



universität
wien

MASTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Masterarbeit / Title of the Master's Thesis

Sexy oder schlau?
Der Zusammenhang zwischen dem Impostor-
Phänomen,
Genderrollenorientierung und Selbstobjektivierung

verfasst von / submitted by

Sophia Oberländer

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of
Master of Science (MSc)

Wien, 2023 /Vienna, 2023

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

UA 066 840

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

Masterstudium Psychologie UG2002

Betreut von / Supervisor:

Univ.-Prof. Dipl.-Psych. Dr. Barbara Schober

Mitbetreut von / Co-Supervisor:

Mag. Dr. Marlene Kollmayer

Inhaltsverzeichnis

Sexy oder schlau? Der Zusammenhang zwischen dem Impostor-Phänomen, Genderrollenorientierung und Selbstobjektivierung.....	3
Das Impostor-Phänomen.....	4
Nomologisches Netzwerk.....	5
Das Impostor als Ausweg innerpsychischer Konflikte Gender und Genderrollen.....	7
Das Impostor-Phänomen und Gender.....	8
Das Impostor-Phänomen und die Genderrollenorientierung.....	9
Sexismus und Internalisierung.....	10
Die Objektivierungstheorie.....	10
Selbstobjektivierung, Gender und Genderrollen.....	13
Selbstobjektivierung und das Impostor-Phänomen.....	15
Die vorliegende Studie.....	17
Fragestellungen und Hypothesen.....	18
Methode.....	22
Studiendesign und Durchführung.....	22
Stichprobe.....	22
Untersuchungsmaterial.....	23
Datenanalyse.....	23
Ergebnisse.....	26
Forschungsfrage 1.....	28
Forschungsfrage 2.....	28
Forschungsfrage 3.....	28
Forschungsfrage 4.....	30
Diskussion.....	33
Implikationen für Forschung und Praxis.....	38
Limitationen.....	38
Fazit und Ausblick.....	41
Literaturverzeichnis.....	44
Abbildungs- und Tabellenverzeichnis.....	56
Anhang A (Abstracts).....	56
Anhang B (Flyer und Fragebogen)	59

Sexy oder schlau? Der Zusammenhang zwischen dem Impostor-Phänomen, Genderrollenorientierung und Selbstobjektivierung

„Das Persönliche ist politisch.“

Dieses Zitat stammt aus einem Essay der feministischen Aktivistin und Autorin Carol Hanisch und spielte in den 1970er-Jahren eine bedeutende Rolle in der Frauenbewegung. Es argumentiert dafür, dass persönliche Erfahrungen von Frauen, die zuvor als private Angelegenheiten angesehen wurden, eigentlich politische Probleme darstellen, die auf gesellschaftliche Unterdrückungsstrukturen zurückzuführen sind. Unterdrückung kann als einer der wichtigsten gesellschaftspolitischen Faktoren angesehen werden, die das psychologische Erleben beeinflussen (David & Derthick, 2013). Der Definition nach tritt Unterdrückung auf, wenn eine Gruppe mehr Zugang zu Macht und Privilegien hat als eine andere und diese nutzt, um den Status quo ihrer eigenen Vorherrschaft aufrechtzuerhalten (David & Derthick, 2013). Menschen werden in vielerlei Hinsicht in Gruppen eingeteilt, z. B. nach ethnischen Hintergrund, Geschlecht, sexueller Orientierung und Fähigkeiten. Folglich kann Unterdrückung auch auf unterschiedliche Weise auftreten, zum Beispiel in Form von Rassismus, Ableismus oder Sexismus (David & Derthick, 2013). Frauen sind aufgrund der bestehenden gesellschaftlichen patriarchalen Strukturen verschiedenen Formen von Sexismus ausgesetzt, die an einer Vielzahl von Orten auftreten können, einschließlich der Medien, religiösen Institutionen, politischen und rechtlichen Systemen, dem Arbeitsplatz, der Familie sowie in zwischenmenschlichen Beziehungen (American Psychological Association, 2007). Das Erleben sexistischer Ereignisse und die Internalisierung negativer, restriktiver Botschaften über das Frausein kann sich direkt auf die psychische Gesundheit von Frauen auswirken (z.B. Enns, 2004).

Bordo (1993) stellte fest, dass sich die soziale Manipulation des weiblichen Körpers im letzten Jahrhundert als eine zentrale Strategie zur Aufrechterhaltung der Machtverhältnisse zwischen den Geschlechtern erwiesen hat. Sexuelle Objektivierung schränkt die sozialen Rollen und Möglichkeiten von Frauen bis heute ein (Calogero et al., 2011). Frauen werden dazu ermutigt und daran erinnert, sich andauernd selbst zu überwachen und zu korrigieren, um akzeptierten stereotypen Rollenvorstellungen und Schönheitsnormen zu entsprechen (Calogero et al., 2011). So kann auch das Impostor-Phänomen mit negativen Auswirkungen stereotyper Geschlechterrollen auf das Selbstbild in Verbindung gebracht werden (z.B. Patzak et al., 2017). Vergleichbar mit der Selbstobjektivierung als Resultat der Verinnerlichung von sexueller Objektivierung kann das Impostor-Phänomen genauso als Form verinnerlichter Unterdrückung angesehen werden (Nadal et al., 2021). Durch die Aufnahme negativer

gesellschaftlicher Botschaften über die eigene Identitätsgruppe können Gedanken und Gefühle der eigenen Unzulänglichkeit und des Betrugs im Angesicht des Erfolgs hervorgerufen werden (Steele, 1997).

Das Impostor-Phänomen

Der Begriff Impostor-Phänomen wurde von den Psychotherapeutinnen Pauline Clance und Suzanne Imes (1978) geprägt. Sie beobachteten bestimmte Denkmuster an 150 akademisch erfolgreichen Frauen. Die Frauen schrieben ihren Erfolg nicht ihren eigenen Fähigkeiten zu, sondern meinten, ihn nicht zu verdienen. Sie lebten in permanenter Sorge, als Hochstaplerinnen [engl.: *Impostor*] entlarvt zu werden (Clance & Imes, 1978).

Das Impostor Phänomen ist durch dysfunktionale Denkmuster und Attributionsstile gekennzeichnet. Betroffene leiden folglich unter einer verzerrten Wahrnehmung ihrer eigenen Kompetenz. Ihnen ist es nicht möglich, ihre Leistungen und Erfolge zu internalisieren, im Gegensatz dazu schreiben sie Misserfolge ihrer eigenen Unfähigkeit zu (Bernard et al., 2002). Betroffene haben ein zwiespältiges Verhältnis zu ihrer persönlichen Leistung. Einerseits streben sie in ihrem Bereich nach Exzellenz und haben ein Bedürfnis nach Anerkennung und Lob, andererseits, werten sie Lob und die eigenen Leistungen ab. Sie machen externe Faktoren für ihren Erfolg verantwortlich, zum Beispiel Zufall, Glück, Missverständnisse oder übermäßige Anstrengung, an die eigene Position gelangt zu sein (Clance & Imes, 1978; Clance & OToole, 1987). Clance und Imes (1987) zufolge glauben Frauen zudem häufig, dass sie nur aufgrund von Charme, Attraktivität oder Feingefühl berufliche Anerkennung erlangen anstatt auf Basis ihrer Intelligenz.

Aufgrund der Fehleinschätzungen des eigenen Könnens und der konstanten Sorge, als Hochstapler*in erkannt zu werden, kann ein Teufelskreis aus Ängsten und Vermeidungsstrategien geschaffen werden (Clance & OToole, 1988; Cowman & Ferrari, 2002). Wenn Betroffene vor einer neuen Leistungsanforderung stehen, verfallen sie zunächst häufig in Prokrastination, worauf sie sich dann übermäßig anstrengen müssen, da sie sich erst kurz vor Abgabeschluss überwinden können, mit der Aufgabe, überhaupt zu beginnen. Wenn das Ergebnis dennoch positiv ausfällt, gehen sie davon aus die Aufgabe im Vergleich zu anderen nur durch übermäßigen Aufwand geschafft zu haben (Clance & OToole, 1988). Immer wieder suchen sie nach externen Ursachen für ihren Erfolg und meinen, ihren eigenen Anforderungen nicht gerecht zu werden (Clance & Imes, 1978). Dadurch verstärkt sich die Auffassung, ihr Umfeld würde sie als fähiger wahrnehmen, als sie tatsächlich sind. So beginnt der Kreislauf bei der nächsten Aufgabe erneut (Clance & OToole, 1988). Folglich spielen

Betroffene des Impostor-Phänomens trotz Erfolg ihre Intelligenz herunter und leiden unter einem andauernden verinnerlichten Gefühl, nicht klug genug zu sein. Sie stehen in einem ständigen Kampf mit sich selbst, die eigene Leistung anzuerkennen (Clance & Imes 1978).

Nomologisches Netzwerk

Das Phänomen integriert verschiedene Faktoren, die Betroffene davon abhalten, ihr gesamtes Potenzial auszuschöpfen. Betroffene neigen häufig zu Perfektionismus aufgrund ihrer hohen Erwartungen an sich selbst und ihrem ständigen Bedürfnis, sich zu beweisen (Rohrmann et al., 2016). So gehen klinische Symptome wie Depression, generalisierte Angst und Frustration, dem auferlegten Leistungsdruck nicht entsprechen zu können, mit dem Impostor-Phänomen einher (Clance & Imes, 1978). Personen mit hohen Impostor-Gefühlen weisen eine geringe Selbstwirksamkeit (Jöstl et al., 2012) und mangelnden Selbstwert auf (Sonnak & Towell, 2001). Überdies werden emotionale Instabilität, negative Selbsteinschätzung (Rohrmann et al., 2016) und höhere Neurotizismus-Werte mit dem Impostor-Phänomen in Verbindung gebracht (Bernard et al., 2002). Die beruflichen oder akademischen Möglichkeiten sowie die persönliche Weiterentwicklung werden somit erschwert. Der Zusammenhang zu leistungsbezogenen Merkmalen, wie geringerem Interesse und Freude an akademischer Arbeit wurde in Studien aufgezeigt (Vaughn et al., 2020). Betroffene planen oder streben weniger nach einer beruflichen Karriere und weisen eine geringere Motivation auf, Führungspositionen einzunehmen (Neureiter & Traut-Mattausch, 2016). Während das Impostor-Phänomen mit bereits beschriebenen individuellen Unterschieden wie einem geringen Selbstwert oder dysfunktionalen Attributionsmustern in Verbindung gebracht werden kann, lassen sich überdies familiäre und gesellschaftliche Erwartungen als mögliche Erklärungsansätze heranziehen.

Das Impostor-Phänomen als Ausweg innerpsychischer Konflikte

Clance und Imes (1978) vermuteten bei Frauen einen innerpsychischen Konflikt zwischen dem internalisierten Leistungsdruck aus Gesellschaft und Familie und ihrem tatsächlich erzielten Erfolg. Die Psychotherapeutinnen stellten fest, dass es zwei verschiedene Arten von Familienerfahrungen gab, die ihre Patientinnen als Kinder gemacht hatten. Manche entwickelten ein verinnerlichtes Gefühl der Unfähigkeit, weil sie in einer Familie aufwuchsen, in der von ihnen erwartet wurde, die soziale oder sensible Person zu sein, während ein Geschwisterkind als das intelligentere galt. Dies führte zu einem ständigen Bedürfnis, den eigenen Intellekt zu beweisen. Andere Patientinnen, die unter Impostor-Gefühlen litten,

wuchsen in einem Haushalt auf, in dem sie als Musterkind galten, das in den Augen ihrer Eltern alle Aufgaben mit Leichtigkeit und Brillanz erledigen konnte. Übermäßiges Lob vonseiten der Familien kann daraufhin zur Entwicklung eines Selbstbildes führen, das resistent gegen Misserfolge und Kritik ist (Clance & Imes, 1978).

Kinder bemerken bereits früh im Leben, welche Aspekte die Eltern an ihnen besonders schätzen. Unterbewusst bemühen sie sich darum, diese Eigenschaften weiterzuentwickeln, um die gewünschte Anerkennung der Eltern zu erlangen. Mit der Zeit werden so die Werte der Eltern übernommen (Clance et al., 1995). Wenn etwa ein Kind von der Familie für seine Attraktivität und sozialen Fähigkeiten Beachtung erfährt, wird es mit großer Wahrscheinlichkeit auf genau die Momente achten und stolz sein, in denen es diese Eigenschaften vorführen kann. Das sich daraus entwickelnde Selbstkonzept entspricht somit den verinnerlichten Werten der Eltern. Erfahrungen, die nicht mit ihrem Selbstkonzept übereinstimmen, bleiben im Gegensatz dazu unerkannt oder werden verzerrt (Clance et al., 1995).

Zusätzlich zu den Familiendynamiken stellten Clance und Imes (1978) die Theorie auf, dass Frauen durch eine Stereotyp-Inkongruenz dazu neigen, ein Impostor-Phänomen zu entwickeln. Die gesellschaftliche Wahrnehmung von Frauen als das intellektuell unterlegene Geschlecht kann einen entgegengesetzten Erwartungsdruck auslösen. Karrierebestrebungen von Frauen und Männern sind geprägt durch gesellschaftliche Werte und Geschlechterstereotype. So werden nicht nur spezifische kognitive Fähigkeiten, wie eine mathematische Begabung einem bestimmten Geschlecht zugeschrieben, sondern auch die Gesamtheit kognitiver Befähigungen (Upson & Friedman, 2012). Mädchen sind bereits mit sechs Jahren der Überzeugung, dass geistig anspruchsvolle Tätigkeiten mehr für Jungen bestimmt seien (Bian et al., 2017). Diese Art vorherrschender Stereotype wirken sich anhaltend auf die Interessen und Aktivitäten von Mädchen bzw. Frauen aus und beeinflussen diese früh in ihren beruflichen Karrierevorstellungen (Bian et al., 2017). Kinder entwickeln sich häufig innerhalb festgeschriebener Rollenbilder. Die Erwartungen an Männer drehen sich meist immer noch um Kompetenz und Zielstrebigkeit, während Frauen warmherzig und gefühlvoll sein sollen. Für Erfolg und Leistung wesentliche Eigenschaften, wie Direktheit, Durchsetzungsfähigkeit und Selbstvertrauen gelten als männlich konnotiert (Heilman, 2012). Eine Frau muss diese erst rechtfertigen, wenn sie nach dem gesellschaftlichen Ideal als weiblich gelten will (Clance et al., 1995).

Gender und Genderrollen

Diese Arbeit bezieht sich auf das Geschlecht als soziales Konstrukt (*gender*). Gender ist performativ, etwas, das wir aktiv durch unser Verhalten und unsere Interaktionen mit anderen konstruieren, und ausführen (West & Zimmerman, 1987). Die Konstruktionen von Weiblichkeit und Männlichkeit haben eine lange historische Entstehungsgeschichte und sind tief in individuellen Sozialisationsprozessen verankert (z.B. Rosenfield & Smith, 2010). Die Aufteilung in Frauen und Männer oder männlich und weiblich hängt untrennbar miteinander zusammen und die damit verbundenen internalisierten Vorstellungen, Erwartungen, Verhaltensweisen, Denkmuster und Wahrnehmungen ziehen sich durch alle Bereiche des Lebens (Möller-Leimkühler, 2005). Diese festgeschriebenen Normen erschweren Veränderungen und eine unabhängige Identitätsentwicklung und stützen das patriarchale System (z.B. Jost & Banaji, 1994).

Als sich die vorherrschenden Vorstellungen der bürgerlichen Familie aus dem 18. Jahrhundert mit der Industrialisierung manifestierten, entstand eine Definition der Genderrollen, die bis heute Gültigkeit hat. Frauen wurde die Kompetenz für das Affektive und Private zugesprochen, während Männern das Kognitive und Öffentliche zugesprochen wurde (Rosenfield & Smith, 2010). In Übereinstimmung mit diesen Rollenerwartungen werden der Weiblichkeit weiterhin Eigenschaften wie Unterwürfigkeit, Fürsorge und emotionale Sensibilität zugeschrieben, während der hegemonialen Männlichkeit in Übereinstimmung mit ihrer Rolle als Versorger Eigenschaften wie Macht, Dominanz, Wettbewerbsfähigkeit, Unabhängigkeit und Durchsetzungsvermögen zugeschrieben werden (Prentice & Carranza, 2002).

Die Erwartungen an geschlechtsspezifische Eigenschaften und Normen werden durch soziale Praktiken geprägt (West & Zimmerman, 1987). Jedoch werden diese Geschlechternormen und Erwartungen oft als Beweismittel verwendet, um geschlechtsspezifische Ungleichheiten und soziale Benachteiligung weiter zu legitimieren (Jost & Banaji, 1994). Im Alltagsbewusstsein werden Genderrollen oft als Persönlichkeitseigenschaften angesehen, die in der Natur von Frauen und Männern liegen, anstatt als soziale Konstruktionen (Möller-Leimkühler, 2005). Obwohl es weitreichende Veränderungen in den Beschäftigungsmustern von Frauen seit der industriellen Revolution gab, halten sich bis heute ähnliche Vorstellungen von Weiblichkeit und Männlichkeit (Möller-Leimkühler, 2005). Konflikte können entstehen, wenn stereotype Rollenvorstellungen und intrapsychische Bedürfnisse erheblich voneinander abweichen. Solche Konflikte können die

Entwicklung von psychischen Störungen oder auch des Impostor-Phänomens begünstigen (Clance & Imes, 1978, Möller-Leimkühler, 2005).

Das Impostor-Phänomen und Gender

Das Impostor-Phänomen wurde ursprünglich nur an Frauen beobachtet (Clance & Imes 1978). Clance und Imes (1978) erklärten seine hohe Prävalenz mit der stereotypen gesellschaftlichen Erwartung, Frauen seien weniger intelligent als Männer. Sie schlussfolgerten, dass Frauen die gesellschaftlichen Geschlechtsstereotype internalisieren und daher das negativ verzerrte Selbstbild entwickeln, nicht ausreichend kompetent zu sein. Spätere Forschungsarbeiten legen jedoch nahe, dass dieses Phänomen auch bei Männern auftritt (z.B. Cokley et al., 2013). Zum aktuellen Zeitpunkt zeigt sich der Forschungsstand als uneindeutig. Eine Meta-Analyse mit insgesamt 33 Untersuchungen zu Geschlechterunterschieden beim Impostor-Phänomen ergab, dass bei 16 Studien Frauen signifikant häufiger betroffen waren als Männer, während die übrigen 17 keinen Unterschied zwischen Männern und Frauen hinsichtlich ihrer Impostor-Gefühle feststellten (Bravata et al., 2020). Die Ergebnisse stützen die Annahme, dass das Impostor Phänomen unter Frauen weit verbreitet ist, aber auch Männer von Impostor-Gefühlen berichten.

