies bereits mit den einzelnen Items unter Punkt 6.4.3 gemacht wurde, anhand ihres Mittelwerts gereiht und miteinander verglichen, um herauszufinden, welche Subdimension bzw. Motivkomplex für die Ausübung des Kickboxsports besonders bedeutsam ist. Der Mittelwertvergleich wird deshalb noch einmal auf Basis der Faktoren erstellt, weil dieser Vergleich ein deutlich übersichtlicheres Ergebnis verspricht, da an Stelle von 54 Items 9 Faktoren miteinander verglichen werden.

Ein weiterer Grund ist, dass die Faktoren bzw. Subdimensionen inhaltlich ähnliche, miteinander korrelierende Items zusammenfassen, weshalb sie als übergreifende Motivkategorien oder Motivklassen verstanden werden können, die durch verschiedene Items überprüft werden. Mit diesen Subdimensionen oder Motivklassen lassen sich allgemein gültigere Aussagen treffen, wie das unter Punkt 6.4.3 zwar ebenfalls bereits probiert wurde, indem ähnliche Items, die unter die ersten zehn gekommen waren, zu provisorischen

Motivklassen zusammengefasst wurden. Allerdings eignet sich die statistische Methode hierzu besser und ermöglicht genauere Aussagen.

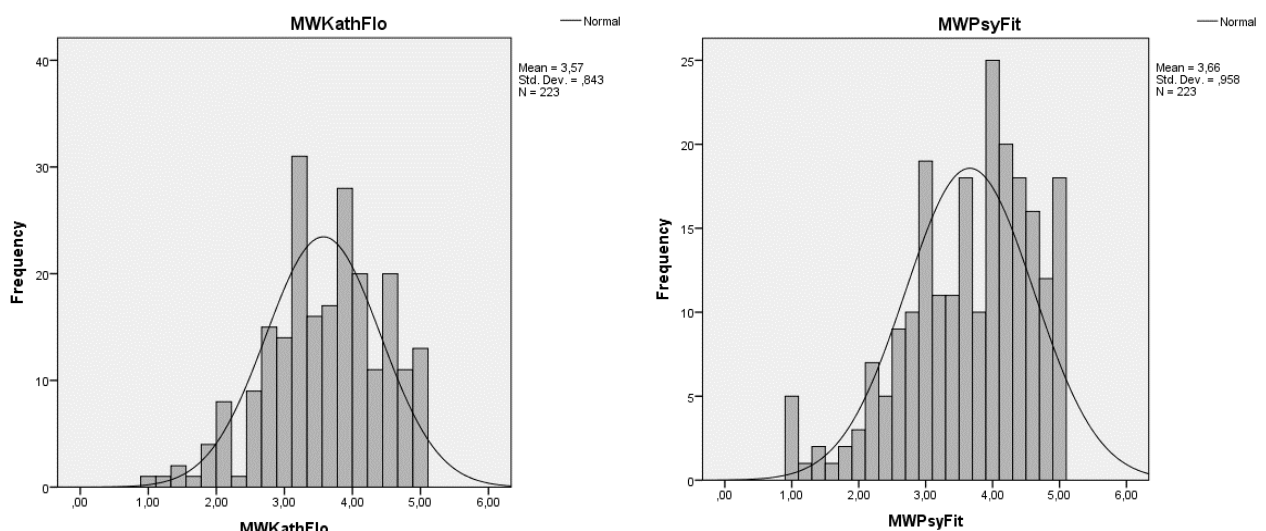
Das Ergebnis des Mittelwertvergleichs auf Basis der Faktoren zeigt, dass der Faktor „Fitness/Wohlbefinden“ mit 4,20 den höchsten Wert für das arithmetische Mittel aufweist. Das bedeutet, dass Items dieser Kategorie im Durchschnitt den höchsten Zuspruch von den Probanden und Probandinnen bekommen haben, indem diese vor allem von den Kategorien um 5 (trifft völlig zu) Gebrauch gemacht haben. Auf Basis dieser Ergebnisse lässt sich schlussfolgern, dass für einen Großteil der Kickboxer/innen das Bestreben ihren Körper fit zu halten bzw. fit zu machen und das Wohlbefinden, welches sich aus körperlicher Aktivität ergibt die zentralen Motive sind, weshalb sie den Kickboxsport ausüben. Der Wert des Median bedeutet, dass im Durchschnitt mehr als 50 Prozent der Stichprobe bei dem Faktor „Fitness/Wohlbefinden“ einen Wert über 4,33 erreichen. Die Standardabweichung liegt bei 0,68, d. h. der durchschnittliche Abstand aller gemessenen Ausprägungen liegt bei 0,68 um den Mittelwert. Da die Ausprägungen annähernd normalverteilt sind, wie in Grafik 10 zu sehen ist, lässt sich festhalten, dass 95 Prozent aller Fälle innerhalb des Intervalls $4,2 \text{ (MW)} \pm 0,68 \text{ (SD)} \times 2$ liegen.



Grafik 10: Häufigkeit der Mittelwerte für den Faktor „Fitness/Wohlbefinden“ (n = 223)

Der mit Abstand bedeutendste Faktor „Fitness/Wohlbefinden“ wird von den relativ knapp beieinander liegenden Subdimensionen „Psychische Fitness“ und „Psychohygiene/Flow“ gefolgt, deren Mittelwert um 3,60 liegt. Betrachtet man das Ergebnis detaillierter, wird deutlich, dass für Kickboxer/innen das Motiv sich psychisch fit zu halten mit einem Mittelwert von 3,66

knapp vor dem Motiv mit dem Sport Psychohygiene zu betreiben, mit einem Mittelwert von 3,57, liegt. Diese Ergebnisse zeigen, dass für die Probanden/innen in Bezug auf die Motive beim Kickboxen es ähnlich bedeutsam ist sich psychisch fit zu halten, sowie durch den Sport Psychohygiene zu betreiben bzw. Flow-Zustände zu erleben. Betrachtet man die Medianwerte zeigt sich, dass die Marke, welche die Stichprobe halbiert für den Faktor „Psychische Fitness“ bei 3,80 und den Faktor „Psychohygiene/Flow“ bei 3,67 liegt. Da die Ausprägungen beider Variablen, wie in Grafik 11 und 12 zu sehen ist, annähernd normalverteilt sind lässt sich auch hier wieder festhalten, dass 95 Prozent aller Werte innerhalb eines Intervalls von 3,66 (MW) $\pm$ 0,96 (SD) $\times$ 2 bzw. 3,57 (MW) $\pm$ 0,84 (SD) $\times$ 2 liegen.



Grafik 11 und 12: Häufigkeit der Mittelwerte für den Faktor „Psychohygiene/Flow“ (links) und „Psychische Fitness“ (rechts)

Motive die hingegen laut den Ergebnissen für Kickboxer im Durchschnitt für die Ausübung ihres Sports eine vergleichsweise geringere Rolle spielen, sind Kontakt mit anderen Menschen aufzunehmen beim und durch das Kickboxen, mit einem Mittelwert von 2,74, und durch das Kickboxen seine Figur und sein Aussehen zu verändern, mit einem Mittelwert von 2,71. Nur die Items des Faktors Vorbild haben mit einem Mittelwert von 1,98, im Durchschnitt noch deutlich weniger Zuspruch bekommen. Das bedeutet für den/die Durchschnittskickboxer/in spielt das Bedürfnis einem Vorbild nachzueifern so gut wie gar keine Rolle für die Ausübung des Kickboxsports.

Tabelle 18: Durchschnittliche Bedeutsamkeit der Faktoren. (n = 223)

Faktor	Mean	Median	Std. Deviation
Fitness/Wohlbefinden	4,20	4,33	0,68
Psychische Fitness	3,66	3,80	0,96
Psychohygiene/Flow	3,57	3,67	0,84
Bewegungsästhetik/-komplexität	3,54	3,60	0,96
Selbstverteidigung	3,00	3,00	1,13
Wettkampf/Leistung	2,95	2,86	1,04
Kontakt	2,74	2,57	0,92
Figur/ Aussehen	2,71	2,67	1,12
Vorbild	1,98	1,67	0,98

6.5 Stellenwert des Kickboxens im Leben der Probanden

Ein weiterer Aspekt, der zur Untersuchung stand, ist der Stellenwert des Kickboxens im Leben der Probanden/innen. Bei der Methode der Erhebung wurde, auf die bereits zuvor erwähnte Studie von Weiß & Curry (1989) Bezug genommen.

Der Stellenwert, den das Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt wurde zum einen dadurch erhoben, dass den Umfrageteilnehmer/innen zehn unterschiedliche Aspekte bzw. Lebensbereiche, unter anderem Kickboxen, präsentiert wurden, mit der Aufforderung diese nach subjektiver Wichtigkeit zu bewerten, auf einer Skala von 1 = nicht wichtig bis 10 = außerordentlich wichtig.

In Tabelle 19 sind die Mittelwerte inklusive der Standardabweichung, der zu bewertenden Aspekte dargestellt. Hier wird deutlich, dass im Durchschnitt der bedeutendste Aspekt für die Kickboxer „Familie/Verwandte“ ist. Dieser erreicht einen Mittelwert von 9,25. Gefolgt von dem Lebensbereich „Freunde/Bekannte“ mit einem Mittelwert von 8,79 und „Beziehung zum/zur Partner/in“ mit einem Mittelwert von 8,46. An vierter Stelle, noch vor „Beruf/Schule/Studium“ (MW: 8,24), ist bereits Kickboxen mit einem Mittelwert von 8,32. Die Aspekte „Kunst/Kultur“, „Politik“ und vor allem „Glaube/Religion“ sind für den durchschnittlichen Kickboxer eher von geringer Bedeutung. Die relativ hohe Standardabweichung deutet allerdings darauf hin, dass die Meinungen der Probanden diesbezüglich auseinander gehen.

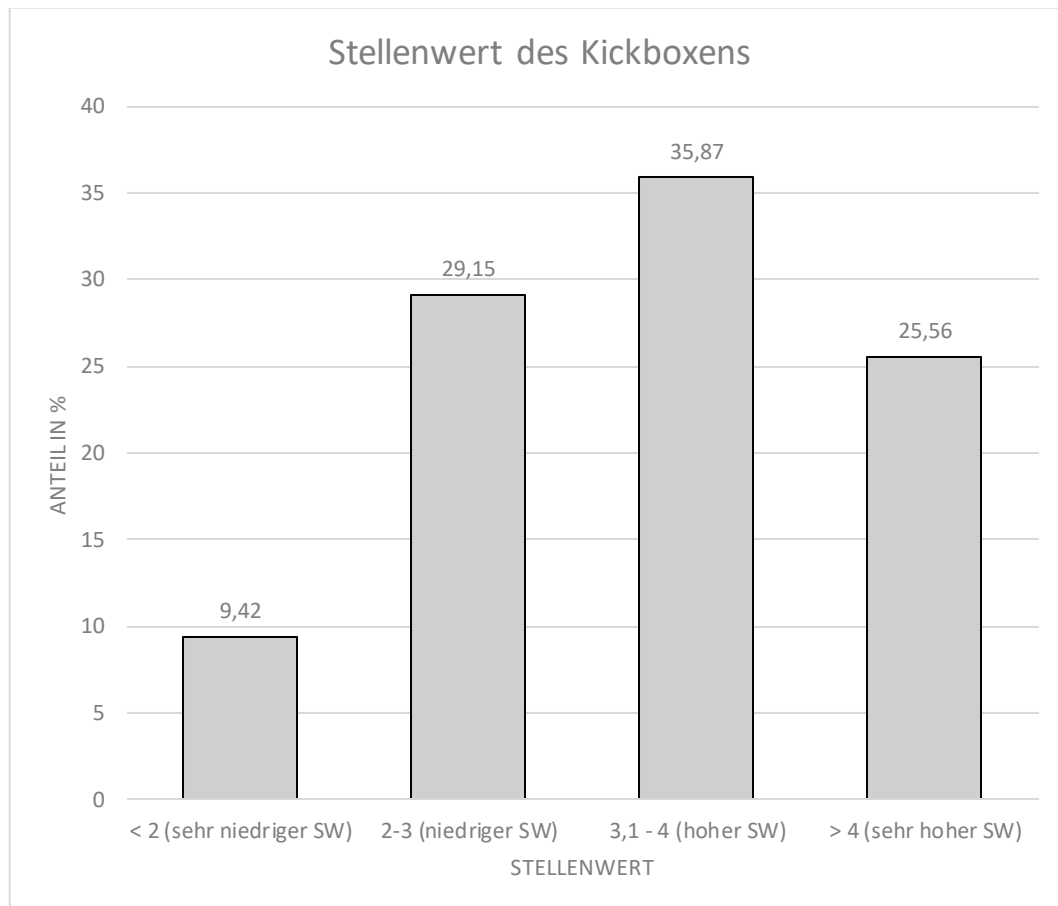
Tabelle 19: Stellenwert verschiedener Aspekte im Leben der Kickboxer

Lebensbereich	MW	Std. Deviation
Familie/Verwandte	9,25	1,44
Freunde/Bekannte	8,79	1,68
Beziehung zum/zur Partner/in	8,46	2,62
Kickboxen	8,32	1,54
Beruf/Schule/Studium	8,24	1,75
Musik	7,28	2,14
Andere Sportarten	6,97	2,33
Kunst/Kultur	4,98	2,59
Politik	4,97	2,29
Glaube/Religion	3,42	2,50

Des Weiteren wurden den Probanden Aussagen präsentiert, die auf einer fünfstufigen Likert-Skala von 1 = trifft gar nicht zu, bis 5 = trifft völlig zu, zu bewerten waren. Die Aussagen zielten abermals auf den Stellenwert des Kickboxens im Leben der Probanden ab. Dabei war die Likert-Skala immer so gepolt, dass hohe Werte dafür sprechen, dass das Kickboxen einen hohen Stellenwert im Leben der Probanden einnimmt, d. h. je höher der sich ergebende Mittelwert, desto höher ist der Stellenwert des Kickboxens im Leben des Probanden. Folgende zehn Items wurden den Probanden zur Bewertung vorgelegt:

- Ich investiere einen Großteil meiner Freizeit ins Kickboxen.
- Ich denke jeden Tag ans Kickboxen.
- Für das Kickboxen verzichte ich auf andere Freizeitaktivitäten.
- Es fällt mir schwer ein Training ausfallen zu lassen.
- Um Kickboxen gehen zu können, sage ich Einladungen von Freunden/innen ab.
- Mein Freundeskreis besteht überwiegend aus Kickboxern.
- Kickboxen ist ein wichtiger Teil meiner persönlichen Identität.
- Bei meiner Partner/innen Wahl spielt das Kickboxen eine Rolle.
- Mit dem Kickboxen aufhören zu müssen, würde für mich einen großen Verlust bedeuten.
- Ich teile mir andere Verpflichtungen (Schule/Beruf/Studium) so ein, dass ich möglichst oft Kickboxen gehen kann.

Grafik 13 zeigt, dass das Kickboxen für mehr als 60 Prozent der Umfrageteilnehmer/innen einen hohen bis sehr hohen Stellenwert in deren Leben einnimmt. Von den restlichen Probanden/innen wurden die vorgelegten Items so bewertet, dass anzunehmen ist, dass es für diese Gruppe viele andere Dinge gibt, die wichtiger sind als das Kickboxen und somit das Kickboxen einen eher niedrigen bis teilweise sogar sehr niedrigen Stellenwert einnimmt.



Grafik 13: Stellenwert des Kickboxens im Leben der Probanden/innen (n = 223)

6.6 Überprüfung der Hypothesen

Nachdem nun die Motive und der Stellenwert des Kickboxens des bzw. der durchschnittlichen Umfrageteilnehmers/in aufgezeigt wurden, gilt es nun zu überprüfen, ob sich zwischen Gruppen mit verschiedenen Merkmalsausprägungen Unterschiede bzw. Zusammenhänge feststellen lassen. Dies geschieht an Hand der unter Punkt 5.2 aufgestellten Hypothesen.

6.6.1 Unterschiedshypothesen

Zunächst werden die Unterschiedshypothesen geprüft. Es ist beispielsweise von Interesse, ob Männer und Frauen sich hinsichtlich ihrer Motive für das Kickboxen unterscheiden, zudem soll untersucht werden, ob hinsichtlich der Motive ein Unterschied zwischen Kickboxer/innen, die an nationalen und internationalen Turnieren teilnehmen und jenen die nicht an solchen Turnieren teilnehmen, besteht.

6.6.1.1 Haben die Motive unterschiedliche Bedeutung für Männer und Frauen?

In der Folge wird überprüft, ob sich ein signifikanter Unterschied zwischen den Geschlechtern bezüglich der Motive für das Kickboxen feststellen lässt. Dabei wird folgende Hypothese, anhand des Mann-Whitney U-Test, überprüft:

H1/0: Es besteht kein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Männern und Frauen.

H1/1: Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Männern und Frauen.

Es wird deshalb der Mann-Whitney U-Test für die Überprüfung des Unterschieds herangezogen, da die zu überprüfenden Variablen nicht alle Voraussetzungen für den T-Test für unabhängige Stichproben erfüllen, so sind beispielsweise nicht alle Variablen normalverteilt.

Die Ergebnisse für den Mann-Whitney U-Tests lassen sich so interpretieren, all jene Motivgruppen, bei denen der p-Wert (Signifikanzniveau) unter 0,05 liegt, weisen ein signifikantes Ergebnis für den Mann-Whitney U-Test auf, d. h. es wird die Nullhypothese H0 verworfen und die Alternativhypothese H1 angenommen. Damit besteht bei diesen Variablen ein signifikanter Unterschied zwischen Männern und Frauen. Zu diesen Motivgruppen zählen „Figur/Aussehen“, „Wettkampf/Leistung“, „Fitness/Wohlbefinden“, „Psychohygiene/Flow“ und „Selbstverteidigung“, wie aus Tabelle 20 hervorgeht.

Umgekehrt wird bei all jenen Motivgruppen, bei denen der p-Wert über 0,05 liegt, und die somit kein signifikantes Ergebnis für den Mann-Whitney U-Test erzielen konnten, die Nullhypothese H0 beibehalten. Das bedeutet bei diesen Motivgruppen besteht kein signifikanter Unterschied zwischen Männern und Frauen. Das Trifft auf die Motivgruppen „Kontakt“, „Bewegungsästhetik/Flow“, „Psychische/Fitness“ und „Vorbild“ zu.