Die Betroffenheit von Männern schließt jedoch nicht aus, dass gesellschaftlich patriarchale Erwartungen Impostor-Gefühle bei Frauen begünstigen. Dabei ist es wichtig zu erkennen, wie Systeme dazu beitragen, Probleme in Zusammenhang mit dem Impostor-Phänomen aufrechtzuerhalten (Nadal et al., 2021). So sind unter anderem Frauen in Bereichen wie MINT (Mathematik, Ingenieurwesen Naturwissenschaften, Technologie) und in der Regierung Frauen seit jeher unterrepräsentiert (Espinosa, 2011). Wenn Frauen sich nicht in Macht- oder Führungspositionen sehen, lernen sie implizit oder explizit, dass sie zu solchen Leistungen nicht fähig sind. In einer Reihe von qualitativen Untersuchungen berichteten Frauen, dass geschlechtsspezifische Diskriminierungserfahrungen sowie Erwartungen ihre Imposter-Gefühle verstärken und Zweifel an ihrer eigenen Leistungsfähigkeit hervorrufen (Chakraverty, 2019, 2021). Erlebte Diskriminierung kann sich demnach auf die Selbstwirksamkeit und damit negativ auf die Karriereentwicklung von Frauen auswirken (Sekaquaptewa, 2019).

Zur besseren Interpretation geschlechtsbezogener Prävalenzraten, bewegt sich neuere Forschung zum Impostor-Phänomen immer weiter weg von binären Geschlechteruntersuchungen (z.B. Patzak et al., 2017). Der Einbezug der Genderrollenorientierung im Zusammenhang mit dem Impostor-Phänomen zeigt sich dabei

als wichtiger Ansatz, um vorherrschende Widersprüche bisheriger Forschungsergebnisse zu Geschlechterunterschieden in Einklang zu bringen.

Das Impostor-Phänomen und die Genderrollenorientierung

Wie von Sandra Bem im Jahr 1974 beschrieben, berücksichtigt die Genderrollenorientierung, dass die Geschlechtsidentität einer Person davon abhängt, wie sehr stereotyp feminine und maskuline Merkmale an sich wahrgenommen werden. Kinder lernen bereits früh, nach dem Geschlecht zu kategorisieren. Kulturelle Einflüsse, Familie und Gleichaltrige vermitteln dem Kind, was für einen Mann oder eine Frau angemessen ist. Die Forscherin beschreibt Femininität und Maskulinität dabei als zwei voneinander unabhängige Dimensionen. Anders als bei bisherigen Definitionen schließen sich die beiden Dimensionen nicht gegenseitig aus, sondern beschreiben das Maß, indem eine Person bestimmte feminine oder maskuline Eigenschaften für sich beansprucht, unabhängig von dem ihr zugeschriebenen Geschlecht. Androgynie, ein hohes Maß an Maskulinität und Femininität wird dabei am höchsten geschätzt, da es die Stärken beider Dimensionen vereint. Im Gegensatz dazu steht die undifferenzierte Genderrollenorientierung, die von wenigen maskulinen und wenigen feminine Merkmalen geprägt ist (Bem, 1974).

Die Gender-Schema-Theorie von Bem geht davon aus, dass Personen, die sich überwiegend an männlichen oder weiblichen Genderrollen orientieren, auch den Wunsch haben, sich geschlechterkonform zu verhalten. Sie fühlen sich unwohl, wenn ihre Eigenschaften und Verhaltensweisen nicht mit ihrem Geschlecht konform gehen. Im Gegensatz dazu verarbeiten androgyne Personen Informationen über die soziale Welt nicht geschlechtsspezifisch. Sie verspüren daher weniger inneren Druck, geschlechtsspezifischen Erwartungen zu entsprechen (Bem, 1984).

Bei der Untersuchung der Prävalenz des Impostor-Phänomens in der Gesellschaft kann daher die Einbeziehung der Genderrollenorientierung ein vielversprechender Ansatz sein, um mögliche Geschlechterunterschiede umfassender zu untersuchen. Bisher haben sich nur wenige Forschungsarbeiten mit der Beziehung zwischen der Genderrollenorientierung und dem Impostor-Phänomen befasst. Patzak et al., (2017) fanden heraus, dass Personen mit femininer und undifferenzierter Genderrollenorientierung mehr Impostor-Gefühle aufweisen als Personen mit maskuliner und androgyner Genderrollenorientierung.

Fassl et al., 2020 lieferten eine Erweiterung zur bisherigen Befunden, dass vor allem ein feminines Selbstverständnis mit ausgeprägten Impostor-Gefühlen einhergeht (Patzak et al., 2017). In ihrer Studie untersuchten sie den Zusammenhang zwischen

Genderrollenorientierung und dem Impostor-Phänomen und differenzierten zusätzlich zwischen positiv und negativen Facetten von Maskulinität und Femininität. Dies basiert auf der theoretischen Annahme, dass das Selbstkonzept einer Person sowohl aus positiven als auch negativen Eigenschaften besteht (mit negativ und positiv ist dabei eine gesellschaftlich stereotype Konnotation gemeint, Berger & Krahé, 2013). Die Ergebnisse zeigten, dass vor allem negative Femininität (z.B. überempfindlich, ängstlich) mit mehr Impostor-Gefühle in Verbindung gebracht werden kann, positive Femininität (z.B. liebevoll, emotional) und negative Maskulinität (z.B. rücksichtslos, machtbessessen) standen dagegen in keinem Zusammenhang mit dem Impostor-Phänomen. Positive Maskulinität (z.B. lösungsorientiert, analytisch) stand in negativer Verbindung mit dem Impostor-Phänomen. Die Autorinnen schlussfolgerten, dass nicht Femininität an sich Impostor-Gefühle bedingt, sondern die Zuschreibung von negativen femininen Eigenschaften (Fassl et al., 2020).

Dem zufolge ist es im Zusammenhang mit der Genderrollenorientierung relevant, auch die negativen Merkmale einzubeziehen, um ein detaillierteres Bild zu gewinnen, welche stereotypen Rollenvorstellungen Impostor-Gefühle besonders begünstigen. Insbesondere die geschlechtsspezifische Sozialisation, setzt Individuen unter Druck, sich geschlechtskonform zu verhalten. Die Orientierung an gesellschaftlich vorherrschenden Genderrollen stellt für Frauen damit eine weitere Form von internalisierter Diskriminierung zur Aufrechterhaltung bestehender Machtstrukturen dar.

Sexismus und Internalisierung

Stereotype Genderrollen können die Leistung von Frauen in Bewertungskontexten beeinträchtigen und dazu führen, dass sie das Interesse an bestimmten Bereichen verlieren (z.B. Sekaquaptewa, 2019). Diese subtile Form der Diskriminierung kann auch als Mikroaggressionen beschrieben werden (Capudilupo et al., 2010). Mikroaggressionen können sowohl am Arbeitsplatz als auch im Privatleben auftreten, und sich negativ auf die akademische Karriere auswirken (Capudilupo et al., 2010, Holman & Schneider, 2018). Frauen sind häufig Mikroaggressionen ausgesetzt, die ihnen das Gefühl geben, minderwertig zu sein und auf stereotype Genderrollen oder sexuelle Objektivierung beschränkt zu werden. Sexuelle Objektivierung kann ebenfalls eine Form von internalisiertem Sexismus zur Folge haben und sich negativ auf die psychische sowie physische Gesundheit von Frauen auswirken (David & Derthick, 2013).

Sexismus kann in drei Ebenen unterteilt werden, welche sich gegenseitig beeinflussen: In institutionalisierten, interpersonellen und internalisierten Sexismus. Institutioneller

Sexismus ist mit politischen, sozialen und wirtschaftlichen Institutionen verflochten. In Bezug auf die sexuelle Objektivierung zeigt sich diese Form beispielsweise in medialen Darstellungen von Frauen als Sexualobjekte. Interpersonell tritt Sexismus in zwischenmenschlichen Beziehungen auf, zum Beispiel durch auf das Aussehen reduzierende Komplimente oder abwertende Stereotype. Internalisierter Sexismus kann sich innerhalb und zwischen Frauen abspielen. Beispiele dafür wären, dass eine Frau sich als minderwertig fühlt, und meint, gleiche Rechte nicht zu verdienen, oder Frauen, die andere Frauen oder Mädchen behandeln, als beruhe ihr Wert auf ihrer sexuellen Attraktivität. Demnach äußert sich Sexismus nicht nur seitens der Männer, auch von Frauen internalisierter Sexismus hält strukturelle Unterdrückung aufrecht. Veränderungen sind auf allen drei Ebenen wichtig, um Sexismus zu bekämpfen (Bearman & Amrhein, 2013).

Die Internalisierung von Sexismus kann als Ansammlung von selbstzerstörerischen Überzeugungen, Einstellungen und Handlungen betrachtet werden, die sich als Ergebnis anhaltender Unterdrückung entwickelt haben (David, 2013). Es kann zu einer verzerrten Wahrnehmung von sich selbst und anderen kommen, die sich aus der Art und Weise ergibt, wie eine Person ihre Umgebung interpretiert. Personen neigen dazu, Botschaften zu glauben, die am häufigsten auftreten und am leichtesten erinnert werden. Durch häufige Konfrontation mit negativen Glaubenssätzen beginnen Individuen, diese Einstellungen gegenüber ihrer Ingroup zu verinnerlichen und abwertende Überzeugungen zu entwickeln, die sich kognitiv, emotional sowie im Verhalten manifestieren können (David, 2013).

Es lässt sich vermutet, dass es Faktoren gibt, die die internalisierte Unterdrückung beeinflussen – einschließlich der Botschaften, die vonseiten der Medien, der Familie oder den Freunden vermittelt werden (David & Derthick, 2013). Diese negativen Botschaften in Bezug auf die eigene soziale Identität können im Zusammenhang mit diskriminierenden Erfahrungen, offen sowie subtil, die internalisierte Unterdrückung verstärken, die sich in Form des Impostor-Phänomens oder anderen internen Prozessen, wie der Selbstobjektivierung manifestieren können.

Die Objektivierungstheorie

Fredrickson und Roberts (1997) postulierten in ihrer Arbeit zu Objektivierungstheorie erstmalig die sexuelle Objektivierung der Frau. Der Theorie zufolge werden Frauen durch die kulturelle Sexualisierung des weiblichen Geschlechts darin bestärkt, sich selbst als Objekt wahrzunehmen, das von anderen beobachtet und hinsichtlich der körperlichen Erscheinung bewertet wird. Selbstobjektivierung beschreibt folglich das Phänomen einer internalisierten

Beobachtungsperspektive auf den eigenen Körper, so dass Personen über ihren Körper aus der Perspektive einer dritten Person nachdenken. Sich selbst objektivierende Individuen tendieren dazu, ihren Fokus vor allem auf ihr Aussehen zu legen, und nicht auf ihre eigentlichen Fähigkeiten und Gefühle. Weitere Theoretiker*innen haben etwas andere Definitionen verwendet. Lindner und Tantleff-Dunn (2017) schlugen eine empirisch abgeleitete Definition der Selbstobjektivierung vor als: (a) Verinnerlichung der Beobachter*innenperspektive auf den Körper und (b) Behandlung des Körpers, als ob er in der Lage wäre, das Selbst zu repräsentieren, wobei den intellektuellen und körperlichen Fähigkeiten weniger Wert beigemessen wird.

Frauen sind durch die ständige Beschäftigung mit ihrem Aussehen in ihren Ressourcen limitiert, um Fähigkeiten und Kompetenzen für ihre akademische und berufliche Laufbahn zu entwickeln (Fredrickson & Roberts, 1997; Fredrickson et al., 1998). Studienergebnisse zeigen, dass in einer Vielzahl von Kontexten die Fähigkeit zum kritischen Denken oder logischen Schlussfolgern durch Selbstobjektivierung eingeschränkt werden kann (z.B. Winn & Cornelius, 2020). Es gibt dabei mehrere mögliche Mechanismen zur Erklärung der Beziehung von Selbstobjektivierung und kognitiver Leistung: eine mit der Überwachung des Aussehens verbundene kognitive Belastung, negative selbstkritische Emotionen (Fredrickson & Roberts, 1997), Diskrepanzen zwischen dem tatsächlichen und dem idealen Selbstbild (Quinn et al., 2011) sowie die Aktivierung von Gender-Schemata und die Bedrohung durch Stereotype [engl. *Stereotype threat*] (Kahalon et al., 2018).

Laut Calogero und Jost (2011) kann Selbstobjektivierung als ein Resultat vorherrschender sexistischer Ideologien betrachtet werden, die den gesellschaftlichen Status quo aufrechterhalten. In einer Studie zeigte sich, dass Frauen aufgrund von Selbstobjektivierung weniger bereit sind, Maßnahmen zur Reduzierung von Geschlechterungleichheiten zu ergreifen (Calogero, 2013). Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass Selbstobjektivierung eine Aktivierung von Gender-Schemata auslösen kann, was wiederum die Verinnerlichung von Geschlechterstereotype erhöht. Es hat sich gezeigt, dass die Mathematikleistung von Frauen beeinträchtigt wird, wenn sie an ihr Geschlecht oder die mit Mathematik verbundenen Geschlechterstereotypen erinnert werden (Quinn & Spencer, 2001).

Frauen werden durch Geschlechterstereotype oder gesellschaftlich vermittelte Schönheitsideale bereits früh in ihrer Karriereentwicklung eingeschränkt. Bei Kindern kann der frühzeitige Kontakt mit sexualisierten Bildern später wahrgenommene Einschränkungen des eigenen Selbst nach sich ziehen (z.B. Davies et al., 2002; Sherman & Zurbiggen, 2014).

Eine Studie stellte fest, dass kleine Mädchen, die mit Barbiepuppen spielen (ein sexualisiertes Spielzeug mit Weiblichkeit betonendem Aussehen), weniger zukünftige Berufsmöglichkeiten für sich angeben als für Jungen, vor allem, wenn diese Berufe von Männern dominiert sind (Sherman & Zurbriggen, 2014). Eine weitere Studie zeigte, dass Frauen in Vergleich zu Männern deutlich weniger Erwartungen im Hinblick auf ihre schulische und berufliche Entwicklung aufweisen, wenn sie viel Fernsehwerbung ausgesetzt werden, die weibliche Attraktivität als zentrales Mittel nutzt (Davies et al., 2002).

Der starke Fokus auf das eigene Aussehen beeinträchtigt teilweise auch die Motivation. So wollen in einer Studie Frauen zu keinem Jobinterview gehen, wenn sie an dem Tag mit ihrem Aussehen nicht zufrieden sind (Starr & Zurbriggen, 2019). Die Forschung legt nahe, dass die Selbstwirksamkeit der Frauen bei Karriereentscheidungen aufgrund der Unzufriedenheit mit ihrem Aussehen negativ beeinflusst werden kann (Woodrow-Keys, 2006). Der gesellschaftliche Druck, dem vorherrschenden Schönheitsideal zu entsprechen, kann weitreichende Folgen im Hinblick auf die psychische sowie physische Gesundheit der Frauen nach sich ziehen. Bisherige Studien stellten fest, dass Frauen, die zu Selbstobjektivierung tendieren, häufiger mit körperlicher Unzufriedenheit kämpfen. Ihr Selbstwert ist oft geringer und sie leiden an Depressionen oder Angstzuständen (Kahalon et al., 2018).

Selbstobjektivierung, Gender und Genderrollen

Die Objektivierungstheorie wurde zwar ursprünglich im Hinblick auf Erfahrungen von Frauen aufgestellt, ähnliche Prozesse und mögliche negative Folgen können jedoch auch für Sozialisierungserfahrungen von Männern relevant sein (Choma et al., 2010). Immer mehr Befunde deuten darauf hin, dass auch Männer zu Selbstobjektivierung tendieren. Das idealisierte Männerbild betont häufig Jugend, einen muskulösen Körper mit breiten Schultern, eine gut entwickelte Brust und einen athletischen Körperbau (Schwartz et al., 2010). Ein negatives Körperbild wurde bei Männern mit zwanghaft sportlichem Verhalten und der Einnahme von leistungssteigernden Medikamenten sowie psychischen Problemen (Angst und Depressionen) und einem geringen Selbstwertgefühl in Verbindung gebracht (Cafri et al., 2002). Folglich scheinen Männer anfälliger für Selbstobjektivierung zu sein, als einige Theoretiker*innen bisher angenommen haben.

Dabei darf jedoch nicht vergessen werden, dass wir in einer Kultur leben, die vor allem Frauen systematisch stigmatisiert und benachteiligt, wenn sie nicht mit den gesellschaftlich vorgeschriebenen Schönheitsidealen konform gehen (Worobey & Worobey,

2014). Die bestehenden gesellschaftlichen Schönheitsnormen stellen einen kulturell vorgeschriebenen Standard für Frauen dar, der ihren Wert und ihre Anerkennung mit ihrem Aussehen verknüpft und somit ihr Handlungsvermögen einschränkt (z.B. Heflick et al., 2011). Einige von ihnen erleben später Gewalt und sexuelle Übergriffe und werden sogar als Opfer beschuldigt, weil es ihnen aufgrund der eigenen Objektivierung an Durchsetzungsvermögen bei der Ablehnung sexueller Handlungen mangelt (Loughnan et al., 2013).

Die Objektivierung des eigenen Körpers ist bei Frauen in der Jugend und im jungen Erwachsenenalter besonders stark ausgeprägt (Tiggemann & Lynch, 2001). Sie erleben häufig einen Konflikt zwischen dem Streben nach Intimität, Leistung und Identität (McKinley, 2011). Nach Rodin et al., (1985) stehen Intimität und Leistung bei Frauen im Konflikt miteinander. Frauen müssen „weiblich“ sein (was in einer patriarchalen Gesellschaft stereotyp als passiv gilt), um heterosexuelle Partner anzuziehen, während Leistung Handlungsfähigkeit erfordert. Wenn jedoch der Körper zum Ort des Leistungsstrebens wird, schließen sich die Ziele Intimität und Leistung bei Frauen nicht gegenseitig aus (McKinley, 2011). Feministische Theoretiker*innen argumentierten, dass die Verinnerlichung kultureller Schönheitsnormen und die Arbeit, diese Normen zu erreichen, mit der persönlichen Identität und dem Erfolgserleben von Frauen zusammenhängen. Das Leistungsbewusstsein von Frauen ist eng mit der Konzentration auf das Aussehen und die Sorge um ihren Körper verbunden (McKinley, 2011).

Fredrickson und Roberts (1997) betonen in ihrer Objektivierungstheorie die zentrale Rolle der geschlechtsspezifischen Sozialisationserfahrungen und das Ausmaß internalisierter Normen in Bezug auf Genderrollen. Vor diesem Hintergrund ist laut der Forscher*innen insbesondere eine sozialisierte feminine Genderrolle im Zusammenhang mit Selbstobjektivierung von Bedeutung (Fredrickson & Roberts, 1997). Calogero und Jost (2011) fanden heraus, dass eine subtile Exposition gegenüber wohlwollend sexistischen Stereotypen die Selbstüberwachung und Körperscham von Frauen erhöhen, nicht aber bei Männern. Wohlwollender Sexismus bezieht sich dabei auf eine Reihe von sexistischen Überzeugungen, die eine subjektiv positive Einstellung gegenüber Frauen in traditionellen Genderrollen umfassen (Roberts et al., 2018).

Choma et al. (2010) untersuchten die Rolle von Geschlechtsstereotypen bei der Verbindung von Selbstobjektivierung und Selbstwertgefühl. Entgegen ihren Erwartungen verstärkte stereotype Feminität nicht positiv die Beziehung zwischen Selbstobjektivierung und geringerem Selbstwertgefühl. Hingegen verringerte eine höhere stereotype Maskulinität, die Beziehung zwischen Selbstobjektivierung und dem Selbstwert.

Siegel und Calogero (2019) untersuchten den Zusammenhang zwischen der Konformität mit weiblichen Normen und der Selbstobjektivierung bei Frauen, die sich selbst als feministisch oder nicht-feministisch bezeichneten. Sie fanden heraus, dass innerhalb beider Gruppen diejenigen, die sich stärker an weiblichen Normen orientierten, zu mehr Selbstobjektivierung neigten. Im Gegensatz dazu berichteten Frauen, die sich selbst als Feministinnen bezeichneten, insgesamt über ein geringeres Maß an Konformität mit weiblichen Normen und Selbstobjektivierung. Die Daten deuten darauf hin, dass feministische Überzeugungen und Werte vor den negativen Auswirkungen des gesellschaftlichen Drucks zur Anpassung an traditionelle weibliche Ideale schützen können (Siegel & Calogero, 2019).

Die Annahme, dass bestimmten äußerliche Attribute, Eigenschaften und Fähigkeiten typisch für ein Geschlecht sind, kann dazu führen, dass Individuen rein auf diese festgeschriebenen Merkmale reduziert werden. Insbesondere bei Mädchen und Frauen kann die Reduktion auf äußerliche Attribute zu einem negativen Körperbild beitragen, woraufhin sie ihr Aussehen über- und ihre Fähigkeiten unterbewerten.

Selbstobjektivierung und das Impostor-Phänomen

Sowohl Selbstobjektivierung als auch das Impostor-Phänomen wurden in der Forschung bisher vorrangig bei Frauen beobachtet und sind stark durch die geschlechtsspezifische Sozialisation eines Individuums geprägt (Clance & Imes, 1978; Fredrickson & Roberts, 1997). Frauen leiden unter einem gesellschaftlichen sowie familiären Erwartungsdruck, bestimmten stereotypen Rollen sowie Schönheitsnormen entsprechen zu müssen (Fredrickson & Roberts, 1997). Beide Phänomene stellen damit ein direktes Ergebnis externer Faktoren dar, die bereits früh in der Kindheit erlernt und verinnerlicht werden. Die internalisierten Botschaften über das Selbst prägen die Einstellung gegenüber den eigenen Fähigkeiten sowie das Selbstbild (Clance et al., 1985).

So kann Selbstobjektivierung negative Auswirkungen auf Motivation, Kognition, Verhalten, psychische Gesundheit und Körperlichkeit haben (Kahalon et al., 2018; Gapinski et al., 2003). Die Fokussierung auf das Aussehen kann eine geringere Wahrnehmung der eigenen Kompetenz fördern, da Frauen als Objekt konstruiert werden (Heflick et al., 2011). Des Weiteren wird das Impostor-Phänomen mit motivationalen Faktoren (z.B. Neureiter & Traut-Mattausch, 2016) und negativen Auswirkungen auf die psychische Gesundheit, Kognition und Verhalten in Verbindung gebracht (z.B. Clance & Imes, 1978). Beide Phänomene zeichnen sich überdies durch starke negative selbstkritische Emotionen gegenüber

dem Aussehen (Fredrickson & Roberts, 1997) und der erbrachten Leistungen aus (z.B. Rohrmann et al., 2016).

In westlichen Gesellschaften besitzen körperliches Aussehen und Schönheit einen hohen Stellenwert (z.B. Calogero et al., 2007). Insbesondere bei Frauen kann der dadurch ausgelösten Erwartungsdruck den Glauben verstärken, ihr Wert beruhe ausschließlich auf ihrer körperlichen Erscheinung, was Gefühle von Unzulänglichkeit und Selbstzweifeln hervorrufen kann (Kahalon et al., 2018). Selbstobjektivierung kann dann zum Impostor-Phänomen beitragen, wenn mangelndes Selbstvertrauen oder Zweifel an den eigenen Fähigkeiten die Leistung bei kognitiven Aufgaben beeinträchtigen (Winn & Cornelius, 2020). Frauen, die sich überwiegend auf ihr Aussehen und die Sorge um den eigenen Körper konzentrieren sind in ihren Ressourcen limitiert, um ihre eigentlichen Kompetenzen und Fähigkeiten wahrzunehmen und auszuüben (Winn & Cornelius, 2020).

Ebenso könnte sich Selbstobjektivierung möglicherweise darauf auswirken, wie Individuen ihre Fähigkeiten und Leistungen wahrnehmen. Clance und Imes (1978) führen in ihrer Theorie an, dass Frauen häufig der Auffassung sind, nur aufgrund von Charme und Attraktivität ihre berufliche Anerkennung gewonnen zu haben und nicht aufgrund ihrer eigentlichen Intelligenz. Wenn sich Menschen ausschließlich auf ihr Äußeres konzentrieren, können sie zu der Überzeugung gelangen, ihr Erfolg beruhe auf ihrer körperlichen Attraktivität und nicht auf ihren Fähigkeiten (Clance & Imes, 1978). Dies kann zu einem Gefühl der Täuschung führen, da die Betroffenen sich zu fragen beginnen, ob sie ihre Leistungen tatsächlich verdient haben, oder ob sie lediglich nach ihrem Aussehen beurteilt werden (Fredrickson et al., 1998; Gervais et al., 2013).

Menschen mit einem hohen Maß an verinnerlichter Unterdrückung können verstärkt Impostor-Gefühle erleben – insbesondere im Zusammenhang mit akademischen und beruflichen Leistungen (Nadal et al. 2021). Frauen passen sich dem stereotypen Bild der Unterlegenheit an, indem sie sich davon überzeugen, dass sie nur durch Täuschung in höhere Positionen aufgestiegen sind. So können sie sich ihre eigene Situation leichter erklären, anstatt die verinnerlichte Vorstellung des Frauseins infrage zu stellen (Clance & Imes, 1978). Diese Stereotyp-Inkongruenz kann auch in Beziehung zur Selbstobjektivierung gestellt werden. Die Internalisierung kultureller Schönheitsnormen und der eigene Anspruch diesen Normen zu entsprechen kann zu einer Verschiebung des Leistungsstrebens beitragen (McKinley, 2011). Das mit der Selbstobjektivierung verbundene angestrebte Ideal von Weiblichkeit steht im Konflikt mit Leistung und Handlungsfähigkeit (McKinley, 2011). Es ist daher möglich, dass vom Körper und Aussehen unabhängige Leistungserfolge von Personen

mit hoher Tendenz zur Selbstobjektivierung nicht internalisiert werden, was zur Entstehung des Impostor-Phänomens beitragen kann.

Überdies können das Impostor-Phänomen als auch Selbstobjektivierung mit Geschlechterstereotypen in Verbindung gebracht werden (z.B. Kahalon et al., 2018, Fassl. et al., 2020). Selbstobjektivierung schafft einerseits ein Bewusstsein für den Körper, und lenkt andererseits die Aufmerksamkeit auf das Geschlecht. Das Wissen um die Gruppenzugehörigkeit kann eine Aktivierung von Stereotypen auslösen (z.B. Quinn & Spencer, 2001). Daher ist es wahrscheinlich, dass Frauen, die sich Selbst objektivieren, ein Stereotyp-Priming oder eine Stereotyp-Bedrohung erfahren, insbesondere in stereotyp-relevanten Kontexten wie kognitiven Tests (Winn & Cornelius, 2020). In Relation dazu untersuchten Cokley et al. (2015) welche Rolle das Bewusstsein für geschlechtsspezifische Stigmatisierung in Verbindung mit dem Impostor-Phänomen bei akademischen Leistungen spielt. Aufgrund des vorherrschenden Stereotyps, Männer schneiden in Mathematik besser ab als Frauen, glauben Frauen mit einem hohen Gender-Stigma-Bewusstsein, dass andere sie aufgrund ihres Geschlechts und nicht aufgrund ihrer Leistung bewerten, woraufhin sie vermehrt Impostor-Gefühle erleben.

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass Selbstobjektivierung und das Impostor-Phänomen zwei psychologische Konzepte darstellen, die miteinander verwoben sind. Sich selbst objektivierende Personen leiden möglicherweise eher unter Impostor-Gefühlen, da sie nach und nach ihre Fähigkeiten und ihren Wert durch das Erleben negativer Botschaften über das Selbst sowie sexueller Objektivierung infrage stellen.

Die vorliegende Studie

Obwohl verbindende Elemente zwischen Selbstobjektivierung, Genderrollenorientierung und dem Impostor-Phänomen bestehen, hat sich die Forschung bisher noch nicht mit der Kombination aus allen drei Konstrukten auseinandergesetzt. Sowohl das Impostor-Phänomen als auch Selbstobjektivierung und Genderrollen können als Folgen patriarchaler Machtstrukturen und Ausprägungen von internalisierter Unterdrückung angesehen werden (z.B. David & Derthick, 2013; Nadal et al., 2021). Der kulturelle Druck auf das Aussehen von Frauen und der objektivierende Blick auf den Körper können dabei als einschränkende Mechanismen auf die Karriereentwicklung von Frauen fungieren (Daniels et al., 2020). Auch das Impostor-Phänomen stellt eine relevante psychologische Barriere für Frauen in ihrer beruflichen und akademischen Laufbahn dar. Bisherige Studienergebnisse zeigen, dass sich vorherrschende Geschlechterstereotype negativ auf das Selbstbild von

Frauen auswirken und im Zusammenhang mit dem Impostor-Phänomen gebracht werden können (z.B. Clance et al., 1985; Fassl. et al., 2020). Studien deuten jedoch daraufhin, dass trotz gesellschaftlicher Individualisierung und Enttraditionalisierung stereotype Genderrollen über die Zeit hinweg erstaunlich änderungsresistent sind (Möller-Leimkühler, 2005).

Selbstobjektivierung stellt daher möglicherweise einen neuen Faktor dar, der weitere Aufklärung über das komplexe Wirkungssystem des Impostor-Phänomens liefern und neue Inventionen ermöglichen kann. Die vorliegende Studie zielt darauf ab, die Zusammenhänge zwischen dem Impostor-Phänomen, Genderrollenorientierung und Selbstobjektivierung genauer zu beleuchten.

Fragestellungen und Hypothesen

Sowohl für die Objektivierungstheorie als auch für das Impostor-Phänomen scheint es wichtig zu sein, das Geschlecht einer Person und vor allem die sich selbst zugeschriebene Genderrolle zu untersuchen. Bisher sind die Ergebnisse hinsichtlich der Geschlechtsunterschiede beim Impostor-Phänomen noch nicht ganz eindeutig (Bravata et al., 2020). Lange Zeit wurde Selbstobjektivierung vor allem bei Frauen untersucht. Neuere Studien zeigen, dass immer häufiger auch Männer zu Selbstobjektivierung tendieren (Schwartz et al., 2011). In vorliegender Untersuchung soll daher zuerst folgender Frage nachgegangen werden:

Forschungsfrage 1: Inwiefern unterscheiden sich Männer und Frauen im Impostor-Phänomen und der Selbstobjektivierung?

Obwohl die Studienlage keine eindeutigen Ergebnisse hinsichtlich Geschlechterunterschieden bei Impostor-Phänomen aufzeigt (Bravata et al. 2020), weisen neuere Studien darauf hin, dass vor allem Frauen unter hohen Impostor-Gefühlen leiden (Fassl et al., 2020). Es wird daher angenommen, dass Frauen mehr vom Impostor-Phänomen betroffen sind als Männer (Hypothese 1a). Trotz der Annahme, dass Selbstobjektivierung sowohl für die Erfahrung von Frauen als auch von Männern relevant sein könnte, ist davon auszugehen, dass sich Frauen in westlichen Kulturen in höherem Maße selbst objektivieren als Männer. Frauen weisen in der zu untersuchende Stichprobe daher vermutlich mehr Selbstobjektivierung auf als Männer (Hypothese 1b).

Obwohl Selbstobjektivierung und das Impostor-Phänomen unterschiedliche Phänomene zu sein scheinen, gibt es einige überschneidende Merkmale. Sowohl bei der Selbstobjektivierung als auch beim Impostor-Phänomen steht die verzerrte Selbstwahrnehmung im Vordergrund. Beide Konstrukte zeichnen sich durch ein negatives

dysfunktionales Denk- und Attributionsmuster aus. Bei der Selbstobjektivierung kommt es zu Diskrepanzen zwischen dem tatsächlichen und dem idealen Selbstbild (Quinn et al., 2011), der eigene Wert ist dabei übermäßig an das Aussehen geknüpft. Währenddessen sind Personen, die unter dem Impostor-Phänomen leiden, davon überzeugt, trotz ihrer intellektuellen Leistungen unintelligent zu sein und haben Schwierigkeiten ihren Erfolg anzuerkennen (Clance & Imes, 1978).

Überdies sind Betroffene des Impostor-Phänomens häufig der Überzeugung, dass der eigene Erfolg auf externe Faktoren wie Glück, Zufall oder Attraktivität zurückzuführen ist (Clance & Imes, 1978). Das Bewusstsein darüber, dass der eigene Wert an das Aussehen geknüpft ist, kann als externer Einflussfaktor betrachtet werden, der mit dem Impostor-Phänomen in Verbindung gebracht werden könnte. Individuen könnten das Gefühl haben, dass ihr Erfolg und ihre Anerkennung hauptsächlich auf ihrem Aussehen basieren, anstatt auf ihren Fähigkeiten oder Leistungen. Ein weiteres sich deckendes Merkmal ist die negative Auswirkung auf das Selbstwertgefühl. Sich selbst objektivierende Menschen können sich unzulänglich oder nicht attraktiv genug fühlen, während unter dem Impostor-Phänomen leidende Menschen das Gefühl haben, ihren Erfolg nicht zu verdienen und sich als Betrüger*innen sehen (z.B. Sonak & Towell, 2001; Kahalon et al., 2018). Ebenfalls treten beide Phänomene häufig in bestimmten Gruppen von Frauen, Minderheiten und Personen mit hohen Leistungsanforderungen auf (z.B. Peteet et al., 2015; Patzak et al., 2017). Diese Überschneidungen zeigen, dass Selbstobjektivierung und das Impostor-Phänomen trotz ihrer unterschiedlichen Erscheinungsformen ähnliche Auswirkungen auf das Selbstwertgefühl und das Wohlbefinden haben können. Obwohl verbindende Elemente bestehen, hat bisher keine Studie die Beziehung zwischen den zwei Konstrukten untersucht. Das soll mit nachfolgender Forschungsfrage genauer untersucht werden:

Forschungsfrage 2: Inwiefern hängt Selbstobjektivierung mit dem Impostor-Phänomen zusammen?

Wenn Menschen sexuelle Objektivierung erleben und diese Form der Unterdrückung internalisieren, verstärkt dies möglicherweise das Gefühl, ein/e Hochstapler*in zu sein, was die Fähigkeit zur Erbringung guter Leistungen und Erfolg verhindert. Es wird daher angenommen, dass Selbstobjektivierung in positivem Zusammenhang mit dem Impostor-Phänomen steht (Hypothese 2).

Bisherige Studien zu Genderrollen und Selbstobjektivierung haben Messinstrumente verwendet, die lediglich zwischen stereotyp femininen und maskulinen Eigenschaften unterscheiden, wie Handlungsfähigkeit und Gemeinschaft (*agency* und *communion*; Choma et

al., 2010) oder allein die Befürwortung femininer Normen, wie Schönheit und Romantik, im Zusammenhang mit Selbstobjektivierung untersuchten (Siegel & Calogero, 2019). Der Zusammenhang zwischen Selbstobjektivierung und den positiven und negativen Facetten von Femininität und Maskulinität ist noch nicht untersucht worden. Um ein besseres und umfassenderes Verständnis hinsichtlich dieser Beziehung zu erlangen, wurde folgende Forschungsfrage aufgestellt:

Forschungsfrage 3: Inwiefern lässt sich die Tendenz zur Selbstobjektivierung durch die positiven und negativen Facetten der Genderrollenorientierung vorhersagen?