Tabelle 20: Ergebnismatrix U-Test: Geschlechtsunterschied (n = 223)

Faktor	Mann-Whitney U	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
Figur/Aussehen	5039,000	-2,010	,044
Kontakt	5968,500	-,035	,972
Wettkampf/ Leistung	4948,000	-2,196	,028
Bewegungsästhetik/ -komplexität	5941,500	-,092	,927
Fitness/ Wohlbefinden	5030,000	-2,032	,042
Psychohygiene/ Flow	3687,500	-4,865	,000
Psychische Fitness	5424,000	-1,190	,234
Selbstverteidigung	4962,500	-2,172	,030
Vorbild	5208,000	-1,667	,095

Für eine ausführlichere Interpretation des Mann-Whitney U-Test, wird die ebenfalls im SPSS ausgegebene Rangtabelle (Tabelle 21) herangezogen. Anhand der mittleren Ränge lässt sich feststellen welches Geschlecht bei den Motivgruppen mit Geschlechterunterschied, die signifikant höheren Werte hat.

Bei der Motivgruppe „Figur/Aussehen“ weisen die Kickboxerinnen einen mittleren Rang von ca. 119 auf, während Kickboxer einen mittleren Rang von ca. 101 aufweisen. Das bedeutet die Motivgruppe „Figur/Aussehen“ ist für Kickboxerinnen, bei der Ausübung des Kickboxsports signifikant bedeutsamer als für ihre männlichen Kollegen.

Die Motivgruppe „Wettkampf/Leistung“ zeichnet ein anderes Bild, während die Kickboxer über einen mittleren Rang von etwa 124 verfügen, weisen Kickboxerinnen einen mittleren Rang von 104 auf. D. h. für Kickboxer sind der Wettkampf und die Möglichkeit sportliche Leistungen zu erbringen als Motive signifikant bedeutsamer als für Kickboxerinnen.

Der mittlere Rang für „Fitness/Wohlbefinden“ liegt bei Kickboxerinnen mit 119 deutlich über dem mittleren Rang bei Kickboxern mit 101. Daraus lässt sich ableiten, dass für Frauen im Kickboxen die Motive, welche mit Fitness und positiven Gefühlen die sich aus der körperlichen Aktivität ergeben, in Verbindung stehen, von signifikant höherer Bedeutung sind als für Männer.

Bei der Motivgruppe „Psychohygiene/Flow“ liegt der mittlere Rang bei Frauen etwas höher als 129, während dieser bei den Männern etwas höher als 86 ist. Das bedeutet, für Frauen sind

die Motive durch das Kickboxen in Flow-Zustände zu kommen und damit Psychohygiene zu betreiben signifikant wichtiger für die Ausübung des Kickboxens als für Männer. Der Unterschied zwischen Männern und Frauen ist nebenbei bemerkt für diese Motivgruppe am deutlichsten ausgefallen, d. h. die beigemessene Bedeutsamkeit dieser Motivgruppe klappt zwischen Männern und Frauen besonders weit auseinander.

Die letzte Motivgruppe, bei der ein signifikanter Unterschied festgestellt werden konnte, ist „Selbstverteidigung“. Kickboxerinnen weisen einen mittleren Rang 120 auf, während Kickboxer einen mittleren Rang von 101 aufweisen, was bedeutet, dass Selbstverteidigung für Frauen als Motiv für die Ausübung des Kickboxens eine signifikant höhere Bedeutung hat als für Männer.

Tabelle 21: Rangtabelle U-Test: Geschlechterunterschied (n = 223)

Geschlecht		N	Mean Rank	Sum of Ranks	Mittelwert	Std. Abw.
Figur/Aussehen	weiblich	133	119,11	15842,00	2,84	1,16
	männlich	90	101,49	9134,00	2,51	1,03
	Total	223				
Kontakt	weiblich	133	112,12	14912,50	2,76	,9
	männlich	90	111,82	10063,50	2,72	,9
	Total	223				
Wettkampf/Leistung	weiblich	133	104,20	13859,00	2,82	1,05
	männlich	90	123,52	11117,00	3,13	1,02
	Total	223				
Bewegungsästhetik/-komplexität	weiblich	133	111,67	14852,50	3,53	0,98
	männlich	90	112,48	10123,50	3,55	0,92
	Total	223				
Fitness/Wohlbefinden	weiblich	133	119,18	15851,00	4,29	0,56
	männlich	90	101,39	9125,00	4,06	0,81
	Total	223				
Psychohygiene/Flow	weiblich	133	129,27	17193,50	3,80	0,77
	männlich	90	86,47	7782,50	3,23	0,84
	Total	223				
Psychische Fitness	weiblich	133	116,22	15457,00	3,72	0,94
	männlich	90	105,77	9519,00	3,57	0,98
	Total	223				
Selbstverteidigung	weiblich	133	119,69	15918,50	3,14	1,17
	männlich	90	100,64	9057,50	2,78	1,03
	Total	223				
Vorbild	weiblich	133	106,16	14119,00	1,86	0,89
	männlich	90	120,63	10857,00	2,14	1,10
	Total	223				

6.6.1.2 Unterscheidet sich die Bedeutung der Motive für Kickboxer die „nur“ kickboxen und Kickboxer die auch andere Sportarten ausüben?

Nun wird überprüft, ob sich die Bedeutung der unterschiedlichen Motivgruppen, zwischen denjenigen, die ausschließlich kickboxen, und denen die neben dem Kickboxen noch andere Sportarten ausüben, unterscheiden. Wie im vorigen Beispiel wird die Unterschiedshypothese mit dem Mann-Whitney U-Test überprüft.

H2/0: Es besteht kein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Sportlern die neben dem Kickboxen noch andere Sportarten ausüben, und jenen Sportlern, die ausschließlich kickboxen.

H2/1 Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Sportlern die neben dem Kickboxen noch andere Sportarten ausüben, und jenen Sportlern, die ausschließlich kickboxen.

Die Ergebnisse für den Mann-Whitney U-Tests werden so wie im vorigen Beispiel interpretiert, all jene Motivgruppen, bei denen der p-Wert unter 0,05 liegt, weisen ein signifikantes Ergebnis für den Mann-Whitney U-Test auf, d. h. es wird die Nullhypothese H_0 verworfen und die Alternativhypothese H_1 angenommen. Damit besteht bei diesen Variablen ein signifikanter Unterschied zwischen denen, die ausschließlich Kickboxen und denjenigen, die noch zusätzlich andere Sportarten ausüben. Betrachtet man Tabelle 22, lässt sich feststellen, dass bei den Motivgruppen „Bewegungsästhetik/-komplexität“ und „Fitness/Wohlbefinden“ ein signifikanter Unterschied festgestellt werden konnte.

Tabelle 22: Ergebnismatrix U-Test: Andere Sportarten (n = 223)

Faktor	Mann-Whitney U	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
Figur/Aussehen	3023,000	-,972	,331
Kontakt	3042,500	-,914	,361
Wettkampf/ Leistung	2890,000	-1,344	,179
Bewegungsästhetik/-komplexität	2622,500	-2,102	,036
Fitness/ Wohlbefinden	2483,500	-2,504	,012
Psychohygiene/ Flow	3200,500	-,467	,640
Psychische Fitness	3142,000	-,634	,526
Selbstverteidigung	2851,500	-1,457	,145
Vorbild	3009,500	-1,020	,308

Für die genauere Analyse des Ergebnisses werden wieder die mittleren Ränge herangezogen. Betrachtet man die Motivgruppe „Bewegungsästhetik/-komplexität“, weist die Variable für jene die ausschließlich kickboxen einen mittleren Rang von 91 auf, für jene die zusätzlich andere Sportarten ausüben 116. Das bedeutet, dass für jene die neben dem Kickboxen noch andere Sportarten ausüben das Motiv durch das Kickboxen ästhetische und komplexe Bewegungen zu erleben bzw. zu erlernen wichtiger ist als für jene die nur Kickboxen.

Tabelle 23: Rangtabelle U-Test: Andere Sportarten (n = 223)

Übst du neben dem Kickboxen noch andere Sportarten aus?		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Figur/Aussehen	Ja	187	113,83	21287,00
	Nein	36	102,47	3689,00
	Total	223		
Kontakt	Ja	187	113,73	21267,50
	Nein	36	103,01	3708,50
	Total	223		
Wettkampf/ Leistung	Ja	187	109,45	20468,00
	Nein	36	125,22	4508,00
	Total	223		
Bewegungsästhetik/ -komplexität	Ja	187	115,98	21687,50
	Nein	36	91,35	3288,50
	Total	223		
Fitness/ Wohlbefinden	Ja	187	116,72	21826,50
	Nein	36	87,49	3149,50
	Total	223		
Psychohygiene/ Flow	Ja	187	111,11	20778,50
	Nein	36	116,60	4197,50
	Total	223		
Psychische Fitness	Ja	187	113,20	21168,00
	Nein	36	105,78	3808,00
	Total	223		
Selbstverteidigung	Ja	187	114,75	21458,50
	Nein	36	97,71	3517,50
	Total	223		
Vorbild	Ja	187	113,91	21300,50
	Nein	36	102,10	3675,50
	Total	223		

Bei der Motivgruppe „Fitness/Wohlbefinden“ ist der mittlere Rang für jene, die ausschließlich kickboxen mit 87 deutlich niedriger als bei jenen die neben dem Kickboxen noch eine andere

Sportart ausüben, mit einem mittleren Rang von 117. Demzufolge sind Motive, welche mit Fitness und positiven Gefühlen die sich aus der körperlichen Aktivität ergeben, in Verbindung stehen von signifikant höherer Bedeutung für jene Gruppe, die angibt neben dem Kickboxen noch andere Sportarten auszuüben.

6.6.1.3 Unterscheidet sich die Bedeutung der Motive für Kickboxer/innen, die bereits an bedeutenden Turnieren teilgenommen haben und Kickboxer/innen auf welche dies nicht zutrifft?

An dieser Stelle wird überprüft, ob sich die Bedeutung der Motive für Kickboxer/innen, die bereits an bedeutenden Turnieren teilgenommen haben von denen unterscheidet, die bisher noch nicht an einem solchen Turnier teilgenommen haben. Für die Testung der Hypothese wird wieder der Mann-Whitney U-Test herangezogen. Als bedeutendes Turnier wurden für diese Analyse nationale und internationale Wettkämpfe definiert.

H3/0: Es besteht kein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Kickboxern/innen, die an nationalen und internationalen Turnieren teilgenommen haben und jenen Kickboxern/innen, die noch nicht an einem solchen Turnier teilgenommen haben.

H3/1 Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Kickboxern/innen, die an nationalen und internationalen Turnieren teilgenommen haben und jenen Kickboxern/innen, die noch nicht an einem solchen Turnier teilgenommen haben.

Abermals gilt, dass jene Motivgruppen bei denen der p-Wert unter 0,05 liegt, ein signifikantes Ergebnis für den Mann-Whitney U-Test aufweisen, d. h. es wird die Nullhypothese H0 verworfen und die Alternativhypothese H1 angenommen. In diesem Fall trifft das auf die Motivgruppen „Kontakt“, „Wettkampf/Leistung“ und „Vorbild“ zu.

Tabelle 24: Ergebnismatrix U-Test: Turnierteilnahme (n = 223)

Faktor	Mann-Whitney U	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
Figur/Aussehen	5118,500	-1,432	,152
Kontakt	4610,500	-2,523	,012
Wettkampf/Leistung	2061,000	-8,016	,000
Bewegungsästhetik/-komplexität	4891,500	-1,919	,055
Fitness/ Wohlbefinden	5140,500	-1,387	,165
Psychohygiene/ Wohlbefinden	5296,500	-1,044	,296
Psychische Fitness	4988,500	-1,710	,087
Selbstverteidigung	5237,000	-1,176	,240
Vorbild	4606,000	-2,565	,010

Um ein Bild davon zu bekommen welche Motive für welche Gruppe bedeutsamer sind, werden abermals die mittleren Ränge herangezogen, wie sie in Tabelle 25 dargestellt sind.

Bei der Motivgruppe „Kontakt“ haben jene die bereits an einem bedeutenden Turnier teilgenommen haben einen mittleren Rang von 126, jene die noch nie an einem solchen Turnier teilgenommen haben einen mittleren Rang von 104. Daraus lässt sich ableiten, dass das Motiv Kontakt im und durch den Sport für Turnierkämpfer/innen von größerer Bedeutung ist als für jene die noch nicht an einem bedeutenden Turnier teilgenommen haben.

Die Motivgruppe „Wettkampf/Leistung“ weist bei Turnierkämpfern mit 157 erwartungsgemäß einen deutlich höheren mittleren Rang auf, als bei jenen die nicht an bedeutenden Turnieren teilgenommen haben, mit einem mittleren Rang von 86. Demzufolge sind der Wettkampf und die Möglichkeit sportliche Leistungen zu erbringen als Motive für Turnierkämpfer/innen signifikant bedeutsamer als für Nicht-Turnierkämpfer/innen.

Der mittlere Rang liegt für die Motivgruppe „Vorbild“ mit 126 bei Turnierteilnehmern/innen deutlich über dem mittleren Rang von Nicht-Turnierteilnehmer/innen mit 104. Das bedeutet, dass das Motiv einem Vorbild nachzueifern für Turnierteilnehmer/innen von größerer Relevanz bei der Ausübung des Kickboxsports ist.

Tabelle 25: Rangtabelle U-Test Turnierteilnahme (n = 223)

Hast du bereits an einem bedeutenden Turnier (national oder international) teilgenommen?		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Figur/Aussehen	Nein	141	116,70	16454,50
	Ja	82	103,92	8521,50
	Total	223		
Kontakt	Nein	141	103,70	14621,50
	Ja	82	126,27	10354,50
	Total	223		
Wettkampf/Leistung	Nein	141	85,62	12072,00
	Ja	82	157,37	12904,00
	Total	223		
Bewegungsästhetik/-komplexität	Nein	141	105,69	14902,50
	Ja	82	122,85	10073,50
	Total	223		
Fitness/ Wohlbefinden	Nein	141	116,54	16432,50
	Ja	82	104,19	8543,50
	Total	223		
Psychohygiene/ Flow	Nein	141	108,56	15307,50
	Ja	82	117,91	9668,50
	Total	223		
Psychische Fitness	Nein	141	106,38	14999,50
	Ja	82	121,66	9976,50
	Total	223		
Selbstverteidigung	Nein	141	115,86	16336,00
	Ja	82	105,37	8640,00
	Total	223		
Vorbild	Nein	141	103,67	14617,00
	Ja	82	126,33	10359,00
	Total	223		

6.6.1.4 Unterscheidet sich der Stellenwert des Kickboxens zwischen Probanden/innen, die bereits an bedeutenden Turnieren teilgenommen haben und jenen auf welche dies nicht zutrifft?

An dieser Stelle wird analysiert, ob sich Probanden/innen, die bereits an bedeutenden Turnieren teilgenommen haben von jenen, auf die das nicht zutrifft, im Hinblick des Stellenwerts, den das Kickboxen in ihrem Leben einnimmt unterscheiden. Für die Testung der folgenden Unterschiedshypothese wird der Mann-Whitney U-Test herangezogen:

H9/0: Es besteht kein signifikanter Unterschied zwischen Probanden/innen, die an bedeutenden (nationalen bzw. internationalen Turnieren) teilnehmen und denen, die nicht an solchen Turnieren teilnehmen, bezüglich des Stellenwerts, den Kickboxen in ihrem Leben einnimmt.

H9/1 Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen Probanden/innen, die an bedeutenden (nationalen bzw. internationalen Turnieren) teilnehmen und denen, die nicht an solchen Turnieren teilnehmen, bezüglich des Stellenwerts, den Kickboxen in ihrem Leben einnimmt.

Das Ergebnis für den Mann-Whitney U-Test ist mit einem p-Wert von 0,00 hoch signifikant, das bedeutet, es wird die Nullhypothese verworfen und die Alternativhypothese angenommen. Damit kann also davon ausgegangen werden, dass ein signifikanter Unterschied in punkto Stellenwert besteht, zwischen Personen, die bereits an einem bedeutenden Turnier teilgenommen haben und denjenigen, die noch nicht an einem bedeutenden Turnier teilgenommen haben.

Tabelle 26: Unterschied des Stellenwerts nach Turnierteilnahme (n = 223)

Hast du bereits an einem bedeutenden Turnier teilgenommen?		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Stellenwert	Nein	141	86,70	12224,00
	Ja	82	155,51	12752,00
	Total	223		

Ein genauerer Blick auf die Rangtabelle macht deutlich, dass das Kickboxen im Leben der Probanden/innen, die bereits an einem bedeutenden Turnier teilgenommen haben mit einem mittleren Rang von 156 einen deutlich höheren Stellenwert einnimmt, als im Leben der Proband/innen, die noch nicht an einem solchen Turnier teilgenommen haben, wo der mittlere Rang mit 87 deutlich niedriger liegt.

6.6.2 Zusammenhangshypothesen

Neben den Unterschieden zwischen Gruppen mit verschiedenen Merkmalsausprägungen ist des Weiteren von Interesse, ob Zusammenhänge bestehen zwischen den Motiven der Kickboxer/innen und z. B. ihrem Alter, der Ausübungsdauer und der Intensität mit der sie den Kickboxsport ausüben bzw. der Häufigkeit mit der sie Kickboxen trainieren. Als statistisches

Verfahren um gegebenenfalls Zusammenhänge aufzuzeigen, wurde die Spearman Rangkorrelation herangezogen.

6.6.2.1 Gibt es einen signifikanten Zusammenhang zwischen Alter und Motivausprägung

Als erstes soll überprüft werden, ob es einen altersabhängigen Trend bei den Motiven gibt. Dabei wird folgende Hypothese überprüft:

H4/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Alter der Kickboxer/innen und den zentralen Motiven, die sie als Grund für die Ausübung des Kickboxens angeben.

H4/1 Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Alter der Kickboxer/innen und den zentralen Motiven, die sie als Grund für die Ausübung des Kickboxens angeben.