In der vorliegenden Untersuchung wird angenommen, dass eine positive feminine Genderrollenorientierung positiv zur Selbstobjektivierung beiträgt (Hypothese 3a). Ebenso wird ein positiver Beitrag von negativer Femininität zur Vorhersage der Tendenz zur Selbstobjektivierung erwartet, da einige Merkmale negativer Femininität, wie Selbstzweifel oder Angst (Berger & Krahé, 2013), analog zu den Symptomen sind, die Personen mit hoher Selbstobjektivierung erleben (Kahalon et al., 2018). Im Gegensatz dazu besitzen Personen, die positive männliche Geschlechterrollen stark befürworten, Eigenschaften wie Unabhängigkeit und Selbstvertrauen (Berger & Krahé, 2013). Bei diesen Personen sollte der Sozialisationsdruck, sich als ein von anderen zu benutzendes Objekt zu sehen, geringer sein. Es wird daher erwartet, dass eine positive maskuline Genderrollenorientierung signifikant zur Selbstobjektivierung beiträgt (Hypothese 3b). Zu negativer Maskulinität gibt es derzeit keine empirischen Befunde. Daher gibt es keine Grundlage für eine klare Hypothese zur Vorhersage von Selbstobjektivierung mit den negativen Aspekten von Männlichkeit.

Sich ihrer femininen und maskulinen Eigenschaften bewusste Individuen wissen gleichzeitig, wie sie sich den Geschlechternormen entsprechend verhalten sollen. Diskrepanzen zwischen den wahrgenommenen Eigenschaften und den verinnerlichten Wertvorstellungen können zu kognitiven Dissonanzen führen. Die Theorie der kognitiven Dissonanz (Festinger, 1978) besagt, dass Menschen nach Konsistenz streben, weil sie sich unwohl fühlen, wenn ihre Einstellungen oder ihr Verhalten inkonsistent sind. Daher bemühen sie sich diese Gefühle zu verringern, indem sie Beweise sammeln, die sie unterstützen, ihre aktuellen Ideen und Überzeugungen neu bewerten oder ihr Verhalten ändern. In den meisten Untersuchungen zu Geschlechterunterschieden beim Impostor-Phänomen wird vor allem die Identifikation mit der femininen Genderrolle, als Hauptgrund für eventuelle Unterschiede angesehen (Clance et al., 1985, Patzak et al., 2017). Leistung wird nach wie vor hauptsächlich mit maskulinen Eigenschaften in Verbindung gebracht, insbesondere im beruflichen oder akademischen Kontext. Femininität steht im Widerspruch zu Leistung. Frauen sind daher

einer Stereotypinkongruenz ausgesetzt. Impostor-Gefühle entstehen, um die kognitive Dissonanz auszugleichen. Betroffene werten ihre Leistung ab bzw. führen sie auf externe Ursachen zurück (Clance & Imes, 1978; Jöstl et al., 2012).

Ein möglicher Zusammenhang von Selbstobjektivierung mit dem Impostor-Phänomen liegt ebenfalls in Dissonanzen, die zwischen dem objektivierten Selbstbild und dem tatsächlich erzielten Erfolg bestehen. Personen, die sich stark mit stereotyp weiblichen Genderrollen identifizieren, werden häufig Eigenschaften wie Freundlichkeit, Hilfsbereitschaft und Fürsorge zugeschrieben (Heilman, 2012). Sie sind möglicherweise anfälliger für Selbstobjektivierung und weisen daher mehr Impostor-Gefühle auf. Personen, die sich maskuline Genderrollen zuschreiben, besitzen dem gegenüber Eigenschaften wie Selbstbehauptungsfähigkeiten und Handlungskompetenz (Heilman, 2012). Sie neigen daher weniger zu Selbstobjektivierung und den damit verbundenen negativen Folgen des Sozialisationsdrucks. Auf dieser Grundlage scheint ein Zusammenhang zwischen der Genderrollenorientierung, Selbstobjektivierung und dem Impostor-Phänomen plausibel zu sein. In folgender Fragestellung soll diesen möglichen Wechselbeziehungen nachgegangen werden:

Forschungsfrage 4: Wird der Zusammenhang zwischen den positiven und negativen Facetten der Genderrollenorientierung und dem Impostor-Phänomen durch Selbstobjektivierung mediiert?

In bisherigen Studien wird davon ausgegangen, dass Genderrollenorientierung im Zusammenhang mit dem Impostor-Phänomen steht. In Einklang mit den Ergebnissen von Fassl et al. (2020) wird ein positiver Zusammenhang von negativer Feminität und dem Impostor-Phänomen erwartet sowie ein negativer Zusammenhang von positiver Maskulinität und dem Impostor-Phänomen. Insgesamt wird davon ausgegangen, dass Selbstobjektivierung ein vermittelnder Faktor des vorgeschlagenen Zusammenhangs zwischen der Genderrollenorientierung und dem Impostor-Phänomen ist (Hypothese 4), und zwar in dem Sinne, dass eine negative Feminität mit einer höheren Neigung zu Selbstobjektivierung einhergeht, was wiederum mit niedrigeren Impostor-Gefühlen verbunden ist. Wohingegen positive Maskulinität mit geringerer Neigung zu Selbstobjektivierung und daher mit geringeren Impostor-Gefühlen zusammenhängt. Bei negativer Maskulinität und positiver Feminität wurde bei Fassl et al. (2020) kein Zusammenhang mit dem Impostor-Phänomen gefunden. Es kann folglich keine eindeutige Hypothese über eine Mediation aufgestellt werden.

Methode

Studiendesign und Durchführung

Die Untersuchung wurde mittels eines Online-Fragebogens über Sosci-Survey durchgeführt (Leiner, 2019). Der Befragungszeitraum betrug knapp einen Monat, vom 15.11.2022 bis zum 14.12.2022. Die Studienteilnehmer*innen wurden überwiegend über Freund*innen, ehemalige Studienkolleg*innen, Soziale Medien wie Facebook- oder WhatsApp-Gruppen sowie Survey Circle rekrutiert. Dafür wurde ein Flyer mit einem kurzen Einladungstext (siehe Anhang A) und dem Studienlink gepostet. Voraussetzungen für die Teilnahme waren, dass die Person deutsch spricht, mindestens 18 Jahre alt ist und sich in einem Bachelor-, Master- oder Diplomstudium befindet. Die Dauer des Fragebogens betrug im Schnitt sieben Minuten ($M = 6.62$, $SD = 2.60$). Vor dem Ausfüllen des Fragebogens wurden die Teilnehmer*innen gebeten, nach Aufklärung ihre Einwilligung zu geben, und es wurde an die Freiwilligkeit ihrer Teilnahme erinnert. Zunächst wurde die Genderrollenorientierung, dann die Impostor-Gefühle und schließlich die Selbstobjektivierung abgefragt. Am Ende wurden noch soziodemografische Daten erhoben. Alle Items der jeweiligen Skalen wurden in zufälliger Reihenfolge präsentiert. Als Aufwandsentschädigung für die Studie, und um die Teilnahme attraktiver zu gestalten, wurden zwei Amazon Gutscheine im Wert von 20 Euro unter allen Teilnehmenden, die ihre Emailadresse angaben, verlost. Die Kontaktadressen wurden aus Datenschutzgründen im SoSci-Survey System getrennt von den erhobenen Daten gespeichert.

Stichprobe

Die von Sosci-Survey auf SPSS übertragenden Rohdaten bestanden insgesamt aus 516 Datensätze. Es handelte sich um eine Complete Case Analysis. Davon wurden 31 Datensätze gelöscht, da Personen den Fragebogen frühzeitig abbrachen. 27 Datensätze mussten entfernt werden, da die Personen nicht den Voraussetzungen entsprachen (12 gaben an, nicht zu studieren, 15 befanden sich im Doktorat). Datensätze, bei denen die Bearbeitungszeit unter drei Minuten lag, wurden ebenfalls ausgeschlossen, da sich diese Personen mit hoher Wahrscheinlichkeit nur durchgeklickt haben. Die endgültige Stichprobe bestand demzufolge aus 401 Studierenden (306 weiblich; 90 männlich; 4 non-binary; 1 trans) im Alter zwischen 18 und 64 Jahren ($M = 25.61$, $SD = 5.74$). Davon befanden sich 49,4% in einem Bachelor-, 45,1% im Master- und 5,5% im Diplomstudium. Die Studienrichtungen teilten sich auf in 29,1% Psychologie, 18% MINT (Mathe-Informatik, Naturwissenschaft und Technik, wie Informatik, Architektur, Medizin, Maschinenbau, Ingenieurswesen, Biologie), 14%

Wirtschaftswissenschaften (wie BWL, VWL, Management), 10,5% Lehramt, 9,1% Geisteswissenschaften (wie Soziologie, Politik- und Kommunikationswissenschaften), 3,5% Bildungs- und Sozialwissenschaften (wie Soziale Arbeit, Pädagogik, Erziehungswissenschaften), 3,5% Rechtswissenschaften und Jura, 3,4% Kunst (Malerei, Bildende Kunst, Kunstgeschichte), 2,4% Sprachen- und Kulturwissenschaften (Japanologie, Skandinavistik, Romanistik) und 5,7% andere Studienfächer.

Untersuchungsmaterial

Die erhobenen soziodemografischen Daten umfassten Geschlecht, Alter, Studienabschnitt und Studienrichtung. Für die Messung der Genderrollenorientierung, des Impostor-Phänomens sowie der Selbstobjektivierung wurden folgende Instrumente verwendet:

Genderrollenorientierung. Zur Beurteilung der Geschlechterrollenorientierung wurde das *Positiv-Negativ-Sex-Role Inventory* (PN-SRI; Berger & Krahé, 2013) verwendet. Das PN-SRI besteht aus vier Subskalen: der positiven Maskulinitäts-Subskala (MAS+, z. B. „Ich bin rational“), der negativen Maskulinitäts-Subskala (MAS-, z. B. „Ich bin hart“), der positiven Femininitäts-Subskala (FEM+, z. B. „Ich bin empathisch“) und der negativen Femininitäts-Subskala (FEM-, z. B. „Ich bin ängstlich“). Jede der Subskalen besteht aus sechs Items, so dass sich insgesamt 24 Items ergeben. Die Teilnehmer*innen geben auf einer 6-stufigen Likert-Skala von 1 (*trifft überhaupt nicht zu*) bis 6 (*trifft voll und ganz zu*) an, wie charakteristisch jedes Attribut für sie ist. Für jede Subskala wird eine Punktezahl berechnet, die angibt, inwieweit man sich selbst positive oder negative Eigenschaften zuschreibt, die als stereotypisch maskulin oder feminin gelten. Die internen Konsistenzen der vier Subskalen wurden mit Cronbachs α bestimmt. $\alpha_{FEM+} = .86$, $\alpha_{FEM-} = .79$, $\alpha_{MAS+} = .83$, $\alpha_{MAS-} = .80$. Alle Werte können als ausreichend interpretiert werden (Bortz & Döring, 2006)

Impostor-Phänomen. Zur Messung des Impostor-Phänomens wurde die deutsche Version der Clance Impostor Phenomenon Scale (GCIPS) verwendet, die ursprünglich 1985 von Clance in englischer Sprache entwickelt wurde (Klinkhammer & Saul-Soprun, 2009). Sie besteht aus 20 Items (z.B.: „Manchmal habe ich Angst, dass die anderen merken, wie wenig ich eigentlich weiß und kann“, „Es fällt mir schwer, Komplimente oder Lob wegen meiner Intelligenz oder meiner Leistungen entgegenzunehmen“), die auf einer 5-stufigen Likert-Skala von 1 (*überhaupt nichtzutreffend*) bis 5 (*sehr zutreffend*) bewertet werden, wobei eine höhere Punktzahl eine stärkere Ausprägung des IP bedeutet. Die interne Konsistenz des

GCIPS war mit Cronbach $\alpha = .93$ sehr zufriedenstellend (Bortz & Döring, 2006). Außerdem waren die Werte der Stichprobe auf der GCIPS-Skala normal verteilt.

Selbstobjektivierung. Zur Erfassung der Selbstobjektivierung füllen die Teilnehmer*innen die Self Objectification Beliefs and Behaviors Scale (SOBBS; Lindner & Tantleff-Dunn, 2017) aus. Diese besteht aus insgesamt 14 Items, die zwei Faktoren der Selbstobjektivierung abbilden. Die Perspektive einer beobachteten Person auf den Körper (z. B. "Ich denke oft darüber nach, wie mein Körper für andere aussehen muss") und die Behandlung des Körpers als Repräsentation des eigenen Ich (z. B. "Mein Körper ist das, was mich für andere wertvoll macht") unter Verwendung einer 5-stufigen Likert-Skala, die von 1 (*stimme überhaupt nicht zu*) bis 5 (*stimme voll zu*) reicht. Mittelwerte werden für die gesamte Skala berechnet, wobei höhere Werte eine stärkere Selbstobjektivierung anzeigen. Das Cronbachs Alpha liegt bei $\alpha = .91$ und gelten damit als zufriedenstellend (Bortz & Döring, 2006).

Die Self Objectification Beliefs and Behaviors Scale (SOBBS; Lindner & Tantleff-Dunn, 2017) mussten für die Anwendung in der gewählten Stichprobe zuerst ins Deutsche übersetzt werden. Es wurde darauf geachtet, dass die deutschen Items den ursprünglichen Sinn angemessen wiedergeben. Die vorläufige deutsche Version wurde wiederum von einer weiteren Person ins Englische zurückübersetzt, um sicherzustellen, dass der Inhalt konsistent geblieben ist.

Datenanalyse

Die statistische Analyse erfolgte mit der Software IBM SPSS Statistics (Version 28) sowie der PROCESS Macro (Version 4.1) von Andrew F. Hayes (Hayes, 2018). Zu Beginn wurde die interne Konsistenz der genutzten Skalen (PN-SRI/FEM+, FEM-, MAS+, MAS-, GCIPS und SOBBS) mittels Cronbach's Alpha berechnet und die korrigierte Items-Skala-Korrelation (r) für die Itemtrennschärfe herangezogen.

Zur Beschreibung der Stichprobe wurden deskriptive statistische Methoden verwendet. Angaben wurden sowohl über die gesamte Stichprobe als auch für Männer und Frauen getrennt gerechnet. Für die Berechnung der Prävalenz des Impostor-Phänomens wurden die nach Klinkhammer und Saul-Soprun (2009) empfohlenen Cutoff-Werte verwendet (geringe Impostor-Gefühle: 0-40, moderate: 41-60, häufige: 61-80 und starke: 81-100). Wegen der geringen Stichprobengröße ($n = 5$) wurden Personen, die sich nicht mit dem männlichen oder weiblichen Geschlecht identifizierten aus den geschlechtervergleichenden Analysen ausgeschlossen.

Anschließend wurde geprüft, ob die Voraussetzungen der jeweiligen statistischen Tests zufriedenstellend erfüllt waren. Zur Beantwortung der Forschungsfragen wurden die jeweiligen inferenzstatistische Analysen herangezogen. Für Forschungsfrage 1 wurde eine multivariate Varianzanalyse gerechnet. Das Geschlecht stellte dabei die unabhängige Variable dar, die Mittelwerte der Impostor-Skala und der Selbstobjektivierungs-Skala die abhängigen Variablen (AVs). Die Voraussetzung eines linearen Zusammenhangs zwischen den untersuchten Variablen wurde mittels Scatterplots überprüft, die Multikollinearität der abhängigen Variablen mittels Korrelationsanalyse. Die multivariate Normalverteilung wurde indirekt ermittelt, indem die Normalverteilung der Residuen der AVs einzeln überprüft wurden. Überdies wurden univariate und multivariate Ausreißer über Schiefe und Kurtosis sowie Boxplots überprüft sowie die Mahalanobis-Distanzen herangezogen.

Die Forschungsfrage 2 wurde mittels Pearson-Korrelation analysiert. Für die Korrelationsanalyse nach Pearson wurde die Linearität des Zusammenhangs mit Hilfe eines Streudiagramms geprüft. Die Untersuchung der Forschungsfrage 3 erfolgte mit einer multiplen linearen Regressionsanalyse. Für die multiple lineare Regressionsanalyse war es notwendig, neben der Linearität der Beziehungen die Homoskedastizität und die Normalverteilung der Residuen sicherzustellen. Auch dies wurde mit Streudiagrammen nachvollzogen. Darüber hinaus wurde darauf geachtet, dass die Prädiktoren untereinander nicht zu hoch miteinander korrelieren. Dafür wurde der Varianzinflationsfaktor VIF überprüft, der für alle Prädiktoren nahe Eins sein sollte. Ausreißer wurden durch fallweise Diagnose und Ausreißer-Statistik mittels Cook-Distanzen und zentralem Hebelwert ermittelt.

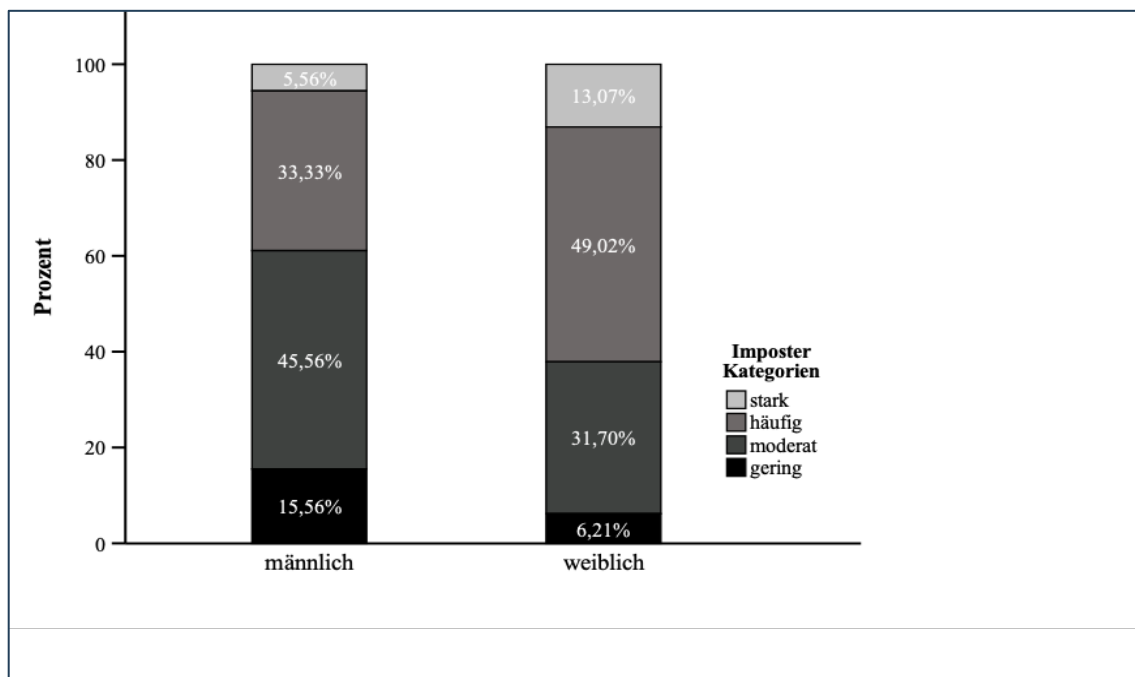
Die Mediationsanalyse zur Beantwortung von Forschungsfrage 4 erfolgte über die PROCESS Macro (Version 4.1) von Andrew F. Hayes (Hayes, 2018). Die Impostor-Skala wurde als abhängige, die jeweilige Skala der Genderrollenorientierung als unabhängige, die Selbstobjektivierungs-Skala als mediierende Variable und alle übrigen Skalen der Genderrollenorientierung als Kovariaten eingefügt. Aufgrund der Robustheit des Verfahrens wurden keine weiteren Voraussetzungen geprüft (Hayes, 2018). Für die Prüfung wurden 5.000 Bootstrap-Stichproben verwendet. Das in dieser Studie verwendete Signifikanzniveau lag bei $\alpha = .05$. Wenn das Konfidenzintervall Null nicht einschloss und/oder der p-Wert $< .05$ ergab, wurden die Effekte als signifikant interpretiert. Alle signifikanten Ergebnisse wurden mit den entsprechenden Effektgrößen, wie r , R^2 , β , angegeben.

Ergebnisse

Nach den von Klinkhammer und Saul-Soprun (2009) empfohlenen Cutoff-Werten erlebten 8.2 % der Teilnehmenden geringe, 34.7 % moderate, 45.6 % häufige und 11.5 % starke Impostor-Gefühle. Die Gesamtsumme der Intensität der erlebten Impostor-Gefühle betrug 62.45 ($SD = 15.24$), der Gesamtmittelwert lag bei 2.12 ($SD = 0.76$). Die prozentuale Verteilung der Impostor-Gefühle der männlichen und weiblichen Teilnehmenden ist der Abbildung 1 zu entnehmen. Die Mittelwerte und Standardabweichungen der untersuchten Variablen und die Korrelationskoeffizienten sind in Tabelle 1 aufgeführt.

Abbildung 1

Impostor-Gefühle der männlichen und weiblichen Teilnehmenden



Anmerkung. $N = 401$, $n_{\text{weiblich}}=306$, $n_{\text{männlich}}=90$, die Impostor-Werte wurden eingeteilt in gering (0-40), moderat (41-60), häufig (61-80) und stark (81-100).

Tabelle 1

Mittelwerte, Standardabweichungen der untersuchten Variablen sowie bivariate Korrelationen

Variable	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5	6
1. Impostor-Phänomen	2.12	0.76	-					
2. Selbstobjektivierung	1.42	0.75	.38***	-				
3. Positive Feminität	3.58	0.87	.15***	.12*	-			
4. Negative Feminität	2.42	0.95	.62***	.33***	.18**	-		
5. Positive Maskulinität	3.35	0.81	-.28***	-.15***	-.22***	-.37***	-	
6. Negative Maskulinität	1.10	0.77	.04	.16***	-.30***	.13*	.04	-

Anmerkung. $N = 401$, die Werte der Genderrollenorientierung reichen von 0 bis 5, die Werte der Selbstobjektivierung und des Impostor-Phänomens reichen von 0 bis 4, wobei höhere Werte eine erhöhte Selbstzuschreibung sowie Ausprägung aufzeigen, * $p < .05$, *** $p < .001$.

Fragestellung 1: Inwiefern unterscheiden sich Männer und Frauen im Impostor-Phänomen und in der Selbstobjektivierung?

Zur Prüfung der Unterschiedshypothesen zwischen Männern und Frauen in Bezug auf das Impostor-Phänomen und der Tendenz zur Selbstobjektivierung wurde eine multivariate Varianzanalyse (MANOVA) gerechnet. Es wurde angenommen, dass Frauen stärker vom Impostor-Phänomen betroffen sind als Männer (H1a) und Frauen eine höhere Selbstobjektivierung aufweisen als Männer (H1b). Die jeweiligen Vorraussetzungen für die Analyse waren gegeben. Sowohl der Levene's Test als auch der Box-M-Test waren nicht signifikant. Unter Verwendung der Wilks-Statistik ergab sich ein signifikanter Effekt des Geschlechts auf die Ausprägung der Impostor-Gefühle und der Selbstobjektivierung $\Lambda = 0.94$, $F(2, 393) = 12.54$, $p < .001$. Separate univariate Tests für die Ergebnisvariablen ergaben jedoch, dass Geschlecht lediglich einen signifikanten Effekt auf das Impostor-Phänomen $F(1, 394) = 24.15$, $p < .001$ und nicht auf die Selbstobjektivierung hat $F(1, 394) = 0.80$, $p = .372$. Paarweise Vergleiche zeigten, dass Frauen ($M = 2.22$, $SD = 0.04$) signifikant höhere Werte in der Impostor-Skala aufwiesen als Männer ($M = 1.78$, $SD = 0.08$), $p < .001$, $R^2 = 0.06$.

Frauen sind stärker vom Impostor-Phänomen betroffen als Männer, jedoch besteht kein Unterschied zwischen Männern und Frauen in der Selbstobjektivierung.

Fragestellung 2: Inwiefern hängt Selbstobjektivierung mit dem Impostor-Phänomen zusammen?

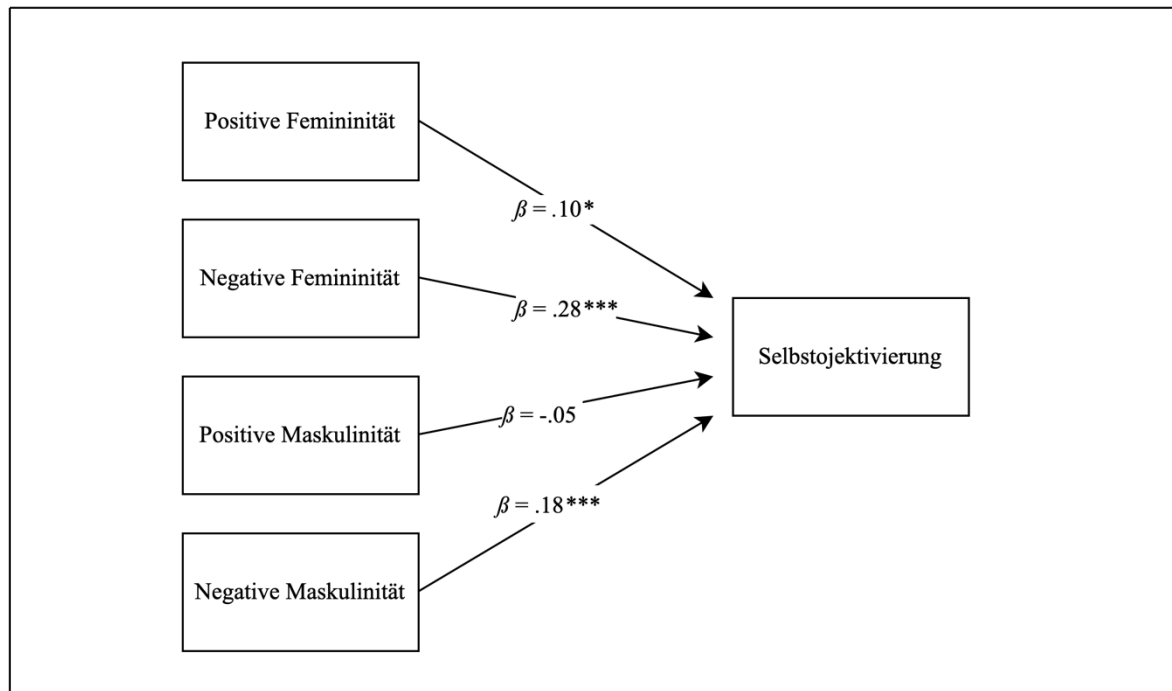
Die Zusammenhangshypothese wurde mittel Pearson-Produkt-Moment-Korrelation überprüft. Es wurde ein positiver Zusammenhang zwischen Selbstobjektivierung und dem Impostor-Phänomen vorgeschlagen (H2). Es zeigte sich, dass Selbstobjektivierung signifikant positiv mit dem Impostor-Phänomen korreliert, $r = .38$, $p < .001$ (siehe Tabelle 1). Personen mit einer erhöhten Tendenz zur Selbstobjektivierung wiesen auch mehr Impostor-Gefühle auf. Die Effektstärke entspricht nach Cohen (1988) einem mittleren Effekt.

Fragestellung 3: Inwiefern lässt sich die Tendenz zur Selbstobjektivierung durch die positiven und negativen Facetten der Genderrollenorientierung vorhersagen?

Gerechnet wurde eine multiple lineare Regressionsanalyse, um die Tendenz zur Selbstobjektivierung durch die positiven und negativen Facetten der Genderrollenorientierung vorherzusagen. Es wurde angenommen, dass eine feminine Genderrollenorientierung — sowohl positiv als auch negativ — positiv zur Selbstobjektivierung beiträgt (H3a). Für die positive maskuline Genderrollenorientierung wurde ein negativer Beitrag zur Selbstobjektivierung vermutet (H3b). Fast alle Voraussetzungen waren gegeben, es wurden jedoch zwei Ausreißer für die Analyse entfernt, bei denen der zentrale Hebelwert nach Andy Field (2018) zu hoch ausfiel. Es wurde eine signifikante Regression gefunden $F(4, 394) = 16.73$, $p < .001$. Das vollständige Modell umfasste vier Prädiktoren und erklärt 13.7 % der Varianz der Selbstobjektivierung ($R^2 = .14$). Drei Prädiktoren waren signifikant positive Prädiktoren für das Impostor-Phänomen (siehe Abbildung 2).

Abbildung 2

Modell der multiplen linearen Regressionsanalyse zur Vorhersage der Tendenz zur Selbstobjektivierung



Anmerkung. $N= 399$, standardisierte Koeffizienten (β) für die Vorhersage von Selbstobjektivierung durch die positiven und negativen Facetten der Genderrollenorientierung, $R^2 = 0.14$, $*p < .05$, $***p < .001$.

Die Ergebnisse des Regressionsmodells weisen auf eine signifikante positive Beziehung zwischen positiver Femininität und Selbstobjektivierung hin, auf einen signifikant positiven Zusammenhang zwischen negativer Femininität sowie auf eine signifikant positive Beziehung von negativer Maskulinität und Selbstobjektivierung. Positive Maskulinität stand wider Erwarten in keinem Zusammenhang mit Selbstobjektivierung. Die genauen Ergebnisse befinden sich in Tabelle 2. Die Effektstärken können nach Cohen (1988) als klein bis mittel interpretiert werden. Eine positive und negative feminine Genderrollenorientierung sowie eine negative maskuline Genderrollenorientierung leisten einen signifikant positiven Beitrag zu Vorhersage der Tendenz zur Selbstobjektivierung. Eine positive maskuline Genderrollenorientierung trägt nicht zur Vorhersage der Tendenz zu Selbstobjektivierung bei.

Tabelle 2

Ergebnisse des Regressionsmodells: Beziehung zwischen den positiven und negativen Facetten von Femininität und Maskulinität und Selbstobjektivierung

Prädiktor	B (SE)	β	95% KI	p
Positive Femininität	0.09 (0.04)	0.11	[0.01, 0.18]	.031
Negative Femininität	0.22 (0.04)	0.28	[0.14, 0.30]	<.001
Positive Maskulinität	-0.04 (0.05)	-0.05	[-0.13, 0.06]	.464
Negative Maskulinität	0.15 (0.05)	0.18	[0.08, 0.26]	<.001

Anmerkung. N = 399, $R^2 = 0.13$, 95% KI = 95% Konfidenzintervall.

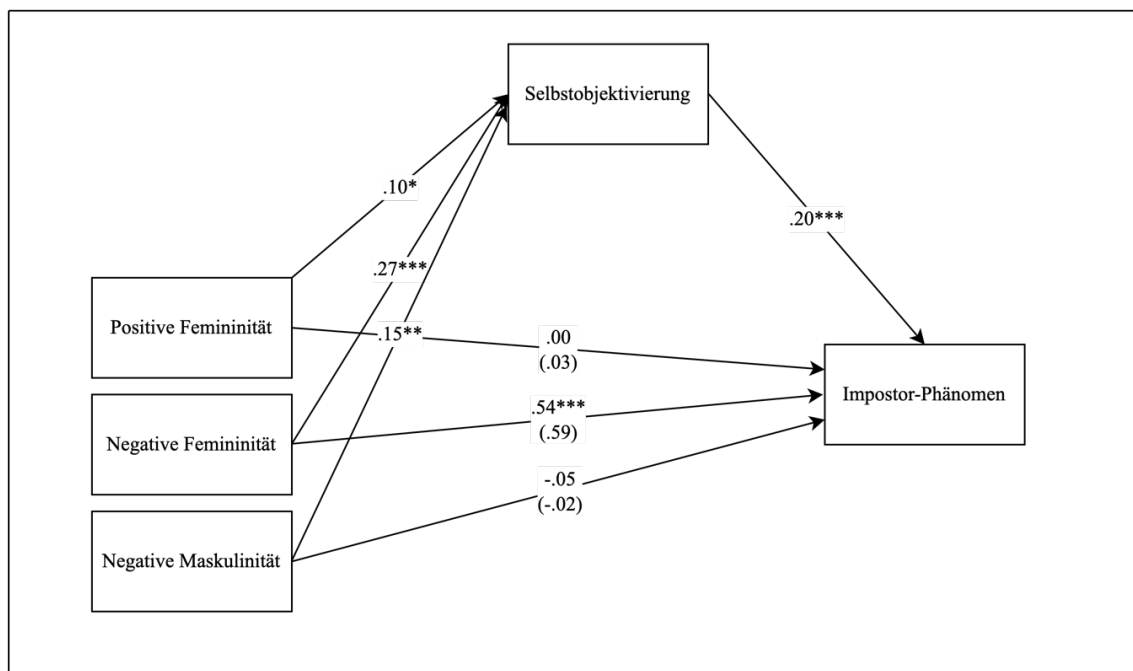
Fragestellung 4: Wird der Zusammenhang zwischen den positiven und negativen Facetten der Genderrollenorientierung und dem Impostor-Phänomen durch Selbstobjektivierung mediiert?

Es wurde eine Mediationsanalyse durchgeführt, um den mediiierenden Effekt von Selbstobjektivierung auf die Verbindung der positiven und negativen Facetten der Genderrollenorientierung und dem Impostor-Phänomen (H4) zu ermitteln. Mediationsanalysen wurden für positive und negative Femininität und negative Maskulinität gerechnet. Positive Maskulinität wurde in der Analyse nicht berücksichtigt, da die vorherige Regressionsanalyse keinen Zusammenhang mit Selbstobjektivierung ergab. Eine Zusammenfassung der genauen Ergebnisse aller gerechneten Mediationsmodelle befindet sich in Tabelle 3. Das Mediationsmodell zeigte lediglich einen signifikant positiven Zusammenhang von negativer Femininität und dem Impostor-Phänomen (siehe Abbildung 3). Alle weiteren Facetten der Genderrollenorientierung standen in keiner signifikanten Beziehung zum Impostor-Phänomen. Wie zuvor analysiert, zeigen die Ergebnisse einen signifikant positiven Zusammenhang zwischen Selbstobjektivierung und dem Impostor-Phänomen. Es wurde ein signifikanter indirekter Effekt für negative Femininität auf das Impostor-Phänomen über die Selbstobjektivierung gefunden, während alle anderen Effekte statistisch kontrolliert wurden. Der direkte Effekt von negativer Femininität auf das Impostor-Phänomen bei gleichzeitiger Kontrolle des indirekten Effekts war statistisch signifikant, was auf einen partiellen Mediationseffekt hinweist. Nur ein Teil des positiven Zusammenhangs zwischen negativer Femininität und dem Impostor-Phänomen konnte durch die

Selbstobjektivierung erklärt werden. Erhöhte negative Feminität kann dem Modell zu Folge zu höherer Selbstobjektivierung führen, die wiederum zu höheren Impostor-Gefühlen führen kann.

Abbildung 3

Mediationsmodell über die Beziehung zwischen positiven und negativen Facetten von Feminität und der negativen Facette von Maskulinität und Impostor-Gefühlen, vermittelt durch Selbstobjektivierung



Anmerkung. $N = 401$, Zahlen sind standardisierte Pfadkoeffizienten (β), * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, Wert in Klammern = totaler Effekt c , Bootstrapping 5000.

Der Zusammenhang zwischen negativer Maskulinität und dem Impostor-Phänomen war statistisch nicht signifikant (siehe Abbildung 3). Gemäß MacKinnon et al. (2000) ist es nicht erforderlich einen totalen Effekt nachzuweisen, um eine Mediationsanalyse rechnen zu können. Sie beschreiben die Situationen von Supressoreffekten bei denen der direkte Effekt nach Hinzunahme von Mediatoren sichtbar wird. Eine ähnliche Situation kann in folgender Analyse gefunden werden: der direkte Effekt (-0.05) ist zahlenmäßig mehr als doppelt so groß wie der totale Effekt (-0.02), wobei auch der direkte Effekt nicht statistisch signifikant ist. Es gab jedoch einen signifikanten indirekten Effekt für negative Maskulinität auf das Impostor-Phänomen über die Selbstobjektivierung. Dem Modell entsprechend führt höhere negative Maskulinität zu mehr Selbstobjektivierung, die wiederum mit höheren Impostor-Gefühlen einhergeht (siehe Tabelle 3). Für positive Feminität wurde kein signifikanter indirekter Effekt

auf das Impostor-Phänomen über die Selbstobjektivierung gefunden. Das Mediationsmodell erklärte 13.2 % der Varianz der Selbstobjektivierung und 42.1 % der Varianz der Impostor-Gefühle.