Wie schon bei der Prüfung auf Unterschied festgehalten, ist das Ergebnis der Spearman Rangkorrelation folgendermaßen zu interpretieren. Ist die Spearman Rangkorrelation signifikant, also liegt der p-Wert unter 0,05, ist H0 zu verwerfen und es wird die Alternativhypothese H1 angenommen. In diesem Fall würde das bedeuten, dass ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Alter der Kickboxer/innen und Antworttendenz bei einer bestimmten Motivgruppe besteht. Betrachtet man Tabelle 27 trifft dies auf die Motivgruppen „Wettkampf/Leistung“, „Bewegungsästhetik/-komplexität“ und „Selbstverteidigung“ zu. Für die anderen Motivgruppen wird H0 beibehalten, d. h. es besteht kein Zusammenhang zwischen Alter und der jeweiligen Motivausprägung.

Tabelle 27: Zusammenhang Alter und Motiven (n = 223)

Faktor	N	Korrelationskoeffizient (r)	Signifikanz (p)
Figur/ Aussehen	223	,002	,979
Kontakt	223	,045	,502
Wettkampf/Leistung	223	-,174**	,009
Bewegungsästhetik/-komplexität	223	,142*	,034
Fitness/Wohlbefinden	223	-,031	,640
Psychohygiene/Flow	223	-,107	,111
Psychische Fitness	223	,013	,844
Selbstverteidigung	223	-,149*	,026
Vorbild	223	-,078	,243

Betrachtet man das Ergebnis etwas genauer zeigt sich, dass zwischen Alter und Motivgruppe „Wettkampf/Leistung“ zwar ein signifikanter Zusammenhang besteht, dieser allerdings mit einem Korrelationskoeffizienten von $-0,174$ eher gering ausfällt. Außerdem kann man aufgrund des negativen Werts darauf schließen, dass es sich um einen negativen Zusammenhang handelt. Dieses Ergebnis lässt sich folgendermaßen interpretieren, je älter die Kickboxer/innen sind, desto weniger bedeutend ist der Wettkampf und die Möglichkeit sportliche Leistungen zu erbringen als Motiv.

Zwischen Alter und der Motivgruppe „Bewegungsästhetik/-komplexität“ besteht ein signifikanter, jedoch mit einem Korrelationskoeffizienten von $0,142$ schwacher positiver Zusammenhang. Daraus lässt sich ableiten, dass je älter die Kickboxer/innen sind, desto bedeutender ist das Erleben bzw. Erlernen von ästhetischen und komplexen Bewegungen als Motiv für das Kickboxen.

„Selbstverteidigung“ und das Alter der Kickboxer/innen korreliert ebenfalls signifikant, allerdings mit einem Korrelationskoeffizienten von $-0,149$ nur schwach. D. h. je älter die Kickboxer/innen, desto weniger bedeutend ist das Motiv Selbstverteidigung.

6.6.2.2 Gibt es einen signifikanten Zusammenhang zwischen dem Ausbildungsniveau und der Motivausprägung?

Nun wird überprüft, ob auf Basis des Ausbildungsniveaus ein Trend in der Motivausprägung beobachtet werden kann. Folgende Hypothese wird dabei überprüft.

H5/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Ausbildungsniveau und den zentralen Motiven das Kickboxen auszuüben.

H5/1: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Ausbildungsniveau und den zentralen Motiven das Kickboxen auszuüben.

Aus Tabelle 28 lässt sich ablesen, dass die Motivgruppen „Kontakt“ und „Wettkampf/Leistung“ bei der Spearman Korrelation ein signifikantes Ergebnis erzielen, d. h. für diese Motivgruppen wird die H_0 verworfen und die Alternativhypothese H_1 angenommen. Daraus lässt sich folgern, dass zwischen dem Ausbildungsniveau und den Motivgruppen „Kontakt“ und „Wettkampf/Leistung“ ein signifikanter Zusammenhang besteht.

Tabelle 28: Zusammenhang Ausbildungsniveau und Motiven (n = 223)

Faktor	N	Korrelations- koeffizient (r)	Signifikanz (p)
Figur/ Aussehen	217	-,053	,441
Kontakt	217	-,142*	,036
Wettkampf/Leistung	217	-,225**	,001
Bewegungsästhetik/- komplexität	217	-,039	,568
Fitness/Wohlbefinden	217	,008	,902
Psychohygiene/Flow	217	,015	,827
Psychische Fitness	217	-,102	,133
Selbstverteidigung	217	-,081	,234
Vorbild	217	-,075	,269

Der Zusammenhang zwischen dem Ausbildungsniveau und dem Motiv im und durch das Kickboxen seine Kontakte zu pflegen, ist wie bereits weiter oben festgehalten wurde signifikant, allerdings handelt es sich um einen relativ schwachen negativen Zusammenhang. Inhaltlich kann das so gedeutet werden, je höher das Ausbildungsniveau der Kickboxer/innen, desto weniger wichtig ist das Kontaktmotiv für die Ausübung des Kickboxens.

Deutlich stärker, jedoch immer noch schwach ist der Zusammenhang zwischen „Wettkampf/Leistung“ und dem Ausbildungsniveau mit einem Korrelationskoeffizienten von -0,225. Daraus lässt sich folgern, dass je niedriger die Ausbildung der Kickboxer/innen, desto wichtiger ist der Wettkampf und die Möglichkeit sportliche Leistungen zu erbringen als Motiv für das Kickboxen.

6.6.2.3 Besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen der Intensität mit der das Kickboxen ausgeübt wird und den Motivausprägungen der Probanden?

Es wird nun überprüft, ob es einen signifikanten Zusammenhang zwischen der Intensität mit der die Kickboxer/innen ihren Sport betreiben und deren Motivausprägungen gibt. Dazu wird folgende Hypothese überprüft:

H6/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen der Intensität mit welcher die Probanden/innen das Kickboxen betreiben und den zentralen Motiven die sie als Grund für die Ausübung des Kickboxens angeben.

H6/1 Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen der Intensität mit welcher die Probanden/innen das Kickboxen betreiben und den zentralen Motiven die sie als Grund für die Ausübung des Kickboxens angeben.

Wie in Tabelle 29 dargestellt, fällt die Spearman Korrelation für die Motivgruppen „Psychohygiene/Flow“, „Psychische Fitness“ und „Vorbild“ signifikant aus. Für diese Motivgruppen wird H0 verworfen und die Alternativhypothese H1 angenommen. Das bedeutet es besteht zwischen der Intensität der Ausübung und den Motivgruppen „Psychohygiene/Flow“, „Psychische Fitness“ und „Vorbild“ ein signifikanter Zusammenhang. Für die anderen Motivgruppen lässt sich kein Zusammenhang feststellen.

Tabelle 29: Zusammenhang Intensität und Motive (n = 223)

Faktor	N	Korrelationskoeffizient (r)	Signifikanz (p)
Figur/ Aussehen	223	-,090	,180
Kontakt	223	-,034	,617
Wettkampf/Leistung	223	,109	,104
Bewegungsästhetik/-komplexität	223	,128	,057
Fitness/Wohlbefinden	223	,128	,057
Psychohygiene/Flow	223	,153*	,022
Psychische Fitness	223	,134*	,046
Selbstverteidigung	223	-,025	,711
Vorbild	223	,154*	,021

Betrachtet man die Ergebnisse im Detail, zeigt sich, dass es zwischen der Intensität mit der das Kickboxen ausgeübt wird und dem Motiv durch das Kickboxen in Flow-Zustände zu kommen und Psychohygiene zu betreiben ein schwacher positiver Zusammenhang besteht. Das bedeutet je höher die Intensität mit der trainiert wird, desto höher haben die Kickboxer/innen die Items der Motivgruppe „Psychohygiene/Flow“ bewertet.

Dasselbe trifft auf die Motivgruppen Vorbild und Psychische Fitness zu. Je intensiver trainiert wird, desto wichtiger sind für die Probanden die Motive einem Vorbild nachzueifern und sich psychisch fit zu halten.

6.6.2.4 Besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen der Trainingshäufigkeit und den Motivausprägungen der Probanden/innen?

In der Folge wird getestet, ob es einen signifikanten Zusammenhang zwischen der Trainingshäufigkeit der Probanden/innen und deren Motivausprägung gibt. Es wird die folgende Hypothese überprüft:

H7/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen der Häufigkeit des Trainings und der Motivausprägung der Probanden/innen.

H7/1 Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen der Häufigkeit des Trainings und der Motivausprägung der Probanden/innen.

Tabelle 30 zeigt, dass die Spearman Korrelation für Motivgruppen „Kontakt“, „Wettkampf/Leistung“, „Bewegungsästhetik/-komplexität“ und „Psychische Fitness“ signifikant ausfällt. Es wird für diese Motivgruppen deshalb H0 verworfen und H1 angenommen, d. h. es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen diesen Motivgruppen und der Trainingshäufigkeit. Für die anderen Motivgruppen wird H0 beibehalten.

Tabelle 30: Zusammenhang Trainingshäufigkeit und Motive (n = 223)

Faktor	N	Korrelationskoeffizient (r)	Signifikanz (p)
Figur/ Aussehen	223	-,025	,712
Kontakt	223	,203	,002
Wettkampf/Leistung	223	,575	,000
Bewegungsästhetik/-komplexität	223	,199	,003
Fitness/Wohlbefinden	223	-,062	,357
Psychohygiene/Flow	223	,088	,191
Psychische Fitness	223	,192	,004
Selbstverteidigung	223	-,033	,625
Vorbild	223	,244	,000

Bei dem Zusammenhang zwischen der Trainingshäufigkeit und den Motivgruppen „Kontakt“, „Bewegungsästhetik/-komplexität“ und „Psychische Fitness“ handelt es sich, wie Tabelle 30 entnommen werden kann um einen schwachen positiven Zusammenhang. D. h. je häufiger trainiert wird, desto bedeutender sind die Motive Kontakt, sich psychisch fit zu halten und das Erleben bzw. Erlernen von ästhetischen und komplexen Bewegungen.

Der Zusammenhang zwischen der Trainingshäufigkeit und der Motivgruppe „Wettkampf/Leistung“ unterscheidet sich insofern, dass es sich hier mit einem Korrelationskoeffizienten von 0,575 um einen im Vergleich deutlich stärkeren Zusammenhang handelt. Nach statistischer Norm, kann man allerdings noch immer nicht von einem starken statistischen Zusammenhang sprechen, dieser würde ab 0,8 beginnen, aber immerhin handelt es sich hier um einen mittleren Zusammenhang. Daraus lässt sich ableiten, dass je mehr Probanden/innen trainieren, desto wichtiger ist ihnen der Wettkampf und die Möglichkeit sportliche Leistungen zu erbringen als Motiv für das Kickboxen.

6.6.2.5 Besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen der Trainingserfahrung und den Motivausprägungen der Probanden/innen?

Als nächstes wird geprüft, ob ein signifikanter Zusammenhang zwischen der Anzahl der Jahre die das Kickboxen bereits ausgeübt wird und den Motiven der Probanden besteht. Es gilt dabei:

H8/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen den Jahren, die Probanden/innen kickboxen und ihren Motiven, die sie als Grund für die Ausübung des Kickboxens angeben.

H8/1 Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen den Jahren, die Probanden/innen kickboxen und ihren Motiven, die sie als Grund für die Ausübung des Kickboxens angeben.

Tabelle 31 zeigt, dass es lediglich für die Motivgruppen „Wettkampf/Leistung“ und „Vorbild“ einen signifikanten, aber schwach ausgeprägten positiven Zusammenhang mit der Ausübungsdauer des Kickboxens gibt. D. h. je länger die Umfrageteilnehmer/innen bereits dem Kickboxen nachgehen, desto eher spielen Motive wie Wettkampf und die Möglichkeit sportliche Leistungen zu erbringen, sowie Vorbildern nachzueifern eine Rolle.

Tabelle 31: Zusammenhang Ausübungsdauer und Motive (n = 223)

Faktor	N	Korrelationskoeffizient (r)	Signifikanz (p)
Figur/ Aussehen	223	-,047	,482
Kontakt	223	-,073	,280
Wettkampf/Leistung	223	,233**	,000
Bewegungsästhetik/-komplexität	223	,063	,346
Fitness/Wohlbefinden	223	-,036	,588
Psychohygiene/Flow	223	-,103	,125
Psychische Fitness	223	,026	,695
Selbstverteidigung	223	-,122	,069
Vorbild	223	,186**	,005

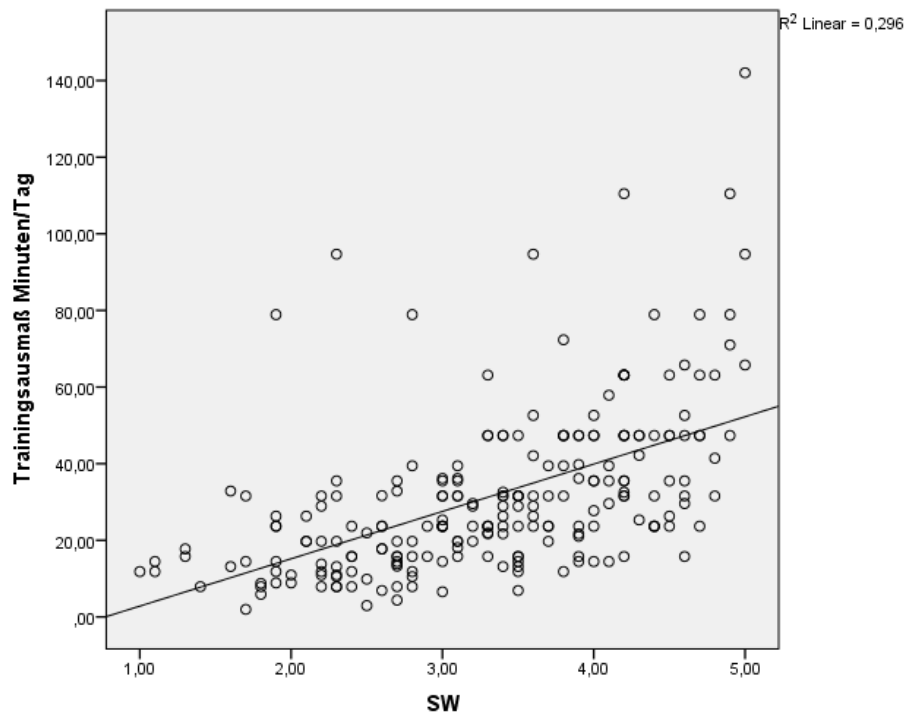
6.6.2.6 Besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen Trainingsausmaß und Stellenwert des Kickboxens?

Nun soll analysiert werden, ob zwischen dem Trainingsausmaß, gemessen in Minuten/Tag, und dem Stellenwert, den das Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt ein signifikanter Zusammenhang besteht. Dabei wird folgende Hypothese mit dem Spearman-Test überprüft:

H10/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen Trainingsausmaß und dem Stellenwert, den Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt.

H10/1 Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen Trainingsausmaß und dem Stellenwert, den Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt.

Der Spearman-Test bringt mit einem Signifikanzwert von $p = 0,00$ ein signifikantes Ergebnis, d. h. es wird die Nullhypothese verworfen und die Alternativhypothese angenommen. Es besteht somit ein signifikanter Zusammenhang zwischen der Trainingshäufigkeit und dem Stellenwert, den das Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt. Der Korrelationskoeffizient liegt bei 0,616, das bedeutet es handelt sich um einen mittleren und positiven Zusammenhang. Mit diesem Ergebnis lässt sich die Aussage tätigen, je höher das Trainingsausmaß, desto höher ist auch der Stellenwert, den das Kickboxen im Leben der Probanden einnimmt. Dieser Zusammenhang wird im Grafik 14 dargestellt.



Grafik 14: Zusammenhang Trainingsausmaß in Minuten/Tag und Stellenwert (n=223)

6.6.2.7 Besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Stellenwert des Kickboxens und den Motivausprägungen der Probanden/innen

Abschließend soll überprüft werden, ob ein Zusammenhang zwischen dem Stellenwert, den das Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt und deren Motivausprägungen gibt. Mit dem Spearman-Test wird nun folgende Zusammenhangshypothese geprüft:

H11/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Stellenwert, welchen das Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt und der Motivausprägung.

H11/1 Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Stellenwert, welchen das Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt und deren Motivausprägung.

Betrachtet man die Ergebnisse, wie sie in Tabelle 32 dargestellt sind, lässt sich feststellen, dass es für mehrere Motivgruppen ein signifikantes Ergebnis für die Spearman Korrelation gibt. Für die betroffenen Motivgruppen bedeutet das, die Nullhypothese wird verworfen und die Alternativhypothese wird angenommen, d. h. es gibt einen signifikanten Zusammenhang mit dem Stellenwert des Kickboxens im Leben der Probanden/innen. Das trifft auf die Motivgruppen „Kontakt“, „Wettkampf/Leistung“, „Bewegungsästhetik/-komplexität“, „Psychohygiene/Flow“, „Psychische Fitness“ und „Vorbild“ zu.

Tabelle 32: Zusammenhang Stellenwert des Kickboxens und Motive (n =223)

Faktor	N	Correlation Coefficient	Sig. (2-tailed)
Figur/ Aussehen	223	-,058	,391
Kontakt	223	,308**	,000
Wettkampf/Leistung	223	,679**	,000
Bewegungsästhetik/-komplexität	223	,298**	,000
Fitness/Wohlbefinden	223	,056	,409
Psychohygiene/Flow	223	,316**	,000
Psychische Fitness	223	,226**	,001
Selbstverteidigung	223	,113	,092
Vorbild	223	,361**	,000

Widmet man sich den Korrelationskoeffizienten etwas ausführlicher, zeigt sich, dass zwischen dem Motiv Kontakt im und durch das Kickboxen und dem Stellenwert des Kickboxens ein leichter, positiver Zusammenhang besteht. Das bedeutet, je höher der Stellenwert, desto höher ist das Motiv Kontakt im und durch das Kickboxen.

Ähnliche Ergebnisse erzielten die Motivgruppen „Bewegungsästhetik/-komplexität“, „Psychohygiene/Flow“, „Psychische Fitness“ und „Vorbild“. Alle weisen einen schwachen und positiven Zusammenhang mit dem Stellenwert im Leben der Probanden auf und können daher so interpretiert werden wie „Kontakt“ weiter oben.