Tabelle 3

Zusammengefasste Ergebnisse der einzelnen Mediationsmodelle: Beziehung zwischen positiven und negativen Facetten von Femininität und Maskulinität und dem Impostor-Phänomen vermittelt durch die Selbstobjektivierung

Unabhängige Variable	Mediator Variable	Abhängige Variable	B(SE)	95%BKI	β	p
Einzelne Komponenten des indirekten Effekts						
FEM+	SO	-	0.09(0.04)	[-0.02,0.20]	0.10	.04
FEM-	SO	-	0.22(0.04)	[0.11,0.32]	0.27	< .001
MAS-	SO	-	0.15(0.05)	[0.02,0.28]	0.15	.002
-	SO	IP	0.21(0.04)	[0.10,0.31]	0.20	< .001
Indirekter Effekt						
FEM+	SO	IP	0.02(0.01)	[-0.01,0.05]	0.02	ns.
FEM-	SO	IP	0.05(0.01)	[0.02,0.08]	0.06	< .01
MAS-	SO	IP	0.03(0.01)	[0.001,0.07]	0.03	<.01
Direkter Effekt mit kontrolliertem indirektem Effekt						
FEM+	-	IP	0.00(0.04)	[-0.10,0.10]	0.00	.91
FEM-	-	IP	0.43(0.04)	[0.34,0.52]	0.54	<.001
MAS-	-	IP	-0.05(0.04)	[-0.15,0.05]	-0.05	.19

Anmerkung. $N = 401$, $R^2_{SO} = 0.312$, $R^2_{IP} = 0.421$, FEM+ = positive Femininität, FEM- = negative Femininität, MAS- = negative Maskulinität, SO = Selbstobjektivierung, IP = Impostor-Phänomen, B = unstandardisierte Parameterschätzung, SE = Standardfehler, 95% BKI = 95% bias-korrigiertes Bootstrap-Konfidenzintervall, β = standardisierte Parameterschätzung, ns. = nicht signifikant.

Diskussion

Vorliegende Arbeit hatte zum Ziel, einen Beitrag zum Verständnis des komplexen Wirkungsgefüges des Impostor-Phänomens zu leisten, indem Selbstobjektivierung als bisher unerforschter Faktor im Zusammenspiel von Genderrollenorientierung und dem Impostor-Phänomen untersucht wurde. Alle drei Konstrukte sind das Ergebnis patriarchaler Machtstrukturen und Sozialisationserfahrungen. Vorherrschende stereotype Rollenbilder sowie die Verinnerlichung sexueller Objektivierung können sich dabei negativ auf das Selbstbild von Frauen auswirken (David & Derthick, 2013). Die Annahme, Selbstobjektivierung könne in Verbindung mit dem Impostor-Phänomen relevant sein, beruht darauf, dass sich selbst objektivierende Frauen ihre Fähigkeiten und ihren Wert auf der Grundlage gesellschaftlicher Schönheitsnormen und Stereotypen infrage stellen und in Folge in ihrer beruflichen und akademischen Karriere eingeschränkt sein können (z.B. Daniels et al., 2020). Die Ergebnisse der Studie stützen diese Annahme. Die expliziten Erkenntnisse aus den Ergebnissen der jeweiligen Forschungsfragen werden in den nachfolgenden Abschnitten erörtert.

Die erste Forschungsfrage betraf den Unterschied zwischen Männern und Frauen in ihrem Impostor-Erleben und der Tendenz zu Selbstobjektivierung. Obwohl Clance und Imes (1978) das Impostor-Phänomen als eine vorwiegend weibliche Erfahrung einführten, sind die Befunde zu geschlechtsspezifischen Unterschieden nicht ganz eindeutig (Bravata et al., 2020). Die Ergebnisse der vorliegenden Studie deuten darauf hin, dass sowohl Männer als auch Frauen Impostor-Gefühle erleben. Das Impostor-Erleben ist bei Frauen jedoch intensiver ausgeprägt, was im Einklang mit früheren Forschungsergebnissen steht (Jöstl et al., 2012, Cokley et al., 2015, Patzak et al., 2017). In der untersuchten Stichprobe wiesen 62% der Frauen häufige bis starke Impostor-Gefühle auf bei den Männern waren es im Vergleich dazu 39%. Unter Studierenden leiden folglich vor allem Frauen unter dem anhaltenden Gefühl nicht ausreichend kompetent zu sein. Wobei beachtet werden muss, dass auch männliche Studierende unter dem Impostor-Phänomen leiden.

Nach Noll und Fredrickson (1998) sind viele Frauen der Erfahrung ausgesetzt, als Sexualobjekt wahrgenommen zu werden, wobei ihr Körper betrachtet und bewertet wird. Der psychologische Prozess, durch den Frauen die Objektivierung Ihres Körpers verinnerlichen, wird als Selbstobjektivierung beschrieben (Fredrickson & Roberts, 1997). Frauen sind somit vielfach einer gesellschaftlichen Wahrnehmung ausgesetzt, die ihren Wert anhand ihres Aussehens bestimmt (Buote et al., 2011). Obwohl zahlreiche Studienergebnisse darauf hinweisen, dass vor allem Frauen unter Selbstobjektivierung und den daraus resultierenden

negativen Folgen auf ihre psychische Gesundheit leiden (z.B. Kahalon et al., 2018), konnten in der hier untersuchten Stichprobe entgegen der ursprünglichen Annahme keine Geschlechtsunterschiede in der Tendenz zur Selbstobjektivierung gefunden werden. Frauen wiesen nicht mehr Selbstobjektivierung auf als Männer.

Der nicht gefundene Geschlechterunterschied lässt sich eventuell darauf zurückführen, dass die durchschnittliche Tendenz zur Selbstobjektivierung sowohl in der weiblichen als auch in der männlichen Stichprobe gering ausgefallen ist. Hier könnten Effekte sozialer Erwünschtheit eine Rolle gespielt haben. In Bezug auf die Selbstobjektivierung könnten die Studierenden niedrige Werte angegeben haben, um sich als weniger von der Meinung anderer beeinflusst darzustellen, da dies gesellschaftlich positiver bewertet wird. Überdies ist es möglich, dass es sich bei der untersuchten Stichprobe um ein relativ aufgeklärtes Studierendensample handelt, d.h. um Personen, die eine kritische und reflektierte Haltung gegenüber gesellschaftlichen Normen und Stereotypen aufweisen.

Fredrickson und Roberts (1997) unterscheiden in ihrer Arbeit zu Objektivierungstheorie zwischen Selbstobjektivierung als Zustand [engl.: *state*] und als Eigenschaft [engl.: *trait*]. Die Selbstobjektivierung als Zustand kann als die vorübergehende Erfahrung einer Person verstanden werden, sich, ausgelöst durch Umweltreize, verstärkt mit ihrem Aussehen zu beschäftigen. Im Gegensatz dazu beschreibt die charakteristische Selbstobjektivierung eine konstante Tendenz zur Selbstobjektivierung und ihre Bedeutung für das eigene Selbstbild. Die Definition der Selbstobjektivierung von Lindner und Tantleff-Dunn (2017) - (a) Verinnerlichung der Perspektive des Beobachters auf den Körper und (b) Behandlung des Körpers, als ob er in der Lage wäre, dass Selbst zu repräsentieren - betont einen langfristigen Prozess der Internalisierung und globalen Wahrnehmungen des Selbst. In der vorliegenden Studie wurde die Selbstobjektivierung daher als Eigenschaft und nicht als Zustand untersucht. Ein Grund für einen geringen durchschnittlichen Wert der Selbstobjektivierung liegt möglicherweise am Erhebungsinstrument. Eigenschaften sind stabile, intern verursachte Konzepte, mit denen man vorhersagen kann, wie Menschen in zwischenmenschlichen Situationen aufgrund ihres vergangenen Verhaltens handeln werden. Eine Messung von Selbstobjektivierung als Zustand und kurzfristig verursachten Erfahrung würde möglicherweise zu anderen Ergebnissen führen.

Die zweite Forschungsfrage bezog sich auf den Zusammenhang von Selbstobjektivierung und dem Impostor-Phänomen. Wie erwartet, zeigte sich eine positive Verbindung von Selbstobjektivierung und dem Impostor-Phänomen. Die Ergebnisse der Studie stützen die vorangegangenen theoretischen Annahmen, dass Selbstobjektivierung mit

dem Impostor-Phänomen zusammenhängt, indem die eigenen intellektuellen Fähigkeiten unterschätzt und der Wert des eigenen Aussehens überschätzt wird. Studierende, die sich selbst objektivieren, leiden möglicherweise eher unter Impostor-Gefühlen, da sie zunehmend ihre Fähigkeiten und ihren Wert auf der Grundlage gesellschaftlicher Schönheitsnormen infrage stellen. Sie fühlen sich als Hochstapler*innen, wodurch ihre Fähigkeiten, gute Leistungen zu erbringen und erfolgreich zu sein, eingeschränkt werden (Winn & Cornelius, 2020). Der gefundene Zusammenhang deutet darauf hin, dass Selbstobjektivierung als Form der internalisierten Unterdrückung tatsächlich eine mögliche Komponente des Impostor-Phänomens darstellt.

In der dritten Fragestellung wurde analysiert, inwiefern sich die Tendenz zur Selbstobjektivierung durch die positiven und negativen Facetten der Genderrollenorientierung vorhersagen lässt. Die Objektivierungstheorie geht davon aus, dass vor allem weibliche geschlechtsspezifische Rollenvorstellungen mit Selbstobjektivierung einhergehen (Fredrickson & Roberts, 1997). In bisherigen Untersuchungen wurde noch nicht zwischen positiver und negativer Genderrollenorientierungen im Zusammenhang mit der Tendenz zur Selbstobjektivierung unterschieden. Laut Berger und Krahé (2013) besteht das Selbstbild einer Person sowohl aus positiven als auch negativen Eigenschaften. Es zeigte sich, dass sowohl positive als auch negative Feminität positiv mit Selbstobjektivierung in Verbindung stehen. Dies würde bedeuten, dass Menschen sich umso eher selbst objektivieren, je mehr sie sich mit stereotypen negativen oder positiven Merkmalen von Weiblichkeit identifizieren. Dies impliziert, dass die Selbstzuschreibung femininer Eigenschaften mit einer erhöhten Tendenz zur Selbstobjektivierung einhergeht.

Die Erkenntnisse legen nahe, dass weibliche stereotype Rollenvorstellungen dazu beitragen, dass Personen sich primär nach ihrem Aussehen oder ihrer körperlichen Attraktivität bewerten. Dabei gilt zu beachten, dass der Zusammenhang zwischen Selbstobjektivierung und negativer Femininität größer ist als derjenige mit positiver Femininität. Es kann also davon ausgegangen werden, dass vor allem sich negative feminine Eigenschaften zuschreibende Personen die Tendenz haben, sich selbst zu objektivieren. Die Ähnlichkeit zwischen den Merkmalen, die negative weibliche Genderrollenorientierung definieren (z.B. Selbstzweifel und Überempfindlichkeit, Berger & Krahé, 2013) und den Merkmalen, die bereits stark mit Selbstobjektivierung in Verbindung gebracht wurden (Kahalon et al. 2018), kann zur Erklärung der stärkeren positiven Beziehung zwischen negativer Femininität und Selbstobjektivierung herangezogen werden.

Im Hinblick auf die positive Facette der maskulinen Genderrollenorientierung konnte entgegen der Annahme kein negativer Zusammenhang mit Selbstobjektivierung gefunden werden. Die Selbstzuschreibung stereotyp positiver männlicher Genderrollen ging nicht mit einer geringeren Neigung zu Selbstobjektivierung einher. Es gibt mehrere mögliche Gründe, warum hier kein Zusammenhang gefunden wurde. Die Verbindung zwischen positiver männlicher Genderrollenorientierung und Selbstobjektivierung kann je nach den Merkmalen der untersuchten Stichprobe variieren. Es wurde nur eine geringe durchschnittliche Ausprägung von Selbstobjektivierung in der untersuchten Stichprobe gefunden. Einerseits könnte Selbstobjektivierung für die untersuchte Studierendenstichprobe generell kein relevantes Thema darstellen, da bereits eine bewusste Auseinandersetzung mit zugrundeliegenden Schönheitsidealen und sozialisierten geschlechtsspezifischen Normen stattgefunden hat, andererseits ist die Beziehung zwischen positiver männlicher Genderrollenorientierung und Selbstobjektivierung möglicherweise komplexer als eine einfache negative Korrelation. Der Zusammenhang zwischen positiver männlicher Genderrollenorientierung und Selbstobjektivierung wird möglicherweise durch andere Faktoren gemildert, wie zum Beispiel Körperzufriedenheit (z.B. Schwartz et al., 2010). Das Fehlen eines negativen Zusammenhangs zwischen positiver männlicher Genderrollenorientierung und Selbstobjektivierung könnte daher ebenso die Tatsache widerspiegeln, dass für die Selbstobjektivierung andere Faktoren stärkere Prädiktoren darstellen.

Für die Beziehung zwischen negativer Maskulinität und Selbstobjektivierung wurde keine gerichtete Hypothese angenommen, da bisher wenige theoretische Annahmen darüber bestehen. Die Ergebnisse der Untersuchung weisen jedoch einen positiven Zusammenhang von negativer Maskulinität und Selbstobjektivierung auf. Es ist daher möglich, dass Personen mit negativ maskuliner Genderrollenorientierung einen erhöhten Druck empfinden, den gesellschaftlichen Männlichkeitsnormen zu entsprechen. Muskulatur kann als Erweiterung von Männlichkeit verstanden werden woraufhin der eigene Wert möglicherweise vermehrt auf das körperliche Erscheinungsbild reduziert wird. Der gefundene Zusammenhang ergibt sich eventuell aus einem Genderrollenkonflikt, ein übertriebener Ausdruck von Männlichkeit, um die eigene geschlechtsspezifische Unzulänglichkeit zu überdecken (Davids et al., 2019). Eine Studie hat gezeigt, dass bestimmte Aspekte von stereotyper Männlichkeit, wie Leistung, Rivalität, Macht und Kontrolle, negative Auswirkungen auf die Selbstwahrnehmung haben können (Schwartz et al., 2010). Diese Eigenschaften beschreiben auch die negative Maskulinität in Berger und Krahés (2013) Messinstrument zur Erhebung der Genderrollenorientierung.

Die vierte Forschungsfrage untersuchte den vorgeschlagenen Mediationseffekt der Selbstobjektivierung in der Beziehung zwischen Genderrollenorientierung, dem Impostor-Phänomen. Es wurde davon ausgegangen, dass die Beziehung zwischen den positiven und negativen Facetten der Genderrollenorientierung und dem Impostor-Phänomen durch die Tendenz zur Selbstobjektivierung vermittelt wird. Wie erwartet zeigten die Ergebnisse einen starken positiven Zusammenhang zwischen negativer Weiblichkeit (z.B. ängstlich, desorientiert) und dem Impostor-Phänomen. Es wurde kein signifikanter Zusammenhang zwischen positiver Weiblichkeit (z.B. emotional, sensibel) und dem Impostor-Phänomen festgestellt. Dies untermauert den Widerspruch zu früheren Ergebnissen, die rein den Zusammenhang zwischen femininer Rollenvorstellung und dem Impostor-Phänomen aufzeigten (Patzak et al., 2017). Nicht übereinstimmend mit den Ergebnissen von Fassl et al. (2020) zeigte sich keine signifikante Beziehung zwischen positiver Maskulinität und dem Impostor-Erleben. Die Ergebnisse deuten daher nicht daraufhin, dass Studierende, die sich selbst positive Aspekte von Männlichkeit zuschreiben (z.B. rational, praktisch) weniger Impostor-Gefühle erleben. Überdies wurde festgestellt, dass negative Männlichkeit (z.B. arrogant, rücksichtslos) ebenfalls nicht mit dem Impostor-Phänomen verbunden ist.

Die erhobenen Daten bestärken die Annahme, dass die Erhebung von Genderrollen und vor allem die zusätzliche Unterteilung in positive und negative Facetten eine differenziertere Analyse ermöglicht. Den Studienergebnissen zufolge sind Impostor-Gefühle nicht unbedingt generell mit Weiblichkeit verbunden, sondern vielmehr mit der Tendenz, sich selbst negative weibliche Eigenschaften zuzuschreiben. Weiterhin ergab die Studie, dass Selbstobjektivierung eine vermittelnde Rolle bei der positiven Verbindung zwischen negativer femininer Genderrollenorientierung und Impostor-Phänomen spielt. Dies bedeutet, dass eine höhere Tendenz zur Selbstobjektivierung zur Erklärung beiträgt, warum sich selbst stereotyp negative weibliche Eigenschaften zuschreibende Menschen vermehrt unter Impostor-Gefühlen leiden. Personen mit verinnerlichten negativen weiblichen Genderrollen neigen vermutlich eher zu Selbstobjektivierung, da sie sich dem gesellschaftlichen Druck ausgesetzt sehen, idealisierten Normen von Schönheit und Weiblichkeit zu entsprechen. Die Selbstobjektivierung kann die Beziehung zwischen negativer weiblicher Genderrollenorientierung und dem Impostor-Phänomen medieren, indem Gefühle von Selbstzweifeln und Angst verstärkt werden, die wiederum zu mehr Impostor-Erleben beitragen.

Es wurde festgestellt, dass zwar kein direkter Zusammenhang zwischen negativer Maskulinität und dem Impostor-Phänomen besteht, Selbstobjektivierung aber diesen

Zusammenhang vermittelt. Negative maskuline Genderrollenorientierung bezieht sich auf das Ausmaß, in dem ein Individuum den als negativ gesehenen stereotyp männlichen Geschlechternormen und -erwartungen entspricht, die Machtbesessenheit, Dominanz und emotionale Zurückhaltung betonen (Berger & Krahé, 2013). Diese Normen können zwar Gefühle von Erwartungsdruck und Unsicherheit auslösen, stehen aber nicht unbedingt in direktem Zusammenhang mit dem Impostor-Phänomen. Selbstobjektivierung kann jedoch die Beziehung zwischen negativer maskuliner Genderrollenorientierung und dem Impostor-Phänomen vermitteln, aufgrund von negativen Auswirkungen auf das Selbstbild. Personen, die stereotyp negative männliche Genderrollen verinnerlicht haben, fühlen sich möglicherweise gezwungen, idealisierten Normen in Bezug auf körperliche Stärke und Attraktivität zu entsprechen, und sie empfinden Unzulänglichkeit, diesen Normen nicht gerecht zu werden (Davids et al. 2019). Dieses Empfinden könnte zu mehr Impostor-Gefühlen beitragen, da Personen ihre Erfolge eher auf externe Faktoren als auf ihre eigenen Fähigkeiten und Fertigkeiten zurückführen.

Insgesamt deuten die Ergebnisse darauf hin, dass Selbstobjektivierung eine Rolle bei der Entstehung des Impostor-Phänomens spielen könnte. Es ist jedoch zu beachten, dass die Ergebnisse nur einen geringen Effekt aufzeigen und die komplexen Beziehungen nur zu einem Bruchteil abgebildet werden konnten. Dies zeugt von einem schwachen Zusammenhang, der aber immer noch vorhanden sein kann. Andere alternative Faktoren, die nicht in der Analyse berücksichtigt wurden, können den Zusammenhang zwischen den Variablen beeinflussen. Weitere Forschungsarbeit ist erforderlich, um mögliche Zusammenhänge vollständig zu verstehen.

Implikationen für Forschung und Praxis

Die aktuelle Studie verdeutlicht, dass Impostor-Gefühle unter Universitätsstudierenden sehr verbreitet sind, was frühere Forschungsergebnisse untermauert (z.B. Jöstl et al., 2012; Patzak et al., 2017). Vergleichbar mit den Ergebnissen von Fassl et al. (2020) erlebte die Mehrheit der Studierenden häufige bis intensive Impostor-Gefühle. Aufgrund der Bewertungskultur an Universitäten sind Studierende einer ständigen Prüfungs- und Konkurrenzsituation ausgesetzt, die zu Selbstzweifeln sowie erhöhtem Impostor-Erleben führen kann (Klinkhammer & Saul-Soprun, 2009; Jöstl et al., 2012). Überdies zeigte sich eine stärkere Betroffenheit bei Frauen, was sich auf bestehende patriarchale Strukturen zurückführen lässt, innerhalb derer Leistungsfähigkeit immer noch männlich konnotiert ist und Frauen in ihrer akademischen Karriere eingeschränkt werden (z.B. Heilman, 2012).

Konstrukte, die mit Impostor-Gefühlen in Zusammenhang stehen, können daher produktive Ansatzpunkte für Interventionen bei Belastungen in einer studentischen Population, mit besonderem Fokus auf Frauen sein. Es ist dabei von Bedeutung, dass bereits in der Schule Geschlechterstereotypen abgebaut und Mädchen dazu ermutigt werden ihr volles Potenzial auch in Bereich zu entfalten, die als stereotyp männlich angesehen werden.

Der gefundene Zusammenhang zwischen Selbstobjektivierung und dem Impostor-Phänomen weist daraufhin, dass Präventionsprogramme, die auf die Förderung der Karriereentwicklung von Frauen abzielen, Faktoren wie die sexuelle Objektivierung des weiblichen Körpers und die Internalisierung berücksichtigen sollten. In diesem Zusammenhang ist es wichtig, Inhalte von Zeitschriften, Werbung und verschiedenen Social-Media-Plattformen kritisch zu hinterfragen, wenn sie die Vorstellung vermitteln, Frauen müssten den Fokus überwiegend auf ihr Aussehen legen, um in der westlichen Gesellschaft voranzukommen, anstatt auf ihre eigentlichen Fähigkeiten und Kompetenzen (Huang et al., 2021).

Die vorliegende Studie unterstreicht die Notwendigkeit einer differenzierten Betrachtung von Geschlechterunterschieden auf nicht-biologischer Ebene. Die Ergebnisse wiesen keine Geschlechtsunterschiede in Bezug auf Selbstobjektivierung auf. Allerdings konnte festgestellt werden, dass sowohl positive als auch negative feminine Genderrollenorientierung mit Selbstobjektivierung in Zusammenhang stehen. Ein positiver Zusammenhang zwischen negativer maskuliner Genderrollenorientierung und Selbstobjektivierung wurde ebenfalls gefunden. Die Differenzierung ließ erkennen, dass vor allem die negativ konnotierten sowohl weiblichen als auch männlichen stereotypen Rollenbilder mit mehr Selbstobjektivierung in Verbindung stehen. Dies deutet darauf hin, dass auch Personen mit negativer männlicher Genderrollenorientierung unter dem Druck stehen können, einem idealisierten Männlichkeitsbild zu entsprechen, und sich selbst auf diese äußerlichen Merkmale reduzieren. Diese Erkenntnis sollte in zukünftigen Forschungsarbeiten zu Selbstobjektivierung mehr Berücksichtigung finden.

Es ist von Relevanz, zu beachten, dass in Bezug auf das Impostor-Phänomen ausschließlich eine negative feminine Genderrollenorientierung eine Verbindung zu diesem Phänomen aufwies, und dass die Selbstobjektivierung diesen Zusammenhang vermittelte. Dieser Zusammenhang beinhaltet wichtige Implikationen für das Verständnis und die Behandlung des Impostor-Phänomens. Insbesondere ist es von Bedeutung, Maßnahmen zu ergreifen, um negative verinnerlichte Vorstellungen über Weiblichkeit und das Frausein sowie damit einhergehenden Erwartungen, Ängste und Selbstzweifel anzugehen. Insbesondere

können Menschen, die eine solche negative feminine Rollenvorstellung aufweisen und zu mehr Selbstobjektivierung tendieren, ein negatives Selbstbild entwickeln, das von Zweifeln an ihrer eigenen Kompetenz und Fähigkeiten geprägt ist.

Patzak et al. (2017) fanden in ihrer Studie heraus, dass ein höheres Maß an Impostor-Gefühlen mit weniger Selbstmitgefühl einherging. Um Gefühle der eignen Unzulänglichkeit und den Fokus auf das eigene Aussehen zu verringern, könnten Interventionen zur Förderung des Selbstmitgefühls wirksam sein. In Bezug darauf wäre ein weiterer Forschungsansatz, Androgynität in Zusammenhang mit Selbstobjektivierung und dem Impostor-Phänomen, zu untersuchen. Androgynität gilt als Resilienzfaktor gegen das Impostor-Phänomen (Patzak et al., 2017). Im Gegensatz zu Personen, die sich entweder an stereotyp weiblichen oder männlichen Merkmalen orientieren, verarbeiten androgyne Personen Informationen über die soziale Welt nicht geschlechtsspezifisch (Bem, 1984). Androgyne Personen verspüren weniger inneren Druck, geschlechtsspezifischen Erwartungen zu entsprechen. Somit leiden sie vielleicht weniger unter einer internalisierten Beobachtungsperspektive auf ihr Aussehen und verspüren weniger Impostor-Gefühle (z.B. Patzak et al., 2017). Als weiterer möglicher Resilienzfaktor könnte eine feministische Identität in Zusammenhang mit den drei Konstrukten untersucht werden. Da Feminist*innen soziale Normen in Bezug auf Schlankheit, Aussehen und Genderrollen vermehrt ablehnen, könnte die Annahme einer feministischen sozialen Identität einen protektiven Faktor gegenüber den negativen Auswirkungen von gesellschaftlichen Schönheitsidealen, Genderrollen und dem Impostor-Phänomen bieten, da misogynen Ansichten möglicherweise weniger häufig internalisiert werden (McCullough et al., 2020).

Schließlich sollte in zukünftiger Forschung Intersektionalität mehr Berücksichtigung finden. Die Theorie wurde erstmals von Kimberle Crenshaw 1989 eingeführt und besagt, dass Personen, die mehrere unterdrückte Identitäten aufweisen, aufgrund der Überschneidungen besondere Formen der Diskriminierung erleben können. Intersektionale Ansätze sind wichtig bei der Untersuchung von Selbstobjektivierung und dem Impostor-Phänomen, weil anerkannt wird, dass Menschen teilweise mehreren Benachteiligungsdimensionen unterliegen (wie Geschlecht, ethnische Zugehörigkeit, Sexualität, Fähigkeiten usw.), die auf komplexe Weise interagieren. Menschen mit Unterdrückungsidentitäten können Selbstobjektivierung und das Impostor-Phänomen daher in unterschiedlicher Weise erleben.

So hat die Forschung beispielsweise gezeigt, dass schwarze Frauen Selbstobjektivierung anders erleben als *weiße* Frauen, da ihre Erfahrungen sowohl von geschlechtsspezifischen als auch von rassistischen Stereotypen und Erwartungen beeinflusst

werden können (Moradi & Huang, 2008). Eine aktuelle Studie zeigte, dass das Impostor-Phänomen größere Auswirkungen auf Menschen haben kann, die mehreren marginalisierten Identitäten angehören. Untersucht wurden der Effekt wahrgenommener rassistischer Diskriminierung und des Impostor-Phänomens auf die psychische Gesundheit schwarzer Studierender an einer überwiegend weißen Einrichtung. Die Ergebnisse wiesen auf, dass schwarze Frauen mehr wahrgenommene rassistische Diskriminierung erlebten als schwarze Männer, und dass schwarze Frauen auch eher als schwarze Männer von Impostor-Gefühlen berichteten (Bernard et al., 2017).

Durch die Berücksichtigung der Intersektionalität kann ein differenzierteres Verständnis dafür gewonnen werden, wie Selbstobjektivierung, sozialisierte Genderrollen und das Impostor-Phänomen bei verschiedenen Personengruppen zusammenwirken. Es können daraufhin wirksamere Interventionen und Strategien entwickelt werden, die auf die spezifischen Bedürfnisse und Erfahrungen verschiedener Gruppen zugeschnitten sind. Ohne die Berücksichtigung der Intersektionalität laufen Forscher*innen Gefahr, ihre Ergebnisse stark zu vereinfachen und zu verallgemeinern, was zu unwirksamen oder schädlichen Interventionen führen kann, die nicht auf die einzigartigen Erfahrungen und Bedürfnisse verschiedener Gruppen eingehen.

Limitationen

Die vorliegende Studie weist einige Limitationen auf. Eine zu berücksichtigende Einschränkung ist die ungleiche Verteilung von Frauen und Männern in der Stichprobe. Es nahmen fast dreimal so viele Frauen wie Männer an der Studie teil. Die Gruppe der Männer war demnach deutlich unterrepräsentiert und ihre Einstellungen und Verhaltensweisen konnten in der Analyse nicht angemessen abgebildet werden.

Ebenso ist ein Selection bias anzunehmen. In der untersuchten Stichprobe wurden die Teilnehmenden nicht zufällig ausgewählt, sondern nach bestimmten Merkmalen (z.B. Studierende). Überdies ist es möglich, dass die Stichprobe durch die freiwillige Teilnahmebereitschaft bereits spezifische Merkmale (z.B. Hilfsbereitschaft) aufwies, was eine Verzerrung der Ergebnisse zu Folge gehabt haben kann. Damit zusammenhängend ist zu evaluieren, warum Menschen an Studien teilnehmen oder eben nicht, wie es zu den ungleichen Geschlechterverteilungen in Stichproben kommt und wie man dem entgegenwirken kann. Damit zusammenhängend ist zu beachten, dass die Stichprobe rein aus Bachelor- und Masterstudierenden bestand. Universitätsstudierende stellen eine intensiv

untersuchte Stichprobe dar. Zukünftig wäre es daher relevant Stichproben zu untersuchen, die beispielsweise nur aus Berufstätigen bestehen.

Das Impostor-Phänomen, die Genderrollenorientierung sowie die Selbstobjektivierung wurde jeweils nur subjektiv anhand von Selbsteinschätzungsfragebögen, bewertet, was zu systematischen Verzerrungen durch beispielsweise soziale Erwünschtheit geführt haben kann. Überdies gab es keinen objektiven Leistungsindikator, wie beispielsweise den Notendurchschnitt. Es können daher keine differenzierten Aussagen darüber getroffen werden, ob es sich um objektiv leistungsstarke Personen handelte, die unter dem Impostor-Phänomen leiden, oder ob Personen im universitären Kontext tatsächlich fehl am Platz sind.

Da es sich um eine Korrelationsstudie handelt, konnten aus den gesammelten Daten ausschließlich Zusammenhänge zwischen den untersuchten Konstrukten abgeleitet werden. Es konnten jedoch keine kausalen Zusammenhänge hergestellt werden. Da es andere Faktoren geben könnte, die den gefundenen Zusammenhang erklären, wären Längsschnittsdesigns oder experimentelle Manipulationen notwendig gewesen, um die kausale Richtung der untersuchten Beziehungen eindeutiger zu beschreiben.

In der vorliegenden Arbeit wurde kein intersektionaler Ansatz verfolgt. Leider machte die geringe Teilnahme von Personen, die sich nicht mit dem männlichen oder weiblichen Geschlecht identifizieren, eine Erhebung außerhalb der Zweigeschlechtlichkeit unmöglich. Weiterhin wurde keine ethnische Zugehörigkeit oder sexuelle Orientierung erhoben, weshalb die Ergebnisse lediglich ein vereinfachtes Bild darstellen. Zuletzt wurde aufgrund der Unterteilung in positive und negative Weiblichkeit sowie Männlichkeit eine Geschlechterbinarität reproduziert, welche kritisch zu betrachten ist. Generell sollte sich die Frage gestellt werden, wie Geschlecht in Studien erfasst wird und welchem Zweck diese Kategorisierung dient.

Fazit und Ausblick

Diese Arbeit macht deutlich, dass es wichtig ist, die Zusammenhänge zwischen Selbstobjektivierung, Genderrollenorientierung und dem Impostor-Phänomen weiter zu verfolgen, weil diese Faktoren einen erheblichen Einfluss auf das psychische Wohlbefinden und das Verhalten von Menschen haben können.

In der Psychologie werden Probleme und Unzufriedenheit häufig innerhalb des Individuums gesucht (David, 2013). Um jedoch noch einmal auf das zu Anfang genannte Zitat „Das Persönliche ist politisch“ zurückzukommen, sollten wir die Rolle von Unterdrückung und anderen gesellschaftlichen Faktoren anerkennen und die Suche nach

Lösungen auch auf historische und gesellschaftspolitische Faktoren ausweiten und nicht nur auf das Individuum beschränken. Negative Botschaften über Weiblichkeit und sexuelle Objektivierung können internalisiert werden und zu einem hohen Leidensdruck sowie zu Entwicklung des Impostor-Phänomens beitragen. Dieser Zusammenhang zwischen sozialen und politischen Faktoren einerseits und individuellen Erfahrungen andererseits betont die Bedeutung der ganzheitlichen Betrachtung der psychischen Gesundheit vor allem für weiblich sozialisierte Personen und die Notwendigkeit, sozialen und politischen Wandel anzustreben, um gesündere Lebensbedingungen für alle zu schaffen.

Literaturverzeichnis

- American Psychological Association. (2007). *Report of the APA Task Force on the sexualization of girls*. Washington, DC: Author. Retrieved from http://www.apa.org/pi/wpo/sexualization_report_summary.pdf
- Bearman, S., & Amrhein, M. (2013). Girls, Women, and Internalized Sexism. In E. J. R. David (Hrsg.), *Internalized Oppression* (1. Aufl.). Springer Publishing Company. <https://doi.org/10.1891/9780826199263.0008>
- Bem, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(2), 155–162. <https://doi.org/10.1037/h0036215>
- Bem, S. L. (1983). Gender Schema Theory and Its Implications for Child Development: Raising Gender-Aschematic Children in a Gender-Schematic Society. *Signs: Journal of Women in Culture and Society*, 8(4), 598–616. <https://doi.org/10.1086/493998>
- Berger, A., & Krahé, B. (2013). Negative attributes are gendered too: Conceptualizing and measuring positive and negative facets of sex-role identity: Positive and negative facets of sex-role identity. *European Journal of Social Psychology*, 43, 516–531. <https://doi.org/10.1002/ejsp.1970>
- Bernard, N. S., Dollinger, S. J., & Ramaniah, N. V. (2002). Applying the Big Five Personality Factors to the Impostor Phenomenon. *Journal of Personality Assessment*, 78(2), 321–333. https://doi.org/10.1207/S15327752JPA7802_07
- Bernard, D. L., Lige, Q. M., Willis, H. A., Sosoo, E. E. & Neblett, E. W. (2017). Impostor phenomenon and mental health: The influence of racial discrimination and gender. *Journal of Counseling Psychology*, 64, 155–166. <https://doi.org/10.1037/cou0000197>
- Bian, L., Leslie, S.-J., & Cimpian, A. (2017). Gender stereotypes about intellectual ability emerge early and influence children's interests. *Science*, 355(6323), 389–391. <https://doi.org/10.1126/science.aah6524>

- Bortz, J. & Döring, N. (2006). *Forschungsmethoden und Evaluation für Human- und Sozialwissenschaftler* (4. Aufl.). Berlin: Springer.
- Bravata, D. M., Watts, S. A., Keefer, A. L., Madhusudhan, D. K., Taylor, K. T., Clark, D. M., Nelson, R. S., Cokley, K. O., & Hagg, H. K. (2020). Prevalence, Predictors, and Treatment of Impostor Syndrome: A Systematic Review. *Journal of General Internal Medicine*, 35(4), 1252–1275. <https://doi.org/10.1007/s11606-019-05364-1>
- Buote, V. M., Wilson, A. E., Strahan, E. J., Gazzola, S. B., & Papps, F. (2011). Setting the bar: Divergent sociocultural norms for women's and men's ideal appearance in realworld contexts. *Body Image*, 8(4), 322–334. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2011.06.002>
- Cafri, G., Strauss, J., & Thompson, J. K. (2002). Male Body Image: Satisfaction and Its Relationship to Well-Being Using the Somatomorphic Matrix. *International Journal of Men's Health*, 1(2), 215–231. [DOI:10.3149/jmh.0102.215](https://doi.org/10.3149/jmh.0102.215)
- Calogero, R. M., Boroughs, M., & Thompson, J. K. (2007). The impact of Western beauty ideals on the lives of women and men: A sociocultural perspective. In V. Swami & A. Furnham (Eds.), *Body beautiful: Evolutionary and sociocultural perspectives* (pp. 259–298). New York, NY: Palgrave Macmillan.
- Calogero, R. M., Tantleff-Dunn, S., & Thompson, J. K. (Eds.). (2011). Future directions for research and practice. In R. M. Calogero, S. Tantleff-Dunn, & J. K. Thompson (Eds.), *Self-objectification in women: Causes, consequences, and counteractions* (pp. 217–237). American Psychological Association. <https://doi-org.uaccess.univie.ac.at/10.1037/12304-010>
- Calogero, R. M. (2013). Objects Don't Object: Evidence That Self-Objectification Disrupts Women's Social Activism. *Psychological Science*, 24(3), 312–318. <https://doi.org/10.1177/0956797612452574>
- Calogero, R. M., & Jost, J. T. (2011). Self-subjugation among women: Exposure to sexist

ideology, self-objectification, and the protective function of the need to avoid closure.