Lediglich „Wettkampf/Leistung“ hebt sich hier ab, da mit einem Korrelationskoeffizienten von 0,679 ein mittlerer, positiver Zusammenhang besteht. Es lässt sich also die Aussage treffen, je höher der Stellenwert des Kickboxens im Leben der Probanden/innen ist, desto wichtiger ist für sie das Motiv Wettkampf und die Möglichkeit sportliche Leistungen im Kickboxen zu erbringen.

7 Diskussion der Ergebnisse

Nach der ausführlichen Präsentation der Untersuchungsergebnisse im vorigen Kapitel, werden in diesem Kapitel die wichtigsten Ergebnisse zusammengefasst und diskutiert, darüber hinaus werden die gewonnenen Ergebnisse interpretiert und mit den Ergebnissen von anderen Untersuchungsergebnissen in Beziehung gesetzt, um aufzuzeigen worin das Spezifikum des Kickboxens liegt.

7.1 Diskussion soziodemographische Daten der Umfrageteilnehmern/innen

Eingeleitet wird die Diskussion der Ergebnisse mit den erhobenen soziodemographischen Daten zu den Umfrageteilnehmern/innen. An dieser Stelle soll noch einmal den Umfang der Stichprobe in Erinnerung gerufen werden, insgesamt haben an der Untersuchung 340 Probanden/innen teilgenommen, wobei 223 davon den Fragebogen vollständig ausgefüllt haben.

Geschlecht

Von diesen 223 Personen sind 133 weiblich und 90 männlich, das entspricht einem Verhältnis von 60 Prozent weiblich zu 40 Prozent männlich. Damit lässt sich ein deutlicher Überhang an Kickboxerinnen konstatieren.

Dieses Ergebnis ist insofern überraschend, da Kickboxen, wie Winkelmann (2008) in ihrer Arbeit „Kickboxen und Weiblichkeit“ beschreibt, gesellschaftlich immer noch als typisch männlich gilt. Ein weiteres Indiz, dass auf die (frühere) Dominanz der Männer im Kickboxen hindeutet, ist folgendes Zitat von Donas (2000) in seiner Arbeit über die sportliche Identität österreichischer Kickboxer: „Da der weibliche Anteil beim Kickboxen sehr gering ist, blieb dieser in der Stichprobe unberücksichtigt.“ Dennoch zeichnen die Ergebnisse dieser Untersuchung ein gänzlich anderes Bild, der weibliche Anteil überwiegt gegenüber dem männlichen. Wie das tatsächliche Geschlechterverhältnis aussieht, lässt sich schwer eruieren, da diesbezüglich keine brauchbaren Statistiken gefunden wurden. Selbst der ÖBFK, der Österreichische Fachverband für Kick- und Thaiboxen, konnte mir diesbezüglich nicht weiterhelfen. Allerdings lässt sich unbestreitbar der Trend feststellen, dass immer mehr Frauen den Kickboxsport ausüben.

Dass es sich bei diesem festgestellten Trend um einen tatsächlichen, sich in der Gesellschaft manifestierenden Trend handelt, lässt sich ganz einfach durch eine Internetrecherche belegen. Kombiniert man etwa die Begriffe „Kickboxen Frauen“ in einer Suche auf Google, findet man

eine Vielzahl an Einträgen. Diese werben vor allem für Kickboxangebote speziell für Frauen und Mädchen. Daraus lässt sich schließen, dass die Kickboxverbände bzw. -vereine mit diesem Angebot auf eine verstärkte Nachfrage nach solchen Kursen reagieren. Zudem finden sich mehrere Artikel, die sich mit Frauen im Kickboxen auseinandersetzen und auf der Homepage der WAKO wird man ebenfalls fündig, wenn man sich über Kickboxen als Sport für Frauen informieren möchte.

Was sind die Gründe für diesen Trend? Diese Frage versucht ein Artikel aus „Der Standard“ zu beantworten. Zum einen wird darauf hingewiesen, dass sich viele Frauen davon versprechen ihre Fitness zu verbessern und sich im Notfall selbst verteidigen zu können. Außerdem wird die Vorbildwirkung von weiblichen Idolen angesprochen, die sich ihren Fans mit perfektem Körper beim Kampfsporttraining präsentieren (vgl. <http://derstandard.at/2000027089923/Trend-Hinhauen-fuer-die-koerperliche-Fitness>).

Vergleicht man das mit den Ergebnissen dieser Untersuchung, lässt sich feststellen, dass für Frauen die Motivgruppen „Selbstverteidigung“, „Figur/Aussehen“ und „Fitness/Wohlbefinden“ tatsächlich von signifikant höherer Bedeutung sind als für Männer. D. h. Frauen wenden sich dem Kickboxsport zu, um sich selber verteidigen zu können, um an ihrer Figur und ihrem Aussehen zu arbeiten und um fitter zu werden.

Altersverteilung

Bei der Altersverteilung wurde festgestellt, dass etwas mehr als die Hälfte der Probanden/innen zwischen 20 und 30 Jahren alt sind. Das volle Altersspektrum reicht allerdings von zwölf bis 62 Jahre. Daraus ergibt sich ein durchschnittliches Alter der Kickboxer/innen von 27,6 Jahren.

Ob diese Zahlen die Realität abbilden, lässt sich nur schwer überprüfen, da es diesbezüglich keine aktuellen Untersuchungen gibt. Deshalb soll die Diplomarbeit von Donas (2000) als Vergleich herangezogen werden. Zunächst zu den Unterschieden der beiden Altersverteilungen, diese unterscheiden sich dadurch, dass bei Donas (2000) das Altersspektrum lediglich von 16 bis 39 reicht. Allerdings ergeben die beiden Altersverteilungen ein ähnliches Bild, wenn man die Häufigkeit beachtet mit welcher bestimmte Altersgruppen im Kickboxsport vertreten sind. Sowohl bei Donas (2000) als auch bei dieser Studie ist der überwiegende Großteil der Kickboxer/innen zwischen 20 und 30 Jahre alt und die Häufigkeit nimmt mit zu- bzw. abnehmenden Alter ab. Lediglich bei den unter 20-jährigen ist bei Donas

(2000) ein deutlich höherer Anteil festzustellen. Daher ist auch das durchschnittliche Alter mit 22,6 Jahren bei Donas (2000) deutlich niedriger als in dieser Studie.

Eine mögliche Erklärung hierfür könnte sein, dass besonders in den 80er und 90er Jahren Kampfsportfilme besonders populär waren, wie etwa die Filme mit Jean-Claude Van Damme und Jet Li. Zudem wurde in den 90er Jahren der Mythos Muhammad Ali durch zwei Dokumentationen gehypt. Diese filmische Inszenierung von Kampfsport und die damit einhergehende Schaffung von Helden, könnte dazu beigetragen haben, dass viele Jugendliche sich dem Kampfsport zugewendet haben. Dass heute prozentuell weniger Junge Kickboxen, könnte dann darauf zurückzuführen sein, dass diese Helden von damals ihre Strahlkraft und damit ihre Mobilisierungskraft für den Kampfsport verloren haben bzw. dass diese zurückgegangen ist, allerdings nicht von neuen Helden ersetzt worden ist.

Bildungsniveau

Die Ergebnisse für das Bildungsniveau zeigen, dass an der Umfrage mit ca. 73 Prozent, überwiegend Personen mit hohem Bildungsniveau teilgenommen haben, dazu werden Personen gezählt die zumindest die Matura absolviert haben. Im Umkehrschluss haben lediglich ca. 27 Prozent der Probanden/innen keine Matura absolviert.

Ähnlich wie bei der Diskussion der Altersverteilung, lässt sich dies auch hier wieder schwer überprüfen, da es diesbezüglich keine aktuellen Untersuchungen gibt. Vergleicht man die Ergebnisse dieser Untersuchung mit den Ergebnissen von Donas (2000) wird deutlich, dass auch in punkto Bildungsniveau die beiden Untersuchungen zu unterschiedlichen Ergebnissen kommen. Donas (2000) konstatiert im Gegensatz zu den Ergebnissen dieser Studie, dass gerade einmal 40 Prozent der Probanden über ein hohes Bildungsniveau, also Matura oder höher verfügen, und mit etwa 60 Prozent, der Großteil der Probanden über keine Matura verfügen.

Hier stellt sich die Frage, ob sich diese widersprüchlichen Ergebnisse ähnlich wie beim Geschlechterverhältnis durch eine Veränderung der Grundgesamtheit erklären lassen, demnach wäre heute das Bildungsniveau unter den Kickboxern/innen deutlich höher, als im Jahr 2000, oder es liegt an der Repräsentativität der Stichproben, die zufällig unterschiedliche Bereiche der Grundgesamtheit erfasst haben.

Bundesland

Von den 223 Befragten haben 116 angegeben, dass sie in Wien trainieren, das entspricht etwas mehr als der Hälfte der Stichprobe. Die restlichen ca. 50 Prozent verteilen sich zum Großteil auf Niederösterreich (ca. 18 %), Oberösterreich (10 %), Salzburg (ca. 8 %) und die Steiermark (ca. 6 %). Die restlichen Bundesländer Kärnten (ca. 1 %), Tirol (ca. 2 %), Vorarlberg (ca. 1 %) und Burgenland (0,4 %) sind in der Untersuchung deutlich unterrepräsentiert.

Vergleicht man diese Ergebnisse mit den offiziell beim ÖBFK registrierten Kickboxvereine zeigt sich, dass in jenen Bundesländern, die mit einer hohen Anzahl an Vereinen eine gute Infrastruktur für das Kickboxen bieten, tendenziell mehr Probanden erreicht werden konnten, als in Bundesländern in denen es wenige Vereine gibt, wie z. B. Vorarlberg und Burgenland (vgl. ÖBFK, 2016). Das hat auch damit zu tun, dass der Fragebogen vor allem über Vereine versucht wurde in Umlauf zu bringen. Ein weiterer Punkt der erklärt, warum vor allem Probanden/innen aus Wien und Niederösterreich mit der Umfrage erreicht werden konnten ist, dass ich hier direkte Ansprechpartner hatte, die mich durch die Verbreitung des Fragebogens unterstützten.

Ausübung anderer Sportarten

Von den 223 Befragten gab der überwiegende Großteil an, neben dem Kickboxen noch andere Sportarten auszuüben. Wobei hier, wie bereits unter Punkt 6.1 festgestellt wurde, vor allem Fitnesssport von Bedeutung ist. Daraus lässt sich schließen, dass es für einen großen Teil der Kickboxer/innen wichtig ist sich durch Sport fit zu halten. Diese Schlussfolgerung deckt sich mit dem Ergebnis dieser Studie, die „Fitness/Wohlbefinden“ als Bedeutendste Motivgruppe für das Kickboxen entlarvte.

7.2 Diskussion Einstieg ins Kickboxen

Als nächstes werden die Ergebnisse diskutiert, die in punkto Einstieg ins Kickboxen erhoben wurden.

Erstkontakt

Die meisten Kickboxer/innen sind durch Freunde oder Bekannte zum Kickboxen gekommen, knapp ein Drittel der Umfrageteilnehmer/innen gibt an, durch Freunde oder Bekannte erstmals mit dem Kickboxen in Kontakt gekommen zu sein. Der zweithäufigste Erstkontakt mit dem Kickboxen erfolgt über Medien, dies trifft auf etwas weniger als ein Viertel der Befragten zu, gefolgt von universitären Angeboten, vor allem USI-Kursen mit etwas mehr als zehn Prozent.

Betrachtet man diese Ergebnisse wird deutlich, dass vor allem durch Mundpropaganda und Medien Personen auf das Kickboxen aufmerksam werden. Ebenso leisten universitäre Sportangebote ihren Beitrag, Menschen zum Kickboxen zu bewegen. Allerdings werden Schule und Sportveranstaltungen kaum als Erstkontakt angegeben. Hier könnte man versuchen stärker aktiv zu werden, da man besonders durch Angebote in der Schule eine große Zahl an Personen erreichen könnte.

Vergleicht man diese Ergebnisse mit anderen Sportarten z. B. Fußball, einer der populärsten Sportart Österreichs, zeigt sich, dass hier die Anzahl derjenigen, die in der Schule das erste Mal Kontakt mit Fußball haben, mit mehr als 21 Prozent deutlich höher liegt. Auch die Familie spielt beim Fußball in punkto Erstkontakt eine deutlich wichtigere Rolle als im Kickboxen, während ca. 56 Prozent der Fußballer angeben, dass der Erstkontakt in der Familie stattgefunden hat, sind es beim Kickboxen lediglich etwas mehr als 9 Prozent.

Vorstellung vom Kickboxen

Etwas mehr als ein Drittel der Befragten gibt an, dass sie bereits ein Bild vom Kickboxen hatten, bevor sie mit dem Sport begannen, wobei sich beim Großteil diese Vorstellung auch tatsächlich bestätigte.

Vergleicht man das mit den Ergebnissen anderer Sportarten, z. B. Karate, wo ca. 50 Prozent eine bestimmte Vorstellung von der Sportart hatten, bevor sie mit dieser Sportart begannen, wird deutlich, dass dieser Anteil beim Kickboxen, mit ca. 34 Prozent deutlich niedriger ist (vgl. Pakosta, 2015), was möglicherweise daran liegt, dass Karate einen höheren Bekanntheitsgrad genießt als Kickboxen.

Zieht man hingegen eine deutlich populärere Sportart wie Fußball als Vergleich heran, zeigt sich, dass hier ebenfalls gerade einmal 30 Prozent angeben, dass sie eine bestimmte Vorstellung vom Fußball hatten, bevor sie damit begonnen haben. Dieses Ergebnis stellt die Argumentation von zuvor: eine Sportart ist bekannt und populär, deshalb haben Probanden/innen eine bestimmte Vorstellung oder ein bestimmtes Bild dieser Sportart in Frage. Rockenschaub (2015) argumentiert diesen niedrigen Anteil, zum einen damit, dass es bei den Probanden/innen möglicherweise ein Desinteresse gab diese Frage genauer zu beantworten, zum anderen verweist er auf das niedrige Einstiegsalter beim Fußball, welches ebenfalls ein Grund sein könnte.

Für das Kickboxen könnte man ähnlich argumentieren, dass sowohl ein mögliches Desinteresse an der Frage, als auch der niedrigere Bekanntheitsgrad des Kickboxens eine Rolle spielen. Das niedrige Einstiegsalter hingegen, kann kaum als Erklärung für das

Kickboxen herangezogen werden, da wie die Altersverteilung vermuten lässt das Einstiegsalter beim Kickboxen relativ hoch ist.

7.3 Diskussion Kickboxaktivität

Nun kommen wir zu den Ergebnissen die über die Kickboxaktivität der Probanden/innen erhoben wurden.

Ausübungsdauer

Die Trainingserfahrung der Befragten beträgt im Durchschnitt ca. 5 Jahre. Betrachtet man den Median zeigt sich, dass 50 Prozent der Befragten eine Trainingserfahrung von weniger als 2,5 Jahre haben, zudem gibt ein Drittel aller Probanden/innen an, das Kickboxen in etwa seit einem Jahr, oder weniger lang auszuüben. Diese Ergebnisse deuten darauf hin, dass ein großer Teil der Umfrageteilnehmer/innen relativ neu sind im Kickboxen. Mit knapp 42 Prozent gibt ein Großteil der Kickboxer/innen an zwischen 2 und 5 Jahren Kickboxerfahrung zu haben. Im Gegensatz dazu gibt es nur sehr wenige Kickboxer/innen, etwas mehr als zehn Prozent, die ihren Sport schon länger als zehn Jahre ausüben.

Zieht man wieder den Vergleich mit Karate und Fußball lässt sich feststellen, dass sowohl im Karate mit 13 Jahren, als auch im Fußball mit 18 Jahren die durchschnittliche Ausübungsdauer deutlich über der im Kickboxen liegt.

Einflussfaktoren, die eine niedrigere Trainingserfahrung im Kickboxen erklären könnten, sind das höhere Einstiegsalter kombiniert mit den hohen körperlichen Anforderungen beim Kickboxen. Fängt z. B. jemand mit 25 Jahren mit dem Kickboxen an, ist er oder sie nach zehn Jahren der Ausübung bereits 35 Jahre, ein Alter in dem bei vielen die körperlichen Fähigkeiten bereits nachlassen.

Häufigkeit der Ausübung

Der durchschnittliche Kickboxer trainiert laut dieser Studie etwas mehr als 30 Minuten pro Tag, was einem wöchentlichen Trainingspensum von ca. 3,5 Stunden entspricht. Da 3,5 Stunden Training kaum in einem Stück absolviert werden können, ist davon auszugehen, dass sich diese Trainingszeit auf zwei Trainingseinheiten pro Woche von ca. 1,5 bis 2 Stunden aufteilt.

Diesbezüglich decken sich die Ergebnisse zur Häufigkeit der Ausübung für Kickboxen mit jenen, die für Karate erhoben wurden, wo ebenfalls der Großteil der Probanden angibt zwei Mal wöchentlich zu trainieren.

Dieses relativ niedrige durchschnittliche Trainingsausmaß lässt sich so interpretieren, dass der Anteil jener, die das Kickboxen professionell betreiben, bei dieser Untersuchung relativ gering ist.

Graduierung

Zwei Drittel haben es bislang nicht weiter als zum 6. Kyu geschafft, das entspricht dem zweiten von sieben Schülergraden. Etwas mehr als 40 Prozent aller Probanden/innen geben sogar an gar keinen Gurt zu besitzen. Das deckt sich mit der vorher gemachten Beobachtung, dass es sich bei einem Großteil der Befragten, relativ gesehen, um Neueinsteiger handelt.

Vergleicht man dies mit der ebenfalls erhobenen Selbsteinschätzung des Könnens der Teilnehmer/innen zeigt sich, dass diese deutlich höher liegt, als die Graduierung vermuten ließe. So schätzen sich nur etwa 18 Prozent als Anfänger ein, etwas weniger als 50 Prozent schätzen sich als mäßig Fortgeschritten ein und etwas mehr als 33 Prozent schätzen sich als Fortgeschritten bzw. Experte/in ein.

Dass ein doch deutlicher Gegensatz zwischen der Graduierung und Selbsteinschätzung des Könnens besteht wirft die Frage auf, ob das tatsächliche Leistungsvermögen durch die Graduierung realistisch abgebildet wird, da möglicherweise jemand, der ein sehr guter Kickboxer ist, auf Gürtelprüfungen verzichtet, weil diese für ihn keinen Anreiz darstellen.

Disziplin

Die am häufigsten praktizierte Disziplin unter den Befragten ist Leichtkontakt, etwa zwei Drittel der Probanden/innen geben diese als bevorzugte Disziplin an. Gefolgt von Pointfighting, das von etwas mehr als 22 Prozent praktiziert wird. Die restlichen ca. 12 Prozent verteilen sich auf andere Disziplinen.

Turnierteilnahme

Von den befragten Personen gibt in etwa die Hälfte an, bereits an einem Wettkampf teilgenommen zu haben. Wiederum die Hälfte der bereits wettkampferfahrenen Kickboxer/innen gibt an, auch bereits an internationalen Turnieren gekämpft zu haben. Ein weiteres Viertel der Wettkampferfahrenen gibt als höchstes Wettkampfniveau den nationalen Wettkampf an. D. h. drei Viertel der Wettkampferfahrenen und etwas mehr als ein Drittel aller Befragten haben also bereits an einem bedeutenden Turnier teilgenommen, also einem landesweiten oder internationalen Wettkampf.

Dieses Ergebnis ist insofern interessant, da es Aufschluss darüber gibt, wie groß der Anteil derer ist, die das Kickboxen als Wettkampfsport betreiben. Ein Viertel bis ein Drittel, berücksichtigt man auch Kämpfer/innen, die „nur“ an nationalen Wettkämpfen teilgenommen haben, der befragten Kickboxer/innen sind Wettkämpfer. Demgegenüber stehen beinahe 54 Prozent, die noch nie an einem Wettkampf teilgenommen haben.

Der hohe Anteil an Personen die noch nie an einem Turnier teilgenommen haben, lässt sich damit erklären, dass wie weiter oben bereits festgestellt, ein großer Teil der Probanden/innen noch relativ neu im Kickboxen ist. Außerdem kann man daraus ableiten, dass viele Probanden/innen mit ihrer Kickboxaktivität nicht primär das Ziel verfolgen, sich mit anderen in einem Wettkampf zu messen. Diese Annahme bestätigt sich auch in der Motivanalyse, indem Items der Motivgruppe „Wettkampf/Leistung“ verhältnismäßig wenig Zustimmung bekommen.

Wie unter Punkt 6.4.6 dargestellt, lässt sich ein stark ausgeprägter Unterschied zwischen jenen, die bereits an bedeutenden Wettkämpfen teilgenommen haben und denjenigen, die noch nicht an solchen Wettkämpfen teilgenommen haben feststellen. Die bereits an bedeutenden Turnieren teilgenommen haben bewerten die Items der Motivgruppe „Wettkampf/Leistung“ deutlich höher. Demzufolge gibt es also unter den Kickboxern vereinfacht gesagt zwei Gruppen, die Wettkämpfer/innen, ca. ein Drittel, für welche der Wettkampf einen hohen Stellenwert hat und die Nichtwettkämpfer/innen, für die andere Ziele wie Fitness und Ausgleich wichtiger sind.

7.4 Diskussion Motive im Kickboxen

Nachdem die allgemeinen und kickboxspezifischen Daten der Befragten diskutiert wurden kommen wir nun zur Diskussion und Interpretation der Ergebnisse, des eigentlichen Kernteils dieser Arbeit, den Motiven im Kickboxsport.

In einer ersten Reihung der Items nach deren Mittelwert konnte bereits ein Eindruck davon gewonnen werden, welche Motive besonders wichtig für die Probanden/innen sind und welche weniger wichtig sind. Zu den bedeutenden Items zählen jene, die direkt oder indirekt das Verlangen an seine körperlichen Leistungsgrenzen zu gehen und diese auch auszubauen, das Verlangen nach Fitness und das Verlangen nach Spaß und Freude ansprechen. Eher unbedeutend sind Items, die Kontakt, Vorbild, Wettkampf und das Aussehen thematisieren.

Dieser erste Eindruck bestätigte sich im Großen und Ganzen durch die durchgeführte Faktorenanalyse. Im Zuge derer konnten die insgesamt 54 Items zu 9 Faktoren zusammengefasst werden. In einer Reihung der neuen Faktoren nach Mittelwerten zeigte sich,

dass die Motivgruppen „Fitness/Wohlbefinden“ (MW: 4,20), „Psychische Fitness“ (MW: 3,66), „Psychohygiene/Flow“ (MW: 3,57) und „Bewegungsästhetik/-komplexität“ (MW: 3,54) im Durchschnitt die größte Zustimmung bekommen haben. Hingegen die Motivgruppen „Kontakt“ (MW: 2,74), „Figur/Aussehen“ (MW: 2,71) und „Vorbild“ (MW: 1,98) im Durchschnitt relativ wenig Zustimmung bekommen haben.

Im Vergleich mit den Ergebnissen der Studie von Donas aus dem Jahre 2000, zeigt sich, dass bei Donas ebenfalls bereits Motivitems wie Spaß und Freude am Kickboxen und körperliche Fitness besonders wichtig sind für die Probanden/innen. Hingegen sind Motivitems die auf Kontakt im Kickboxen bzw. auf eine Karriere im Kickboxen abzielen für die Probanden ebenfalls wenig bedeutsam. Somit lassen sich bei den Ergebnissen von Donas und dieser Studie ähnliche Tendenzen in der Motivausprägung feststellen. (vgl. Donas, 2000)

Betrachtet man das Ergebnis für die verwandte Sportart Karate, zeigt sich ebenfalls ein ähnliches Bild wie beim Kickboxen, es ist wieder die Fitness, wobei sie in der Studie zu Karate mit Gesundheit kombiniert ist, die besonders viel Zuspruch von den Probanden/innen bekommt. Die Motivgruppe „Psychomotorik“ die als Pendant zu „Psychischen Fitness“ in dieser Studie verstanden werden kann, ist im Karate sowie im Kickboxen eine bedeutende Motivgruppe. Ebenso verhält es sich mit „Ästhetik“, in dieser Studie „Bewegungsästhetik/-komplexität“ genannt. Diese ist in beiden Studien mit kurioserweise beinahe einem identen Mittelwert von ca. 3,5 an vierter Stelle. „Selbstverteidigung“ nimmt ebenfalls in beiden Untersuchungen die Mittelposition zwischen den eher bedeutenden und unbedeutenden Motivgruppen ein. Ähnlich wie beim Kickboxen sind im Karate die Faktoren „Kontakt“, „Figur/Aussehen“, „Wettkampf/Leistung“ und „Vorbild“ eher unbedeutend für die Ausübung (vgl. Pakosta, 2015).

Dass Fitness ein besonders wichtiges Motiv für Kickboxer/innen ist, bzw. dass sich Personen, für die Fitness wichtig ist, Kickboxen als Sport aussuchen, überrascht nicht sonderlich, da das Kickboxtraining den Ruf hat ein physisch besonders forderndes Training zu sein. Das lässt sich anhand der medialen Berichterstattung nachvollziehen. Vor allem in Fitnesszeitschriften wie Men's Health oder Women's Health finden sich Artikel, die Kickboxtraining als Fitnessprogramm anpreisen. Hier einige Blitzlichter aus diesen Artikeln: Kickboxen ist „ein multifunktionales, supereffektives Training für den ganzen Körper“ (Men's Health, 2011), „eines der effektivsten Ganzkörperworkouts und somit ein echter Kalorienkiller“ (Women's Health, 2013).

7.4.1 Motivierende und demotivierende Erlebnisse im Kickboxen

Auf die Frage nach motivierenden Erlebnissen in ihrer Kickboxkarriere antworten insgesamt 132 Probanden. Ihre Aussagen lassen sich zu sechs Gruppen zusammenfassen:

- Gemeinschaftsgefühl und Freundschaft
- Sportlicher Erfolg (Wettkampf, Gürtelprüfung)
- Entwicklung seines Körpers und seiner Fähigkeiten
- Steigerung des Selbstbewusstseins und der Lebensfreude
- Lob vom Trainer
- Flow-Erleben und Katharsis

Diese sechs Erlebniskategorien sorgen für positive Erfahrungen in der Karriere vieler Kickboxer/innen.

Die Frage nach demotivierenden Erlebnissen wird von 101 Teilnehmer/innen beantwortet. Die Aussagen wurden zu sieben Gruppen mit inhaltlich ähnlichen Aussagen zusammengefasst:

- Verletzungen und Schmerzen
- Negatives Image des Kickboxens
- Scheitern, nicht erreichen von Zielen
- Extrinsischer und intrinsischer Leistungsdruck
- Zwischenmenschliche Probleme mit Trainer/innen und Trainingspartner/innen
- Hoher Zeitaufwand des Kickboxens
- Unfaire Schiedsrichterentscheidungen

Diese sieben Erlebniskategorien sorgen für demotivierende Erfahrungen in der Karriere vieler Kickboxer/innen.

7.4.2 Diskussion der Hypothesen

In diesem Kapitel werden die weiter oben aufgestellten Zusammenhangs- und Unterschiedshypothesen diskutiert und mit den Ergebnissen anderen Sportarten verglichen werden.

Biologisches Geschlecht

Um die Frage zu beantworten, ob das biologische Geschlecht der Probanden/innen deren Motive beeinflusst wurde ein Mann-Whitney U-Test durchgeführt. Dabei wurde von folgenden Hypothesen ausgegangen:

H1/0: Es besteht kein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Männern und Frauen.

H1/1: Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Männern und Frauen.

Die Hypothese, dass es einen signifikanten geschlechtsspezifischen Unterschied bei den Motiven im Kickboxen gibt, lässt sich für die Motive „Figur/Aussehen“, „Wettkampf/Leistung“, „Fitness/Wohlbefinden“, „Psychohygiene/Flow“ und „Selbstverteidigung“ bestätigen.

Für Frauen ist das Motiv durch das Kickboxen an ihrer Figur und ihrem Erscheinungsbild zu arbeiten im Durchschnitt signifikant wichtiger als für Männer, dasselbe gilt für die Motive sich fit zu halten und sein Wohlbefinden zu erhöhen, sich selbst verteidigen zu lernen und durch das Kickboxen Psychohygiene zu betreiben bzw. in Flow-Zustände zu kommen. Umgekehrt ist für Männer die Motivgruppe „Wettkampf/Leistung“ wichtiger, d. h. für Kickboxer sind der Wettkampf und die Möglichkeit sportliche Leistungen zu erbringen als Motive signifikant bedeutsamer als für Kickboxerinnen.

Pakosta (2015) stellte in ihrer Studie zum Kampfsportart Karate ebenfalls fest, dass den Frauen ihre Figur und ihr Aussehen als Motiv Karate zu betreiben im Durchschnitt wichtiger ist als den Männern. Auch Gabler (2002) hält fest, dass Frauen als Motiv für den Sport allgemein, bei dem Item Figur höhere Werte aufweisen. Eine Erklärung, weshalb figurbezogene Items von Frauen höhere Werte bekommen, könnte sein, dass der Druck einen sportlichen und schlanken Körper zu haben für Frauen noch immer höher ist als für Männer.

Anders als im Kickboxen gibt es im Karate neben „Figur/Aussehen“ keine weiteren Unterschiede zwischen Männern und Frauen. Gabler (2002) hingegen konnte, so wie in dieser Studie, noch andere geschlechterspezifische Unterschiede feststellen. Sowohl im Kickboxen, als auch im Sport allgemein weisen Frauen bei den Items Stressabbau und Entspannung, die in dieser Studie der Motivgruppe „Psychohygiene/Flow“ zugerechnet werden, höhere Werte auf. Bei diesen Items ist der Unterschied zwischen Männern und Frauen übrigens besonders ausgeprägt. Ein weiterer gemeinsamer Unterschied zwischen Männern und Frauen, der in beiden Studien beobachtet werden konnte ist, dass leistungsbezogene Items für Männer im Durchschnitt bedeutender sind als Frauen.

Dass Frauen höhere Werte bei „Psychohygiene/Flow“ haben lässt sich möglicherweise darauf zurückführen, dass Frauen laut einer Studie von Freidl, Stronegger und Neuhold (2001) insgesamt mehr auf ihre Gesundheit achten als Männer. In dieses Bild passt das Ergebnis,

dass Kickboxerinnen im Durchschnitt mehr um ihren psychischen Ausgleich und damit um ihre psychische Gesundheit besorgt sind als Kickboxer. Dass Frauen bei „Selbstverteidigung“ höhere Werte haben, lässt sich unter anderem darauf zurückführen, dass Frauen eher der Gefahr von Gewalt und Übergriffen ausgesetzt sind, wie unlängst eine Studie an der Universität Wien belegte (vgl. Kapella, Baierl, Rille-Pfeiffer, Geserick & Schmidt, 2011).

Interessant ist auch zu hinterfragen, weshalb in mehreren Studien festgestellt werden konnte, dass Männer vor allem bei leistungsbezogene Items deutlich höhere Werte aufweisen als Frauen. Ein Grund könnte die gesellschaftliche Sozialisation von Jungen sein, sowie das immer noch dominierende traditionelle Männerbild in unserer Gesellschaft (vgl. Hertling, 2008).

Andere Sportarten

Des Weiteren ist von Interesse, ob sich die Motive zwischen Personen die nur Kickboxen und jenen, die neben dem Kickboxen noch andere Sportarten ausüben, unterscheiden. Die zugrunde liegende Hypothese wurde ebenfalls mit dem Mann-Whitney U-Test überprüft:

H2/0: Es besteht kein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Sportlern/innen die neben dem Kickboxen noch andere Sportarten ausüben, und jenen Sportlern/innen, die ausschließlich kickboxen.

H2/1 Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Sportlern/innen die neben dem Kickboxen noch andere Sportarten ausüben, und jenen Sportlern/innen, die ausschließlich kickboxen.

Betrachtet man die Ergebnisse, wie sie unter Punkt 6.4.6 dargestellt sind, zeigt sich, dass zwischen diesen Personengruppen für die die Motive „Psychohygiene/Flow“ und „Fitness/Wohlbefinden“ ein signifikanter Unterschied festgestellt werden konnte.

Beide Motivgruppen sind für diejenigen, die neben dem Kickboxen auch noch andere Sportarten ausüben wichtiger für die Ausübung des Kickboxens. Das bedeutet, dass für jene, die neben dem Kickboxen noch andere Sportarten ausüben die Motive durch das Kickboxen ästhetische und komplexe Bewegungen zu erleben bzw. zu erlernen und sich fit zu halten bzw. durch die körperliche Aktivität sein Wohlbefinden zu steigern, besonders hoch sind.

Turnierteilnahme

Haben Wettkämpfer/innen andere Motive als Personen die an keinem bedeutenden Turnier teilgenommen haben? Diese Frage soll anhand der Überprüfung folgender Hypothesen beantwortet werden:

H3/0: Es besteht kein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Kickboxern/innen die an nationalen und internationalen Turnieren teilgenommen haben und jenen Kickboxern/innen die noch nicht an einem solchen Turnier teilgenommen haben.

H3/1 Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Kickboxern/innen die an nationalen und internationalen Turnieren teilgenommen haben und jenen Kickboxern/innen die noch nicht an einem solchen Turnier teilgenommen haben.

Für die Motivgruppen „Kontakt“, „Wettkampf/Leistung“ und „Vorbild“ lassen sich zwischen Probanden/innen, die bereits an einem bedeutenden Turnier teilgenommen haben und jenen auf welche das nicht zutrifft, signifikante Unterschiede feststellen.

Das Motiv Kontakt ist für Turnierskämpfer/innen von größerer Bedeutung, ebenso wie die Möglichkeit sportliche Leistungen zu erbringen und einem Vorbild nachzueifern.

Besonders ausgeprägt ist der Unterschied natürlich beim Motiv „Wettkampf/Leistung“, das logischerweise bei den Turnierskämpfern/innen deutlich höher ist. Kontakt spielt bei den Turnierskämpfern/innen wahrscheinlich deshalb eine wichtigere Rolle, da diese als Wettkämpfer in das Wettkampfteam des Vereins integriert sind. Die oft eine eingeschworene Gruppe mit starkem Zusammenhalt bilden, wie auch aus der Anmerkung einer/es Befragten herausgelesen werden kann: „Gemeinschaftsgefühl auch in einem Einzelsport - gemeinsam gewinnen wir (auch wenn jeder im Endeffekt für sich selbst kämpft) und gemeinsam verlieren wir (Rückhalt durch ein starkes Team)“. Dass Vorbilder für Turnierskämpfer eine bedeutendere Rolle spielen, könnte daran liegen, dass man sich im Sport möglicherweise eher an Vorbildern orientiert, wenn man sportliche Leistungen erbringen will.

Alter

Mit Hilfe der Spearman Korrelation soll herausgefunden werden, ob das Alter der Probanden/innen Auswirkung auf deren Motive hat. Folgende Hypothesen werden überprüft:

H4/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Alter der Kickboxer/innen und den zentralen Motiven die sie als Grund für die Ausübung des Kickboxens angeben.

H4/1 Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Alter der Kickboxer/innen und den zentralen Motiven die sie als Grund für die Ausübung des Kickboxens angeben.

Die Hypothese, dass zwischen dem Alter und der Motivausprägung ein Zusammenhang besteht, konnte nur bedingt bestätigt werden. Zwar wurde für die Motivgruppen „Wettkampf/Leistung“, „Bewegungsästhetik/-komplexität“, und „Selbstverteidigung“ ein altersabhängiger Zusammenhang festgestellt. Für „Wettkampf/Leistung“ und „Selbstverteidigung“ eine leicht negative Korrelation, d. h. umso jünger die Probanden/innen, desto wichtiger ist das Motiv sich selbst verteidigen zu lernen und sich im Wettkampf zu behaupten bzw. sportliche Leistungen zu erzielen. Für „Bewegungsästhetik/-komplexität“ ist Umgekehrtes der Fall, d. h. je älter Probanden/innen, desto wichtiger das Motiv „Bewegungsästhetik/-komplexität“. Jedoch sind alle festgestellten Korrelationen nur sehr schwach ausgeprägt und deshalb von geringer Bedeutung.

Pakosta (2015) kommt für die Motive „Wettkampf/Leistung“ und „Selbstverteidigung“ zu einem ähnlichen Ergebnis. Dies legt die Vermutung nahe, dass im Kampfsport allgemein diese beiden Motive mit zunehmendem Alter an Bedeutung verlieren.

Ausbildungsniveau

Nun geht es darum mögliche Zusammenhänge zwischen Motiven und Ausbildungsniveau aufzuzeigen. Hierfür wurde folgendes Hypothesenpaar gebildet:

H5/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Ausbildungsniveau und den zentralen Motiven das Kickboxen auszuüben.

H5/1: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Ausbildungsniveau und den zentralen Motiven das Kickboxen auszuüben.

Die Ergebnisse zeigen, dass zwischen dem Ausbildungsniveau und den Motivgruppen „Kontakt“ und „Wettkampf/Leistung“ ein signifikanter Zusammenhang besteht. Allerdings ist der Zusammenhang abermals relativ schwach ausgeprägt und hat damit nur begrenzt Aussagekraft. Dennoch lässt sich festhalten, dass je höher das Ausbildungsniveau, desto

wichtiger ist den Probanden/innen das Kontaktmotiv. Beim Wettkampf- bzw. Leistungsmotiv verhält es sich umgekehrt.

Intensität der Ausübung

Gibt es einen signifikanten Zusammenhang zwischen der Intensität mit der die Kickboxer/innen ihren Sport betreiben und deren Motivausprägungen? Um diese Frage zu beantworten wird folgende Hypothese überprüft:

H6/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen der Intensität mit welcher die Probanden/innen das Kickboxen betreiben und den zentralen Motiven die sie als Grund für die Ausübung des Kickboxens angeben.

H6/1 Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen der Intensität mit welcher die Probanden/innen das Kickboxen betreiben und den zentralen Motiven die sie als Grund für die Ausübung des Kickboxens angeben.

Für die Motive „Psychohygiene/Flow“, „Psychische Fitness“ und „Vorbild“ lässt sich ein schwacher positiver Zusammenhang feststellen. Das lässt sich folgendermaßen interpretieren, je höher die Intensität mit der trainiert wird, desto wichtiger sind den Kickboxern/innen die Items der Faktoren „Psychohygiene/Flow“, „Psychische Fitness“ und „Vorbild“.

Trainingshäufigkeit

Ob es einen Zusammenhang zwischen der Trainingshäufigkeit, in Minuten pro Tag, und den Motiven der Probanden/innen gibt wurde mit folgenden Hypothesen überprüft:

H7/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen der Häufigkeit des Trainings und der Motivausprägung der Probanden/innen.

H7/1 Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen der Häufigkeit des Trainings und der Motivausprägung der Probanden/innen.

Das Ergebnis ist für die Motivgruppen „Kontakt“, „Wettkampf/Leistung“, „Bewegungsästhetik/-komplexität“ und „Psychische Fitness“ signifikant, d. h. es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen diesen Motivgruppen und der Trainingshäufigkeit.

Für die Motivgruppen „Kontakt“, „Bewegungsästhetik/-komplexität“ und „Psychische Fitness“ konnte ein schwacher positiver Zusammenhang festgestellt werden. Daraus lässt sich folgern,

je häufiger trainiert wird, desto bedeutender sind die Motive Kontakt, sich psychisch fit zu halten und das Erleben bzw. Erlernen von ästhetischen und komplexen Bewegungen.

Der Zusammenhang zwischen der Trainingshäufigkeit und der Motivgruppe „Wettkampf/Leistung“ weist im Vergleich eine deutlich stärkere Korrelation auf. Nach statistischer Norm, handelt es sich hier um einen mittleren Zusammenhang. Daraus lässt sich ableiten, dass je mehr Minuten pro Tag Probanden/innen trainieren, desto wichtiger ist ihnen der Wettkampf und die Möglichkeit sportliche Leistungen zu erbringen als Motiv für das Kickboxen.

Dass der Zusammenhang zwischen Trainingshäufigkeit und der Motivgruppe „Wettkampf/Leistung“ vergleichsweise stärker ausgeprägt ist, überrascht nicht, da jene deren Motiv es ist Leistung im Kickboxen zu erbringen, natürlich häufiger trainieren um ihr Ziel zu erreichen.

Trainingserfahrung

Bei der Überprüfung des Zusammenhangs zwischen Trainingserfahrung und den Motiven wurde von folgendem Hypothesenpaar ausgegangen:

H8/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen den Jahren die Probanden/innen kickboxen und ihren Motiven, die sie als Grund für die Ausübung des Kickboxens angeben.

H8/1 Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen den Jahren die Probanden/innen kickboxen und ihren Motiven, die sie als Grund für die Ausübung des Kickboxens angeben.

Dabei ließ sich lediglich für die Motivgruppen „Wettkampf/Leistung“ und „Vorbild“ ein signifikanter, aber schwach ausgeprägter positiver Zusammenhang feststellen. Das bedeutet, je länger die Umfrageteilnehmer/innen bereits dem Kickboxen nachgehen, desto eher spielen Motive wie Wettkampf und die Möglichkeit sportliche Leistungen zu erbringen, sowie Vorbildern nachzueifern eine Rolle.

Interessant ist, dass laut Pakosta (2015) im Karate exakt das Gegenteil der Fall ist, je länger Karate ausgeübt wird, desto weniger bedeutend sind für die Karateka die Motivgruppen „Wettkampf/Leistung“ und „Vorbild“.

Unterschied Turnierteilnahme/Stellenwert

Ähnlich wie weiter oben bereits die Frage nach dem Einfluss der Turnierteilnahme auf die Motive untersucht wurde, soll hier die Frage beantwortet werden, welchen Einfluss die Turnierteilnahme auf den Stellenwert des Kickboxens hat. Dazu wird folgendes Hypothesenpaar überprüft:

H9/0: Es besteht kein signifikanter Unterschied zwischen Probanden/innen die an bedeutenden (nationalen bzw. internationalen Turnieren) teilnehmen und denen, die nicht an solchen Turnieren teilnehmen, bezüglich des Stellenwerts, den Kickboxen in ihrem Leben einnimmt.

H9/1 Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen Probanden/innen die an bedeutenden (nationalen bzw. internationalen Turnieren) teilnehmen und denen, die nicht an solchen Turnieren teilnehmen, bezüglich des Stellenwerts, den Kickboxen in ihrem Leben einnimmt.

Das Ergebnis ist in diesem Punkt eindeutig, und zwar wird H0 verworfen und H1 angenommen. Daraus lässt sich folgern, Kickboxen hat im Leben der Probanden/innen, die bereits an einem bedeutenden Turnier teilgenommen haben einen deutlich höheren Stellenwert, als im Leben der Proband/innen, die noch nicht an einem solchen Turnier teilgenommen haben.

Zusammenhang Trainingsausmaß/Stellenwert

Mit der folgenden Hypothese wird geprüft, ob ein Zusammenhang zwischen Trainingsausmaß und Stellenwert, den das Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt besteht:

H10/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen Trainingsausmaß und dem Stellenwert, den Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt.

H10/1 Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen Trainingsausmaß und dem Stellenwert, den Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt.

Wie unter Punkt 6.5.2 bereits dargestellt besteht zwischen Trainingsausmaß und dem Stellenwert ein mittlerer und positiver Zusammenhang. Mit diesem Ergebnis lässt sich die Aussage tätigen, je höher das Trainingsausmaß, desto höher ist auch der Stellenwert, den das Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt.

Dieses Ergebnis leuchtet insofern ein, da je höher das Trainingspensum, desto weniger Zeit bleibt für andere Aktivitäten, weswegen ein Großteil der Freizeit für das Kickboxen aufgewendet wird und gegebenenfalls auf andere Freizeitaktivitäten verzichtet werden muss.

Zusammenhang Motive/Stellenwert

Der letzte Zusammenhang der überprüft wird ist jener zwischen Motiven und Stellenwert, dazu dient folgendes Hypothesenpaar:

H11/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Stellenwert, welchen das Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt und der Motivausprägung.

H11/1 Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Stellenwert, welchen das Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt und deren Motivausprägung.

Zwischen den Motivgruppen „Kontakt“, „Wettkampf/Leistung“, „Bewegungsästhetik/-komplexität“, „Psychohygiene/Flow“, „Psychische Fitness“ und „Vorbild“ und dem Stellenwert konnte ein signifikanter Zusammenhang festgestellt werden.

Für die Motive „Kontakt“, „Bewegungsästhetik/-komplexität“, „Psychohygiene/Flow“, „Psychische Fitness“ und „Vorbild“ konnte ein schwacher, positiver Zusammenhang festgestellt werden. Das bedeutet, je höher der Stellenwert, desto wichtiger sind die eben angeführten Motive.

„Wettkampf/Leistung“ hebt sich insofern ab, da ein deutlich stärkerer Zusammenhang festgestellt werden konnte. Statistisch gesehen ist von einem mittleren Zusammenhang die Rede. Es gilt wie vorher, je höher der Stellenwert, desto wichtiger ist das Motiv „Wettkampf/Leistung“ für die Kickboxer/innen.

Interessant ist, dass sich bei allen Motiven bis auf „Figur/Aussehen“ ein positiver Zusammenhang feststellen ließ.

7.5 Diskussion des Stellenwerts im Leben der Probanden

Betrachtet man die Ergebnisse, die bei der Erhebung des Stellenwerts des Kickboxens im Leben der Probanden/innen erzielt wurden, zeigt sich, dass im Durchschnitt der bedeutendste Aspekt für die Kickboxer „Familie/Verwandte“ ist. Dieser erreicht auf einer Skala von 1 = nicht wichtig bis 10 = außerordentlich wichtig einen Mittelwert von 9,25. Gefolgt von dem Lebensbereich „Freunde/Bekannte“ und „Beziehung zum/zur Partner/in“. An vierter Stelle, noch vor „Beruf/Schule/Studium“ (MW: 8,24), ist bereits Kickboxen mit einem Mittelwert von 8,32. Die Aspekte „Kunst/Kultur“, „Politik“ und vor allem „Glaube/Religion“ sind für den/die durchschnittliche/n Kickboxer/in eher von geringer Bedeutung.

Für den/die durchschnittliche/n Kickboxer/in sind also vor allem Familie, Freunde und die Beziehung zu dem/der Partnerin besonders wichtig. Gleich nach den sozialen Beziehungen kommt allerdings schon Kickboxen, das bedeutet, Kickboxen hat im Leben des/der durchschnittlichen Kickboxers/in einen sehr hohen Stellenwert und ist sogar bedeutender als der Lebensbereich „Beruf/Schule/Studium“.

Vergleicht man Kickboxen mit Fußball zeigt sich, dass hier ebenfalls soziale Beziehungen zu Familie, Freunden/innen und Partner/in die wichtigsten Lebensbereiche ausmachen und die unbedeutendsten Lebensbereiche „Politik“, „Kunst/Kultur“ und „Glaube/Religion“ sind. Anders als im Kickboxen ist allerdings für die Fußballer der Lebensbereich „Beruf/Schule/Studium“ bedeutsamer als Fußball. Auf der 10-stufigen Skala erreicht Fußball mit 8,21 im Leben der Fußballer einen niedrigeren Stellenwert als Kickboxen im Leben der Kickboxer/innen mit einem Mittelwert von 8,32, d. h. man könnte sagen, dass im Durchschnitt den Kickboxern/innen ihr Sport wichtiger ist.

Bei der anschließenden detaillierteren Untersuchung des Stellenwerts, im Zuge derer den Probanden/innen verschiedene Aussagen zum Stellenwert des Kickboxens in ihrem Leben präsentiert wurden, hat sich das Bild, dass Kickboxen für die durchschnittlichen Befragten einen sehr hohen Stellenwert einnimmt etwas relativiert. Da laut diesen Ergebnissen das Kickboxen in etwa für 60 Prozent der Umfrageteilnehmer/innen einen hohen bis sehr hohen Stellenwert in deren Leben einnimmt, haben hingegen die restlichen ca. 40 Prozent die vorgelegten Items so bewertet, dass anzunehmen ist, dass es für diese Gruppe viele andere Dinge gibt, die wichtiger sind als das Kickboxen und somit das Kickboxen einen eher niedrigen bis teilweise sogar sehr niedrigen Stellenwert einnimmt.

8 Fazit und Forschungsausblick

Diese Forschungsarbeit zielt darauf ab offen zu legen, was Menschen dazu bewegt den Kampfsport Kickboxen auszuüben. Darüber hinaus wurde untersucht, ob bestimmte Merkmalsausprägungen Einfluss auf die Motive der Kickboxer/innen haben. Zusätzlich wurde analysiert welchen Stellenwert das Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt. Die aus der Auseinandersetzung mit diesen Fragen gewonnenen, zentralen Erkenntnisse werden hier noch einmal übersichtlich zusammengefasst. Außerdem werden Fragen die während des Schreibprozesses aufgetaucht sind, als mögliche Anknüpfungspunkte aufgezeigt.

Ein Punkt der bereits bei der Analyse der soziodemographischen Daten Fragen aufgeworfen hat ist, dass sich die Stichprobe dieser Untersuchung deutlich von der Stichprobe einer anderen Studie, die ebenfalls unter Kickboxern durchgeführt wurde unterscheidet. So ist der Frauenanteil bei dieser Studie beinahe 60 Prozent, während bei der Studie von Donas (2000) aufgrund des geringen Frauenanteils im Kickboxen, keine einzige Frau befragt wurde. Ähnliches konnte für das Ausbildungsniveau festgestellt werden, das in dieser Stichprobe deutlich höher ist als in jener, die vor 16 Jahren erhoben wurde. Diesbezüglich lässt sich festhalten, dass sich die Kickbox-Klientel verändert hat. In einer weiteren Untersuchung könnte man sich mit den Ursachen für diese Veränderung beschäftigen.

Betrachtet man die Ergebnisse zum Einstieg ins Kickboxen wird deutlich, dass viele Chancen Menschen für das Kickboxen zu begeistern ungenutzt bleiben. Hier ist vor allem das schulische Umfeld zu nennen, wo eine Vielzahl von möglicherweise Interessierten erreicht werden könnten. Allerdings wurde dieses Potenzial laut dieser Studie bis jetzt nicht oder kaum erschlossen. Das lässt sich daraus ablesen, dass gerade einmal 2 Prozent der Befragten angeben durch die Schule zum ersten Mal mit dem Kickboxen in Kontakt gekommen zu sein. Andere Sportarten können hier deutlich bessere Ergebnisse erzielen, wie etwa Fußball mit 21 Prozent, Snowboarden mit 16 Prozent und Hip-Hop-Tanz mit 12 Prozent. Daraus lässt sich ableiten, dass man in diesem Bereich durch ein stärkeres Engagement möglicherweise zusätzlich Menschen für das Kickboxen gewinnen könnte.

Nun zum eigentlichen Hauptteil der Untersuchung, den Motiven beim Kickboxen. In Anlehnung an das Berner Motiv- und Zielinventar von Lehnert et al. (2011), das man für eine Untersuchung der Motive im Gesundheits- und Freizeitsport konstruierte, wurde ein Erhebungsinstrument für Motive im Kickboxen geschaffen. Hierfür wurde zu den bestehenden 24 BMZI-Items weitere 30 kickboxspezifische Items hinzugefügt, die zum einen in einer

qualitativen Vorstudie erhoben und teilweise aus anderen Studien übernommen wurden. Mit dem 54 Items umfassenden Fragebogen wurde die Untersuchung durchgeführt.

Die Untersuchung brachte das Ergebnis, dass die Motivgruppen „Fitness/Wohlbefinden“, „Psychische Fitness“, „Psychohygiene/Flow“ und „Bewegungsästhetik/-komplexität“ im Durchschnitt von den Befragten am höchsten bewertet wurden. Damit sind diese Motive für den/die durchschnittliche Kickboxer/in besonders bedeutsam bei der Ausübung des Kickboxsports. Motive die hingegen im Durchschnitt für das Kickboxen als relativ unbedeutend angesehen werden können sind „Kontakt“, „Figur/Aussehen“ und „Vorbild“. Diese spielen für den/die durchschnittliche Kickboxer/in somit kaum eine Rolle.

Ein Vergleich mit einer Studie zum Kickboxen aus dem Jahr 2000, zeigt, dass damals wie heute körperliche Fitness und Spaß und Freude am Kickboxen besonders wichtige Motive für das Kickboxen sind und hingegen Kontakt und Wettkampf/Leistung eher unbedeutend sind (vgl. Donas, 2000). Auch in der verwandten Sportart Karate konnte festgestellt werden, dass Fitness eines der Hauptmotive für die Ausübung dieses Sports ist. Insgesamt lassen sich zwischen Karate und Kickboxen hinsichtlich der Bedeutung der Motive einige Parallelen ziehen, wie dies unter Punkt 7.4 ausführlich dargestellt wurde.

Hinsichtlich des Einflusses, den bestimmte Merkmalsausprägungen auf die Motive der Probanden/innen haben, lässt sich festhalten, dass besonders zwischen Männern und Frauen deutliche Unterschiede festgestellt werden konnten. Diese unter Punkt 7.4.2 diskutierten Unterschiede werfen die Frage auf, ob den geschlechtstypischen Motiven möglicherweise eher in nach Geschlechtern getrennten Angeboten entsprochen werden könnte, bzw. bieten sich diese Ergebnisse für die Ausdifferenzierung von nach Geschlechtern getrennten Angeboten an.

Ebenfalls war von Interesse, welchen Stellenwert das Kickboxen im Leben der Probanden/innen einnimmt. Hier konnte festgestellt werden, dass unmittelbar nach den sozialen Beziehungen zu Familie, Freunden/innen und dem/der Partner/in, die den höchsten Stellenwert innehaben, an vierter Stelle bereits Kickboxen liegt. Das bedeutet, Kickboxen hat im Leben des/der durchschnittlichen Kickboxer/in einen relativ hohen Stellenwert und wird im Durchschnitt sogar höher als der Lebensbereich „Beruf/Schule/Studium“ bewertet. Eine detailliertere Untersuchung relativierte dieses Bild zwar etwas, jedoch war hier das Ergebnis ebenfalls, dass für einen Großteil (60 %) der Kickboxer/innen das Kickboxen einen wichtigen bis sehr wichtigen Stellenwert in ihrem Leben einnimmt.

Anknüpfungsmöglichkeiten an diese Arbeit sind wie weiter oben bereits erwähnt zu untersuchen in welchem Ausmaß Kickboxen bzw. die Kickbox-Klientel sich in den letzten ca. zwanzig Jahren verändert hat und offen zu legen, was die Gründe für diese Veränderung sein könnten. Des Weiteren stellt sich die Frage warum für die Kickboxer/innen jene Motive, die in dieser Studie als besonders bedeutsam identifiziert wurden, von Bedeutung sind. Zwar wurde dies in Ansätzen bereits zu erklären versucht, allerdings könnte man sicherlich noch ausführlichere Antworten auf diese Fragen finden. Insgesamt musste ich im Rahmen meiner Recherche für diese Arbeit feststellen, dass im Bereich des Kickboxens noch sehr wenig geforscht wurde, deshalb denke ich, dass dieses Feld eine gute Möglichkeit für weitere Forschungsarbeiten bietet.

9 Literatur

- Alfermann, D. & Stoll, O. (2010). *Sportpsychologie. Ein Lehrbuch in 12 Lektionen* (3., überarbeitete Aufl.). (Sportwissenschaft studieren, Bd. 4). Aachen: Meyer & Meyer Verlag.
- Backer, F. C., Whiting, H. T. & Van der Burg, H. (1992). *Sportpsychologie. Grundlagen und Anwendungen*. Bern: Hans Huber Verlag.
- Beckmann, J., Fröhlich, S. & Elbe, A.-M. (2009). Motivation und Volition. In B. Strauß & W. Schlicht (Hrsg.), *Enzyklopädie der Psychologie: Grundlagen der Sportpsychologie* (S. 511-562). Göttingen: Hogrefe Verlag.
- Brandstätter, V., Schüler, J., Puca, R., & Lozo, L. (2013). *Motivation und Emotion. Allgemeine Psychologie für Bachelor*. Heidelberg, Berlin: Springer Verlag.
- Bortz, J., Döring, N. & Pöschl, S. (2016). *Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften* (5., vollständig überarbeitete Aufl.). Heidelberg: Springer Verlag.
- Brunstein, J. C. (2010). Implizite und explizite Motive. In H. Heckhausen & J. Heckhausen (Hrsg.), *Motivation und Handeln* (4., überarbeitete und erweiterte Aufl.; S. 237-255). Berlin: Springer Verlag.
- Bühl, A. (2008). *SPSS 16. Einführung in die moderne Datenanalyse* (11., aktualisierte Aufl.). München: Pearson Studium Verlag.
- China Wushu Institut (2015). Sanda – chinesisches Kickboxen. Zugriff am 19.05.2016 unter <http://www.chinawushu.ch/kampfkunst-wushu/sanda-chinesisches-kickboxen/>
- Conzelmann, A., Lehnert, K., Schmid, J. & Sudeck, G. (2012). *Das Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport. Anleitung zur Bestimmung von Motivprofilen und motivbasierten Sporttypen*. Bern: Institut für Sportwissenschaften Universität Bern.
- Curry, T., Weiß, O. (1989). Sport identity and motivation for sport participation: A comparison between American college athletes and Austrian student sport club members. *Sociology of Sport Journal*, 6, 257 – 268.
- Der Standard (2015). Trend: Hinhauen für die körperliche Fitness. Zugriff am 21.06.2016 unter <http://derstandard.at/2000027089923/Trend-Hinhauen-fuer-die-koerperliche-Fitness>
- Donas, A. (2000). *Die sportliche Identität österreichischer Kickboxer*. Wien: Universität Wien, Institut für Sportwissenschaften.
- Freidl, W., Stronegger, W.-J. & Neuhold, C. (2001). *Gesundheit in Wien. Wiener Gesundheits- und Sozialsurvey*. Wien: Magistrat der Stadt Wien, Bereichsleitung Gesundheitsplanung und Finanzmanagement.
- Gerrig, R. J. (2015). *Psychologie* (20., aktualisierte Aufl.). Hallbergmoos: Pearson Verlag.

- Gabler, H. (2002). *Motive im Sport*. Schorndorf: Hofmann Verlag.
- Heckhausen, H. & Heckhausen, J. (2010). Motivation und Handeln. Einführung und Überblick. In H. Heckhausen & J. Heckhausen, *Motivation und Handeln* (4., überarbeitete und erweiterte Aufl.; S. 1-9). Berlin: Springer Verlag.
- Hertling, T. (2008). *Jungen und Männer heute. Die erschwerte männliche Sozialisation in der modernen Gesellschaft und ihre Folgen*. Berlin: LIT Verlag.
- Hochreiner, I. (2014). *Motive und Hindernisse in Ultimate Frisbee*. Wien: Universität Wien, Institut für Sportwissenschaft.
- Janssen, J. & Laatz, W. (2013). *Statistische Datenanalyse mit SPSS. Eine anwendungsorientierte Einführung in das Basissystem und das Modul Exakte Tests* (8., Aufl.). Heidelberg: Springer Verlag.
- Jhoon Rhee International, Inc. (2013). The Jhoon Rhee Story. Zugriff am 18.03.2016 unter <http://jhoonrhee.com/bio.html>
- Kapella, O., Baierl, A., Rille-Pfeiffer, C., Geserick, C. & Schmidt, E. M. (2011). *Gewalt in der Familie und im nahen sozialen Umfeld . Österreichische Prävalenzstudie zur Gewalt an Frauen und Männern*. Wien: Universität Wien, Institut für Familienforschung.
- Krebs, D. & Menold, N. (2014). Gütekriterien quantitativer Sozialforschung. In N. Bauer & J. Blasius (Hrsg.), *Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung* (425-438). Wiesbaden: Springer Verlag.
- Kreuzeder, E. (2015). Motive in der österreichischen Hip-Hop Tanzkultur. Wien: Universität Wien, Institut für Sportwissenschaft.
- Lehnert, K., Sudeck, G. & Conzelmann, A. (2011). BMZI – Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport. *Diagnostica*, 57 (3), 146-159.
- Lemmens, G. (1986). *Kickboxen: Fitnesstraining und Wettkampfsport*. Niedernhausen: Falken Verlag.
- Macher, L. (2016). *Motive im Tennissport: eine quantitative Erhebung unter österreichischen Tennisspielern und Tennisspielerinnen*. Wien: Universität Wien, Institut für Sportwissenschaft.
- Margreiter, M. (2015). *Sportliche Identität und Motivation im Spitzen-Nachwuchsfußball*. Wien: Universität Wien, Institut für Sportwissenschaft.
- Men's Health (2011). Kickstart: Kickboxen taugt auch für die Fitness. Zugriff am 03.07.2016 unter <http://www.menshealth.de/artikel/kickboxen-taugt-auch-fuer-die-fitness.299984.html>
- Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality*. New York: Oxford University Press.
- ÖBFK (2015). Ausbildungsverlauf und Prüfungsbestimmungen für Kickboxen im Österreichischen Bundesfachverband für Kickboxen. Zugriff am 30.04.2016 unter <http://www.kickboxen.com/downloads/Ausbildungsverlauf.26.06.2015.pdf>

- ÖBfK (2009). Wettkampffregeln für den Kickboxsport. Zugriff am 21.03.2016 unter http://www.kickboxen.com/downloads/Regelwerk_Kickboxen_19062009_sw.pdf
- ÖBfK (2016). Wettkampffregeln – Kickboxen. Zugriff am 20.03.2016 unter <http://kickboxen.com/downloads/WETTKAMPFREGEN.15.03.2016.pdf>
- Pakosta, E. (2015). *Motive im Karate – Eine empirische Untersuchung zu den Motiven österreichischer Karateka*. Wien: Universität Wien, Institut für Sportwissenschaft.
- Raithel, J. (2008). *Quantitative Forschung. Ein Praxiskurs* (2., durchgesehene Aufl.). Wiesbaden: VS Verlag
- Rheinberg, F. (2008). *Motivation* (7., aktualisierte Auflage). (Grundriss der Psychologie, Bd. 6). Stuttgart: W. Kohlhammer Verlag.
- Rockenschaub, O. (2015). *Motivstrukturen im Fußball: eine quantitative Erhebung unter Fußballspielern in Österreich*. Wien: Universität Wien, Institut für Sportwissenschaft.
- Rothermund, K. & Eder, A. (2011). *Allgemeine Psychologie. Motivation und Emotion* (1., Auflage). Wiesbaden: VS Verlag.
- Schneider, A. (2012). *Sportliche Identität und Motivation: ein Vergleich österreichischer Amateurspieler im American Football und im Fußball*. Wien: Universität Wien, Institut für Sportwissenschaft.
- Schnell, R., Hill, P. B. & Esser, E. (2011). *Methoden der empirischen Sozialforschung* (9., aktualisierte Aufl.). München: Oldenbourg Verlag.
- Stowasser, J. M., Petscenig, M., & Skutsch, F. (1997). Stowasser. Lateinisch-deutsches Schulwörterbuch. Wien: öbv & hpt.
- WAKO (2011). WAKO General Rules. Zugriff am 20.03.2016 unter <http://www.wakoweb.com/en/page/wako-rules-and-regulations/f4fd3fbd-938b-4bbe-bebe-48fdf157a02b>
- WAKO Deutschland (2016). Gürtelprüfung. Zugriff am 30.04.2016 unter <http://www.wako-deutschland.de/Ausbildung/Guertelpruefung.html>
- WAKO Deutschland (2016). Geschichte des Kickboxens. Zugriff am 18.03.2016 unter <http://www.wako-deutschland.de/Die-Wako-Allgemein/Entstehung-Geschichte.html>
- Weghaupt, D. (2015). *Snowboarden – Motive und Stellenwert im Leben der Sportler/innen*. Wien: Universität Wien, Institut für Sportwissenschaft.
- Winkelmann, M. (2008). *Kickboxen und Weiblichkeit*. Wien: Universität Wien, Institut für Sportwissenschaft.
- Women's Health (2013). Mit Kickboxen zur Wunschfigur. Zugriff am 03.04.2016 unter <http://www.womenshealth.de/fitness/workouts-trainingsplaene/kickboxen.27844.htm>

10 Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Graduierung und Prüfungsbestimmungen (nach ÖBFK, 2015)	9
Tabelle 2: Merkmale zur Klassifizierung von Motiven im Sport (nach Gabler, 2002)	19
Tabelle 3: Klassifizierung und Vielfalt der Motive im Sport (nach Gabler, 2002)	20
Tabelle 4: Subdimensionen des Motiv- und Zielinventars (nach Conzelmann, 2012)	23
Tabelle 5: Gliederung der Forschungsfragen	28
Tabelle 6: Geschlechtsverteilung der Umfrageteilnehmer/innen (n = 223)	44
Tabelle 7: Alter der Umfrageteilnehmer/innen in Jahren (n = 223)	45
Tabelle 8: Bildungsniveau der Teilnehmer/innen (n = 223)	46
Tabelle 9: Bundesland in dem Teilnehmer/innen trainieren (n = 223)	47
Tabelle 10: Trainingserfahrung der Teilnehmer/innen in Jahren (n = 223)	53
Tabelle 11: Trainingshäufigkeit der Probanden/innen in Minuten/Tag (n = 223)	54
Tabelle 12: Graduierung der Umfrageteilnehmer/innen (n = 223)	56
Tabelle 13: Disziplinen der Teilnehmer/innen (n = 223)	56
Tabelle 14: Höchstes Wettkampfniveau der Umfrageteilnehmer/innen (n = 223)	57
Tabelle 15: Durchschnittliche Bedeutsamkeit der Motivitems (n = 223)	59
Tabelle 16: Messgenauigkeit der Faktoren anhand des Cronbach's Alpha (n = 223)	69
Tabelle 17: Subskalen auf Basis 48 Items (n = 223)	72
Tabelle 18: Durchschnittliche Bedeutsamkeit der Faktoren. (n = 223)	76
Tabelle 19: Stellenwert verschiedener Aspekte im Leben der Kickboxer (n = 223)	77
Tabelle 20: Ergebnismatrix für den U-Test: Geschlechtsunterschied (n = 223)	80
Tabelle 21: Rangtabelle des U-Test: Geschlechtsunterschied (n = 223)	82
Tabelle 22: Ergebnismatrix U-Test: Andere Sportarten (n = 223)	83
Tabelle 23: Rangtabelle des U-Test: Andere Sportarten (n = 223)	84
Tabelle 24: Ergebnismatrix für den U-Test: Turnierteilnahme (n = 223)	86
Tabelle 25: Rangtabelle des U-Test Turnierteilnahme (n = 223)	87
Tabelle 26: Unterschied des Stellenwert nach Turnierteilnahme (n = 223)	88
Tabelle 27: Zusammenhang zwischen Alter und Motiven (n = 223)	89
Tabelle 28: Zusammenhang Ausbildungsniveau und Motive (n = 223)	91
Tabelle 29: Zusammenhang Intensität und Motive (n = 223)	92
Tabelle 30: Zusammenhang Trainingshäufigkeit und Motive (n = 223)	93

Tabelle 31: Zusammenhang Ausübungsdauer und Motive (n = 223)	94
Tabelle 32: Zusammenhang Stellenwert des Kickboxens Motive (n =223)	97

11 Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: *Wettkampf auf einem Tatami bei der WM in Maribor 2014* (Quelle: <http://www.wako-deutschland.de/2014/EM-Maribor-Slowenien.html>, Zugriff am 21.03.2016)

6

Abbildung 2: Wettkampf in einem Boxring bei der Deutschen Meisterschaft 2011 (Quelle: <http://www.wako-deutschland.de/Mediathek-Galerie-2011/DM-2011.html>, Zugriff am 21.03.2016)

7

Abbildung 3: Überblicksmodell zu Determinananten und Verlauf motivierten Handelns (mod. nach Heckhausen et al., 2010, S. 3)

15

12 Grafikverzeichnis

Grafik 1: Bewertung der Länge des Fragebogens (n = 215)	41
Grafik 2: Bewertung der Verständlichkeit des Fragebogens (n = 215)	42
Grafik 3: Altersverteilung der Untersuchungsteilnehmer in % (n = 223)	45
Grafik 4: Anteil der Kickboxer/innen, die auch andere Sportart ausüben in % (n = 223)	48
Grafik 5: Sportarten die neben dem Kickboxen ausgeübt werden in % (n = 223)	49
Grafik 6: Erstkontakt mit dem Kickboxen in % (n = 223)	50
Grafik 7: Häufigkeit mit der sich das ursprüngliche Bild bestätigt hat in % (n = 223)	52
Grafik 8: Selbsteinschätzung der Intensität des Trainings in % (n = 223)	55
Grafik 9: Wettkampfteilnahme der Probanden in % (n = 223)	57
Grafik 10: Häufigkeit der Mittelwerte für den Faktor „Fitness/Wohlbefinden“ (n = 223)	75
Grafik 11: Häufigkeit der Mittelwerte für den Faktor „Psychohygiene/Flow“ (n = 223)	76
Grafik 12: Häufigkeit der Mittelwerte für den Faktor „Psychische Fitness“ (n = 223)	76
Grafik 13: Stellenwert des Kickboxens im Leben der Probanden/innen (n = 223)	79
Grafik 14: Zusammenhang Trainingsausmaß in Minuten/Tag und Stellenwert (n=223)	96

13 Anhang

- Fragebogen

Motive beim Kickboxen

Liebe Kickboxerinnen - Liebe Kickboxer!

Im Rahmen meiner Diplomarbeit beschäftige ich mich mit dem Thema „Motive beim Kickboxen“.

Ich möchte dabei herausfinden, was Menschen dazu bewegt diesen Sport auszuüben und welche Motive für die Ausübung dieser Sportart verantwortlich sind. Zudem ist von Interesse, welchen Stellenwert das Kickboxen in deinem Leben einnimmt.

Ziel ist es, Erkenntnisse über die Situation in Österreich zu gewinnen und diese möglicherweise als Grundlage für zukünftige Initiativen der sportlichen Förderung nutzen zu können.

Da es hierbei um deine persönliche Meinung geht, gibt es keine richtigen oder falschen Antworten. Ebenso werden die Daten anonym und stets vertraulich behandelt. Ich bitte dich daher um ehrliche und vollständige Antworten, sodass eine verlässliche Auswertung und ein repräsentatives Ergebnis erzielt werden können. Bitte nimm dir die Zeit um den Fragebogen vollständig auszufüllen.

Für die Teilnahme an der Umfrage ist es egal, wie lange du kickboxt. Einzige Voraussetzung ist, dass du den Sport in Österreich ausübst oder hier lebst.

Nach Beendigung des Fragebogens hast du die Möglichkeit deine e-mail-Adresse anzugeben. Diese wird getrennt vom Fragebogen gespeichert (d.h. es können keine Rückschlüsse auf die Antworten gezogen werden) und dient dazu, dir die Ergebnisse der Studie zukommen zu lassen.

Bei Fragen kannst du uns gerne per Mail kontaktieren:
forschung.sportpsychologie@univie.ac.at

Dauer für diesen Fragebogen: ca. 10 bis 15 min

Vielen Dank für deine Mithilfe

Felix Pehböck

Dr. Clemens Ley

Mit dem Klicken auf „Weiter“, erkläre ich meine freiwillige Teilnahme an der Studie und mein Einverständnis, dass die Daten für wissenschaftliche Zwecke anonym genutzt werden dürfen.

Diese Umfrage enthält 40 Fragen.

Persönliche Daten

[]Geschlecht *

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ☐ weiblich
- ☐ männlich

[]Alter (...in Jahren) *

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

•

[]Welche ist deine höchste abgeschlossene Ausbildung? *

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ☐ Pflichtschule
- ☐ Lehre
- ☐ Meister
- ☐ Berufsbildende Schule ohne Matura
- ☐ Berufsbildende Schule mit Matura (HAK, HTL, HBLA, ...)
- ☐ Allgemeinbildende höhere Schule
- ☐ Fachhochschule
- ☐ Universität
- ☐ Sonstiges

[]Rauchst du? *

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ☐ Ja, täglich
- ☐ Ja, gelegentlich
- ☐ Nein

Ausübung der Sportart

[]Wie viele Jahre trainierst du bereits Kickboxen? *

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

•

[[Wie viele Monate im Jahr trainierst du durchschnittlich Kickboxen? *

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

-

[[Wie viele Einheiten pro Woche trainierst du Kickboxen durchschnittlich? *

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

-

[[Wie lange trainierst du pro Kickboxeinheit (in Minuten) durchschnittlich? *

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

-

[[Mit welcher Intensität trainierst du normalerweise? *

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ☐ Mit niedriger Intensität
- ☐ Mit mittlerer Intensität
- ☐ Mit hoher Intensität

[[In welchem Bundesland trainierst du? *

Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus:

- ☐ Burgenland
- ☐ Kärnten
- ☐ Oberösterreich
- ☐ Niederösterreich
- ☐ Salzburg
- ☐ Steiermark
- ☐ Tirol
- ☐ Vorarlberg
- ☐ Wien
- ☐ Ich kickboxe nicht in Österreich

[[Wo trainierst du?

Beantworten Sie diese Frage nur, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:
Antwort war bei Frage '10 [P6_] (In welchem Bundesland trainierst du?)

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

[[Wo absolvierst du hauptsächlich dein Training? *

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ☐ Verein
- ☐ Kommerzieller Anbieter (z. B. Fitnessstudio)
- ☐ USI (Universitätssportinstitut)
- ☐ Selbstorganisiert
- ☐ Sonstiges

[[Welche Graduierung hast du? *

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ☐ keine
- ☐ 7. Kyu (gelb)
- ☐ 6. Kyu (orange)
- ☐ 5. Kyu (grün)
- ☐ 4. Kyu (blau)
- ☐ 3. Kyu (violett)
- ☐ 2. Kyu (hellbraun)
- ☐ 1. Kyu (dunkelbraun)
- ☐ 1. Dan
- ☐ 2. Dan
- ☐ 3. Dan
- ☐ 4. Dan
- ☐ 5. Dan
- ☐ 6. Dan
- ☐ 7. Dan
- ☐ 9. Dan
- ☐ 10. Dan

[[Wie schätzt du persönlich dein aktuelles Können im Kickboxen ein (unabhängig von deiner Graduierung)? *

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ☐ Anfänger/in
- ☐ mäßig Fortgeschrittene/r (mittlere Fähigkeit)
- ☐ Fortgeschrittene/r (höhere Fähigkeit)
- ☐ Experte/Expertin

[[Welche Kickbox-Disziplin übst du hauptsächlich aus? *

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ☐ Pointfighting
- ☐ Leichtkontakt

- ☐ Vollkontakt
- ☐ Low-Kick
- ☐ K1 Stil
- ☐ Musikformen
- ☐ Sonstiges

[] Hast du bereits an einem Wettkampf teilgenommen? *

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ☐ Ja
- ☐ Nein

[] Was ist das höchste Wettkampfniveau auf dem du bis jetzt gekämpft hast?

Beantworten Sie diese Frage nur, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:
Antwort war 'Ja' bei Frage '16 [P11_] (Hast du bereits an einem Wettkampf teilgenommen?)

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ☐ Hobby/Vereinsinterne Wettkämpfe
- ☐ Regionale Wettkämpfe
- ☐ Nationale Wettkämpfe
- ☐ Internationale Wettkämpfe

Einstieg in die Sportart

[] Wodurch bist du auf das Kickboxen aufmerksam geworden? *

Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus:

- ☐ Freunde / Bekannte
- ☐ Familie
- ☐ Schule
- ☐ (Sport-) Veranstaltung
- ☐ Universität (Lehrveranstaltung, USI-Kurs)
- ☐ Medien (Fernsehen, Internet, Zeitschrift)
- ☐ Angebot in einem Sportverein
- ☐ zufälliges Beobachten auf öffentlichen Plätzen (Park, Sportplatz, etc...)
- ☐ Sonstiges:

Motive

[] Als Kernstück der Studie möchten wir herausfinden, welche Motive dafür verantwortlich sind, dass du kickboxt. Kreuze an, inwieweit die folgenden Aussagen auf dich zutreffen.

Ich kickboxe ... *

Bitte wählen Sie die zutreffende Antwort für jeden Punkt aus:

	1 = trifft gar nicht zu	2	3	4	5 = trifft völlig zu
... um mich in körperlich guter Verfassung zu halten.	☐	☐	☐	☐	☐
... vor allem um fit zu sein.	☐	☐	☐	☐	☐
... vor allem aus gesundheitlichen Gründen.	☐	☐	☐	☐	☐
... um abzunehmen.	☐	☐	☐	☐	☐
... um mein Gewicht zu regulieren.	☐	☐	☐	☐	☐
... wegen meiner Figur.	☐	☐	☐	☐	☐
... um einen durchtrainierten/athletischen Körper zu bekommen.	☐	☐	☐	☐	☐
... um mit anderen gesellig zusammen zu sein.	☐	☐	☐	☐	☐
... um etwas in einer Gruppe zu unternehmen.	☐	☐	☐	☐	☐
... um dabei Freunde / Bekannte zu treffen.	☐	☐	☐	☐	☐
... um dadurch neue Menschen kennen zu lernen.	☐	☐	☐	☐	☐
... um durch den Sport neue Freunde zu gewinnen.	☐	☐	☐	☐	☐
... weil Frauen und Männer gemeinsam kickboxen können.	☐	☐	☐	☐	☐
... weil Menschen verschiedenen Alters gemeinsam kickboxen können.	☐	☐	☐	☐	☐
... weil ich im Wettkampf aufblühe.	☐	☐	☐	☐	☐

	1 = trifft gar nicht zu	2	3	4	5 = trifft völlig zu
... um mich mit anderen zu messen.	☐	☐	☐	☐	☐
... um sportliche Ziele zu erreichen.	☐	☐	☐	☐	☐
... wegen des Nervenkitzels.	☐	☐	☐	☐	☐
... weil mich die direkte Auseinandersetzung mit dem Gegner reizt.	☐	☐	☐	☐	☐
... weil es mir Freude bereitet, die Schönheit der menschlichen Bewegung im Sport zu erleben.	☐	☐	☐	☐	☐
... weil mir dieser Sport die Möglichkeit für schöne Bewegungen bietet.	☐	☐	☐	☐	☐
... weil mich die Präzision der Technik begeistert.	☐	☐	☐	☐	☐
... um mich zu entspannen.	☐	☐	☐	☐	☐
... vor allem aus Freude an der Bewegung.	☐	☐	☐	☐	☐
... um neue Energie zu tanken.	☐	☐	☐	☐	☐
... weil es mir Spaß macht mich richtig auszupowern.	☐	☐	☐	☐	☐
... weil ich mich so von anderen Problemen ablenke.	☐	☐	☐	☐	☐
... um Stress abzubauen.	☐	☐	☐	☐	☐
... um meine Gedanken im Kopf zu ordnen.	☐	☐	☐	☐	☐
... um Ärger und Gereiztheit abzubauen.	☐	☐	☐	☐	☐
... um meine Konzentrationsfähigkeit zu schulen.	☐	☐	☐	☐	☐
... weil ich dadurch meinen Körper besser kontrollieren lerne.	☐	☐	☐	☐	☐
... weil ich dadurch meinen Körper wahrnehme.	☐	☐	☐	☐	☐
... um meine Selbstkontrolle zu steigern.	☐	☐	☐	☐	☐
... um meine kognitiven (u.a. Wahrnehmungs-,	☐	☐	☐	☐	☐

	1 = trifft gar nicht zu	2	3	4	5 = trifft völlig zu
Entscheidungs-, Denk- und Lernprozesse des Gehirns) Fähigkeiten zu verbessern.					
... weil mich komplexe Bewegungsaufgaben reizen.	☐	☐	☐	☐	☐
... um geistig fit zu bleiben.	☐	☐	☐	☐	☐
... um mich im Notfall verteidigen zu können.	☐	☐	☐	☐	☐
... um mich vor Angreifern zu schützen.	☐	☐	☐	☐	☐
... um meine Angst vor körperlichen Übergriffen zu mildern.	☐	☐	☐	☐	☐
... weil mich Kampfszenen in Actionfilmen faszinieren.	☐	☐	☐	☐	☐
... um kämpfen zu lernen wie Actionhelden (Bruce Lee, Jackie Chan, Ong Bak).	☐	☐	☐	☐	☐
... um meinem Vorbild nachzueifern.	☐	☐	☐	☐	☐
... weil das Lernen neuer Bewegungsabläufe eine Herausforderung ist, der ich mich gerne stelle.	☐	☐	☐	☐	☐
... weil ich gern an meine körperliche Leistungsgrenze gehe.	☐	☐	☐	☐	☐
... weil man sich im Sparring allein behaupten kann.	☐	☐	☐	☐	☐
... um meine physischen (körperlichen) Fähigkeiten zu verbessern.	☐	☐	☐	☐	☐
... um mein Selbstbewusstsein zu steigern.	☐	☐	☐	☐	☐
... um durch meine sportlichen Leistungen Anerkennung zu bekommen.	☐	☐	☐	☐	☐
... um meine psychische Belastbarkeit zu stärken.	☐	☐	☐	☐	☐
... wegen dem Glücksgefühl während des Kickboxens.	☐	☐	☐	☐	☐

	1 = trifft gar nicht zu	2	3	4	5 = trifft völlig zu
... weil ich beim Kickboxen vollkommen in der Aktivität aufgehe (in einen Flow-Zustand komme).	☐	☐	☐	☐	☐
... weil dabei nur der Moment zählt und meine Gedanken auf die Aktivität fokussiert sind.	☐	☐	☐	☐	☐
... um in einen Zustand zu kommen, in dem alles herum keine Rolle spielt.	☐	☐	☐	☐	☐

Motive (2)

[]Gibt es für dich Motive, die in der obigen Liste nicht angeführt wurden? *

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ☐Ja
- ☐Nein

[]Welche? *

Beantworten Sie diese Frage nur, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:
Antwort war 'Ja' bei Frage '20 [M2_]' (Gibt es für dich Motive, die in der obigen Liste nicht angeführt wurden?)

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

[]Als du mit dem Kickboxen begonnen hast - hattest du eine bestimmte Vorstellung davon, was dich erwartet, bzw. ein bestimmtes Bild von dieser Sportart? *

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ☐Ja
- ☐Nein

[]Beschreibe kurz dieses Bild oder diese Vorstellung.

Beantworten Sie diese Frage nur, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:
Antwort war 'Ja' bei Frage '22 [E2_]' (Als du mit dem Kickboxen begonnen hast - hattest du

eine bestimmte Vorstellung davon, was dich erwartet, bzw. ein bestimmtes Bild von dieser Sportart?)

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

[[Wurde dein Bild bzw. deine Vorstellung vom Kickboxen im Laufe der Zeit bestätigt? *

Beantworten Sie diese Frage nur, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind: Antwort war 'Ja' bei Frage '22 [E2_] (Als du mit dem Kickboxen begonnen hast - hattest du eine bestimmte Vorstellung davon, was dich erwartet, bzw. ein bestimmtes Bild von dieser Sportart?)

Bitte wählen Sie die zutreffende Antwort für jeden Punkt aus:

	1 = gar nicht bestätigt	2	3	4	5 = völlig bestätigt
Mein Bild bzw. meine Vorstellung wurde...	☐	☐	☐	☐	☐

[[Möglichkeit dies genauer zu erklären:

Beantworten Sie diese Frage nur, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind: Antwort war '1 = gar nicht bestätigt' oder '2' oder '3' oder '4' oder '5 = völlig bestätigt' bei Frage '24 [E2_b_] (Wurde dein Bild bzw. deine Vorstellung vom Kickboxen im Laufe der Zeit bestätigt? (Mein Bild bzw. meine Vorstellung wurde...)) und Antwort war '1 = gar nicht bestätigt' oder '2' oder '3' oder '4' oder '5 = völlig bestätigt' bei Frage '24 [E2_b_] (Wurde dein Bild bzw. deine Vorstellung vom Kickboxen im Laufe der Zeit bestätigt? (Mein Bild bzw. meine Vorstellung wurde...)) und Antwort war '1 = gar nicht bestätigt' oder '2' oder '3' oder '4' oder '5 = völlig bestätigt' bei Frage '24 [E2_b_] (Wurde dein Bild bzw. deine Vorstellung vom Kickboxen im Laufe der Zeit bestätigt? (Mein Bild bzw. meine Vorstellung wurde...)) und Antwort war '1 = gar nicht bestätigt' oder '2' oder '3' oder '4' oder '5 = völlig bestätigt' bei Frage '24 [E2_b_] (Wurde dein Bild bzw. deine Vorstellung vom Kickboxen im Laufe der Zeit bestätigt? (Mein Bild bzw. meine Vorstellung wurde...))

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

[[Seitdem du mit dem Kickboxen begonnen hast, an welche POSITIVEN Erlebnisse / motivierende Faktoren für das Kickboxen kannst du dich erinnern? (keine Pflichtangabe)

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

[]Seitdem du mit dem Kickboxen begonnen hast, an welche NEGATIVEN Erlebnisse / demotivierende Faktoren für das Kickboxen kannst du dich erinnern? (keine Pflichtangabe)

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

Stellenwert des Kickboxens

[]Wie wichtig sind dir die einzelnen Aspekte/Bereiche in deinem Leben?

nicht wichtig = 1.....10 = außerordentlich wichtig
*

Bitte geben Sie Ihre Antwort(en) hier ein:

- Politik
- Beruf/Schule/Studium
- Freunde/Bekannte
- Glaube/Religion
- Kunst/Kultur
- Musik
- Kickboxen
- Familie/Verwandte
- Beziehung zum Partner/in
- Andere Sportarten

[]In den folgenden Fragen geht es darum, welchen Stellenwert das Kickboxen in deinem Leben hat. Kreuze an, in wie weit die Aussagen auf dich zutreffen. *

Bitte wählen Sie die zutreffende Antwort für jeden Punkt aus:

	1 = trifft gar nicht zu	2	3	4	5 = trifft völlig zu
Ich investiere einen Großteil meiner Freizeit ins Kickboxen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich denke jeden Tag ans Kickboxen.	☐	☐	☐	☐	☐

	1 = trifft gar nicht zu	2	3	4	5 = trifft völlig zu
Für das Kickboxen verzichte ich auf andere Freizeitaktivitäten.	☐	☐	☐	☐	☐
Es fällt mir schwer ein Training ausfallen zu lassen.	☐	☐	☐	☐	☐
Um Kickboxen gehen zu können sage ich Einladungen von Freunden/innen ab.	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Freundeskreis besteht überwiegend aus Kickboxern.	☐	☐	☐	☐	☐
Kickboxen ist ein wichtiger Teil meiner persönlichen Identität.	☐	☐	☐	☐	☐
Bei meiner Partner/innen Wahl spielt das Kickboxen eine Rolle.	☐	☐	☐	☐	☐
Mit dem Kickboxen aufhören zu müssen, würde für mich einen großen Verlust bedeuten.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich teile mir andere Verpflichtungen (Schule/Beruf/Studium) so ein, dass ich möglichst oft Kickboxen gehen kann.	☐	☐	☐	☐	☐

Andere Sportarten

[]Übst du neben dem Kickboxen noch andere Sportarten aus? *

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ☐Ja
- ☐Nein

[]Welche Sportarten? *

Beantworten Sie diese Frage nur, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:
Antwort war 'Ja' bei Frage '30 [P7_] (Übst du neben dem Kickboxen noch andere Sportarten aus?)

Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus:

- ☐ Wintersport (Skifahren, Langlaufen, Snowboarden etc.)
- ☐ Mannschafts-/Ballspiel (Basketball, Handball, Volleyball, etc.)
- ☐ Bergsport (Klettern, Bergsteigen, Wandern)
- ☐ Geräteturnen, Akrobatik, Slackline, Freerunning, Le Parcour, etc.
- ☐ Skateboarden
- ☐ Kampfsport (Judo, Karate, etc.)
- ☐ Leichtathletik
- ☐ Rückschlagspiele (Tennis, Tischtennis, Badminton, Squash)
- ☐ Radsport (Mountainbike, Rennrad, etc.)
- ☐ Surfen (Kitesurfen, Windsurfen, Wellenreiten), Segeln
- ☐ Tanzsport
- ☐ Golf
- ☐ Wassersport (Schwimmen, Turmspringen, etc.)
- ☐ Yoga, Pilates
- ☐ Fitnesstraining (Krafttraining, Group Fitness)
- ☐ Reitsport
- ☐ Andere Sportart

[] Welche weiteren Sportarten übst du aus, die oben nicht genannt wurden? *

Beantworten Sie diese Frage nur, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:
Antwort war 'Andere Sportart' bei Frage '31 [P7_a]' (Welche Sportarten?)

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

[] An wie vielen Monaten im Jahr bist du sportlich aktiv (jegliche moderate und intensive körperliche Aktivität)? *

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

•

[] Wie viele Einheiten pro Woche bist du insgesamt sportlich aktiv (jegliche moderate und intensive körperliche Aktivität)? *

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

•

[] Wie lange bist du pro Einheit (in Minuten) sportlich aktiv (jegliche moderate und intensive körperliche Aktivität)? *

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

•

Feedback

[[Möchtest du zu diesem Thema noch etwas mitteilen, das im Fragebogen nicht erfragt wurde?

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

[[Wie verständlich war für dich der Fragebogen?

Bitte wählen Sie die zutreffende Antwort für jeden Punkt aus:

	1 = gar nicht verständlich	2	3	4	5 = sehr verständlich
Der Fragebogen war...	☐	☐	☐	☐	☐

[[Wie lange war der Fragebogen für dich?

Bitte wählen Sie die zutreffende Antwort für jeden Punkt aus:

	1 = zu lange	2	3	4	5 = zu kurz
Der Fragebogen war...	☐	☐	☐	☐	☐

[[Wie sehr hast du dich bemüht, den Fragebogen ehrlich zu beantworten?

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ☐ Ich habe mich bemüht, die Fragen ehrlich zu beantworten.
- ☐ Ich war neugierig, worum es in dem Fragebogen geht und habe mich nur durch die Fragen "durchgeklickt".

[[Sonstige Anmerkungen zum Fragebogen:

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

Vielen Dank für deine Mithilfe!

Wenn du über die Ergebnisse dieser Studie informiert werden möchtest, klicke hier:

<http://homepage.univie.ac.at/clemens.ley/limesurvey/index.php/942533/lang-de>

Übermittlung Ihres ausgefüllten Fragebogens:

Vielen Dank für die Beantwortung des Fragebogens.