Journal of Personality and Social Psychology, 100(2), 211–228.

<https://doi.org/10.1037/a0021864>

Calogero, R. M. (2011). “Operationalizing self-objectification: assessment and related methodological issues,” In *Self-Objectification in Women: Causes, Consequences, and Counteractions*, eds R. M. Calogero, S. Tantleff-Dunn, and J. K. Thompson Washington, DC: American Psychological Association, 23–49. [doi: 10.1037/12304-002](https://doi.org/10.1037/12304-002)

Capodilupo, C. M., Nadal, K. L., Corman, L., Hamit, S., Lyons, O. B., & Weinberg, A. (2010). The manifestation of gender microaggressions. In D. W. Sue (Ed.), *Microaggressions and marginality: Manifestation, dynamics, and impact* (pp. 193–216). John Wiley & Sons Inc. <https://doi.org/10.1037/e615822009-001>

Chakraverty, D. (2019). Impostor phenomenon in STEM: Occurrence, attribution, and identity. *Studies in Graduate and Postdoctoral Education*, 10(1), 2–20. <https://doi.org/10.1108/SGPE-D-18-00014>

Chakraverty, D. (2021). Impostor phenomenon among engineering education researchers: An exploratory study. *International Journal of Doctoral Studies*, 16, 757–776. <https://doi.org/10.28945/4883>

Choma, B. L., Visser, B. A., Pozzebon, J. A., Bogaert, A. F., Busseri, M. A., & Sadava, S. W. (2010). Self-Objectification, Self-Esteem, and Gender: Testing a Moderated Mediation Model. *Sex Roles*, 63(9–10), 645–656. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9829-8>

Clance, P. R., Dingman, D., Reviere, S. L., and Stober, D. R. (1995). Impostor phenomenon in an interpersonal/social context: origins and treatment. *Women & Therapy*, 16, 79–96. [doi: 10.1300/J015v16n04_07](https://doi.org/10.1300/J015v16n04_07)

Clance, P. R., and Imes, S. A. (1978). The impostor phenomenon in high achieving women: dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy Theory Research &*

- Practice*, 15, 241–247. doi: 10.1037/h0086006
- Clance, P. R., & OToole, M. A. (1988). The Imposter Phenomenon: An Internal Barrier to Empowerment and Achievement. *Women & Therapy*, 6(3), 51–64.
https://doi.org/10.1300/J015V06N03_05
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2. Ausg.). Hillsdale, N.J.: L. Erlbaum Associates.
- Cokley, K., Awad, G., Smith, L., Jackson, S., Awosogba, O., Hurst, A., Stone, S., Blondeau, L., & Roberts, D. (2015). The Roles of Gender Stigma Consciousness, Impostor Phenomenon and Academic Self-Concept in the Academic Outcomes of Women and Men. *Sex Roles*, 73(9–10), 414–426. <https://doi.org/10.1007/s11199-015-0516-7>
- Cokley, K., McClain, S., Enciso, A., & Martinez, M. (2013). An Examination of the Impact of Minority Status Stress and Impostor Feelings on the Mental Health of Diverse Ethnic Minority College Students. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 41(2), 82–95. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1912.2013.00029.x>
- Cowman, S. E., & Ferrari, J. R. (2002). “Am I for real?” Predicting impostor tendencies from self-handicapping and affective components. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 30(2), 119–125.
<https://doi.org/10.2224/sbp.2002.30.2.119>
- Crenshaw, K. (1989). *Demarginalizing the intersection of race and sex: A Black feminist critique of antidiscrimination doctrine, feminist theory, and antiracist politics*. Chicago, IL: University of Chicago Legal Forum.
- Daniels, E. A., Zurbriggen, E. L., & Monique Ward, L. (2020). Becoming an object: A review of self-objectification in girls. *Body Image*, 33, 278–299.
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.02.016>
- David, E. J. R. (Ed.). (2013). *Internalized oppression: The psychology of marginalized groups*. Springer Publishing Company. <https://doi.org/10.1891/9780826199263>

- David, E. J. R., & Derthick, A. O. (2013). What Is Internalized Oppression, and So What? In E. J. R. David (Hrsg.), *Internalized Oppression* (1. Aufl.). Springer Publishing Company. <https://doi.org/10.1891/9780826199263.0001>
- Davies, P. G., Spencer, S. J., Quinn, D. M., & Gerhardstein, R. (2002). Consuming Images: How Television Commercials that Elicit Stereotype Threat Can Restrain Women Academically and Professionally. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(12), 1615–1628. <https://doi.org/10.1177/014616702237644>
- Davids, C. M., Watson, L. B., & Gere, M. P. (2019). Objectification, Masculinity, and Muscularity: A Test of Objectification Theory with Heterosexual Men. *Sex Roles*, 80(7–8), 443–457. <https://doi.org/10.1007/s11199-018-0940-6>
- Enns, C. Z. (2004). *Feminist theories and feminist psychotherapies: Origins, themes, and Diversity* (2nd ed.). New York: Haworth.
- Espinosa, L. (2011). Pipelines and pathways: Women of color in undergraduate STEM majors and the college experiences that contribute to persistence. *Harvard Educational Review*, 81(2), 209–241. <https://doi.org/10.17763/haer.81.2.92315ww157656k3u>
- Fassl, F., Yanagida, T., & Kollmayer, M. (2020). Impostors Dare to Compare: Associations Between the Impostor Phenomenon, Gender Typing, and Social Comparison Orientation in University Students. *Frontiers in Psychology*, 11, 1225. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01225>
- Festinger, L. (1978). The theory of cognitive dissonance: A current perspective. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 11, pp. 1-34). Academic Press.
- Field, A. (2018). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics* (5. Aufl.). SAGE Publications Ltd.
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T.-A. (1997). Objectification Theory: Toward Understanding Women's Lived Experiences and Mental Health Risks. *Psychology of Women*

- Quarterly*, 21(2), 173–206. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>
- Fredrickson, B. L., Roberts, T. A., Noll, S. M., Quinn, D. M., & Twenge, J. M. (1998). That swimsuit becomes you: Sex differences in self-objectification, restrained eating, and math performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 269–284. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.1.269>
- Gapinski, K. D., Brownell, K. D., & LaFrance, M. (2013). Body Objectification and “Fat Talk”: Effects on Emotion, Motivation, and Cognitive Performance. *Sex Roles*, 48, 377–388 (2003). <https://doi-org.uaccess.univie.ac.at/10.1023/A:1023516209973>
- Gervais, S. J., Holland, A. M., & Dodd, M. D. (2013). My eyes are up here: The nature of the objectifying gaze toward women. *Sex Roles: A Journal of Research*, 69(11–12), 557–570. <https://doi-org.uaccess.univie.ac.at/10.1007/s11199-013-0316-x>
- Hanisch, C. (1970). The Personal is Political. In Firestone, S. & Koedt, A. (Eds.), *Notes from the Second Year: Women’s Liberation* (pp. 76–78). New York: Radical Feminism
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis, Second Edition (Methodology in the Social Sciences)* (2nd ed.). Guilford Press
- Heflick, N. A., Goldenberg, J. L., Cooper, D. P., & Puvia, E. (2011). From women to objects: Appearance focus, target gender, and perceptions of warmth, morality and competence. *Journal of Experimental Social Psychology*, 47(3), 572–581. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2010.12.020>
- Heilman, M. E. (2012). Gender stereotypes and workplace bias. *Research in Organizational Behavior*, 32, 113–135. <https://doi.org/10.1016/j.riob.2012.11.003>
- Holman, M. R., & Schneider, M. C. (2018). Gender, race, and political ambition: How intersectionality and frames influence interest in political office. *Politics, Groups, and Identities*, 6(2), 264–280. <https://doi-org.uaccess.univie.ac.at/10.1080/21565503.2016.1208105>
- Huang, Q., Teng, F., & Yang, W. (2021). Awareness of societal emphasis on appearance

decreases women's (but not men's) career aspiration: A serial mediation model.

Scandinavian Journal of Psychology, 62(4), 564–573.

<https://doi.org/10.1111/sjop.12740>

Jost, J. T., & Banaji, M. R. (1994). The role of stereotyping in system-justification and the production of false consciousness. *British Journal of Social Psychology*, 33, 1–27.

<https://doi.org/10.1111/j.2044-8309.1994.tb01008.x>

Jöstl, G., Bergsmann, E., Lüftenegger, M., Schober, B., & Spiel, C. (2012). When Will They Blow My Cover?: The Impostor Phenomenon Among Austrian Doctoral Students.

Zeitschrift Für Psychologie, 220(2), 109–120. [https://doi.org/10.1027/2151-](https://doi.org/10.1027/2151-2604/a000102)

[2604/a000102](https://doi.org/10.1027/2151-2604/a000102)

Kahalon, R., Shnabel, N., & Becker, J. C. (2018). Experimental Studies on State Self-Objectification: A Review and an Integrative Process Model. *Frontiers in Psychology*, 9, 1268. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01268>

Klinkhammer, M., & Saul-Soprun, G. (2009). Das „Hochstaplersyndrom“ in der Wissenschaft. *Organisationsberatung, Supervision, Coaching*, 16(2), 165–182.

<https://doi.org/10.1007/s11613-009-0119-7>

Leiner, D. J. (2019). SoSci Survey (Version 3.1.06) [Computer software]. Verfügbar unter <https://www.soscisurvey.de>

Leonhardt, M., Bechtoldt, M. N., & Rohrmann, S. (2017). All Impostors Aren't Alike – Differentiating the Impostor Phenomenon. *Frontiers in Psychology*, 8, 1505.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01505>

Lindner, D., & Tantleff-Dunn, S. (2017). The Development and Psychometric Evaluation of the Self-Objectification Beliefs and Behaviors Scale. *Psychology of Women Quarterly*, 41(2), 254–272. <https://doi.org/10.1177/0361684317692109>

Loughnan, S., Haslam, N., Murnane, T., Vaes, J., Reynolds, C., & Suitner, C. (2013).

Objectification leads to depersonalization: The denial of mind and moral concern to

- objectified others. *European Journal of Social Psychology*, 43(6), 549-562.
<https://doi.org/10.1002/ejsp.1978>
- McCullough, K.M., Wong, Y.J. & Stevenson, N.J. (2020). Female video game players and the protective effect of feminist identity against internalized misogyny. *Sex Roles*, 82, 266–276. <https://doi.org/10.1007/s11199-019-01055-7>
- McKinley, N. M. (2011). Continuity and change in self-objectification: Taking a life-span approach to women's experiences of objectified body consciousness. In R. M. Calogero, S. Tantleff-Dunn, & J. K. Thompson (Eds.), *Self-objectification in women: Causes, consequences, and counteractions* (pp. 101–115). American Psychological Association. <https://doi-org.uaccess.univie.ac.at/10.1037/12304-005>
- MacKinnon, D. P., Krull, J. L., & Lockwood, C. M. (2000). Equivalence of the Mediation, Confounding and Suppression Effect. *Prevention Science*, 1(4), 173-81.
<https://doi.org/10.1023/A:1026595011371>
- Möller-Leimkühler, A. M. (2005). Geschlechtsrolle und psychische Erkrankung. *Journal für Neurologie, Neurochirurgie und Psychiatrie*, 6(3), 29-35.
<https://www.kup.at/kup/pdf/5350.pdf> Zugriff am 15.06.2023
- Moradi, B., & Huang, Y. P. (2008). Objectification theory and psychology of women: A decade of advances and future directions. *Psychology of Women Quarterly*, 32(4), 377-398. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2008.00452.x>
- Nadal, K. L., King, R., Sissoko, D. R. G., Floyd, N., & Hines, D. (2021). The legacies of systemic and internalized oppression: Experiences of microaggressions, imposter phenomenon, and stereotype threat on historically marginalized groups. *New Ideas in Psychology*, 63, 100895. <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2021.100895>
- Neureiter, M., & Traut-Mattausch, E. (2016). An Inner Barrier to Career Development:

Preconditions of the Impostor Phenomenon and Consequences for Career Development. *Frontiers in Psychology*, 7, 48.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00048>

Noll, S. M., & Fredrickson, B. L. (1998). A Mediational Model Linking Self-Objectification, Body Shame, and Disordered Eating. *Psychology of Women Quarterly*, 22(4), 623–636. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1998.tb00181.x>

Patzak, A., Kollmayer, M., & Schober, B. (2017). Buffering Impostor Feelings with Kindness: The Mediating Role of Self-compassion between Gender-Role Orientation and the Impostor Phenomenon. *Frontiers in Psychology*, 8, 1289.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01289>

Peteet, B. J., Brown, C. M., Lige, Q. M., & Lanaway, D. A. (2015). Impostorism is associated with greater psychological distress and lower self-esteem for African American students. *Current Psychology*, 34(1), 154–163. <https://doi.org/10.1007/s12144-014-9248-z>

Prentice, D. A., & Carranza, E. (2002). What women and men should be, shouldn't be, are allowed to be, and don't have to be: The contents of prescriptive gender stereotypes. *Psychology of Women Quarterly*, 26(4), 269–281. <https://doi.org/10.1111/1471-6402.t01-1-00066>

Quinn, D. M., Chaudoir, S. R., & Kallen, R. W. (2011). Performance and flow: A review and integration of self-objectification research. In R. M. Calogero & S. Tylka (Eds.), *Self-objectification in women: Causes, consequences, and counteractions* (pp. 65–83). Washington, DC: American Psychological Association.

Quinn, D. M., and Spencer, S. J. (2001). The interference of stereotype threat with women's generation of mathematical problem-solving strategies. *Journal of Social Issues* 57, 55–71. doi: [10.1111/0022-4537.00201](https://doi.org/10.1111/0022-4537.00201)

- Roberts, T.-A., Calogero, R. M., & Gervais, S. J. (2018). Objectification theory: Continuing contributions to feminist psychology. In C. B. Travis, J. W. White, A. Rutherford, W. S. Williams, S. L. Cook, & K. F. Wyche (Eds.), *APA handbook of the psychology of women: History, theory, and battlegrounds* (pp. 249–271). American Psychological Association. <https://doi-org.uaccess.univie.ac.at/10.1037/0000059-013>
- Rodin, J., Silberstein, L., & Striegel-Moore, R. (1985). Women and weight: A normative discontent. In T. Sonderegger (Ed.), *Psychology and gender: Nebraska symposium on motivation* (pp. 265–306). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Rohrmann, S., Bechtoldt, M. N., & Leonhardt, M. (2016). Validation of the Impostor Phenomenon among Managers. *Frontiers in Psychology*, 7, 821. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00821>
- Rosenfield, S. & Smith, D. (2010) Gender and Mental Health: Do Men and Women Have Different Amounts or Types of Problems?. In T. L. Scheid & T. N. Brown (Hrsg.), *A Handbook for the Study of Mental Health Social Contexts, Theories, and Systems*. (2. Aufl.). (S. 256 – 267). Cambridge University Press.
- Schwartz, J. P., Grammas, D. L., Sutherland, R. J., Siffert, K. J., & Bush-King, I. (2010). Masculine gender roles and differentiation: Predictors of body image and self-objectification in men. *Psychology of Men & Masculinity*, 11(3), 208–224. <https://doi.org/10.1037/a0018255>
- Sekaquaptewa, D. (2019). Gender-Based Microaggressions in STEM Settings. *NCID Currents*, 1(1). <https://doi.org/10.3998/currents.17387731.0001.101>
- Sherman, A. M., & Zurbiggen, E. L. (2014). “Boys Can Be Anything”: Effect of Barbie Play on Girls’ Career Cognitions. *Sex Roles*, 70(5–6), 195–208. <https://doi.org/10.1007/s11199-014-0347-y>

- Siegel, J. A., & Calogero, R. M. (2019). Conformity to feminine norms and self-objectification in self-identified feminist and non-feminist women. *Body Image*, 28, 115–118. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.01.005>
- Sonnak, C., & Towell, T. (2001). The impostor phenomenon in British university students: Relationships between self-esteem, mental health, parental rearing style and socioeconomic status. *Personality and Individual Differences*, 31(6), 863–874. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00184-7](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00184-7)
- Starr, C. R., & Zurbriggen, E. L. (2019). Self-sexualization in preadolescent girls: Associations with self-objectification, weight concerns, and parent's academic expectations. *International Journal of Behavioral Development*, 43(6), 515–522. <https://doi.org/10.1177/0165025419873036>
- Steele, C. M. (1997). How stereotypes shape intellectual identity and performance. *American Psychologist*, 52(6), 613–629. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.52.6.613>
- Szymanski, D. M., Gupta, A., Carr, E. R., & Stewart, D. (2009). Internalized Misogyny as a Moderator of the Link between Sexist Events and Women's Psychological Distress. *Sex Roles*, 61(1–2), 101–109. <https://doi.org/10.1007/s11199-009-9611-y>
- Tiggemann, M., & Lynch, J. E. (2001). Body image across the life span in adult women: The role of self-objectification. *Developmental Psychology*, 37, 243–253. [Doi:10.1037/0012-1649.37.2.243](https://doi.org/10.1037/0012-1649.37.2.243)
- Upson, S., and Friedman, L. F. (2012). Where are all the female geniuses? *Scientific American Mind*, 23, 63–65. [doi: 10.1038/scientificamericanmind1112-63](https://doi.org/10.1038/scientificamericanmind1112-63)
- Vaughn, A. R., Taasobshirazi, G., & Johnson, M. L. (2020). Impostor phenomenon and motivation: Women in higher education. *Studies in Higher Education*, 45(4), 780–795. <https://doi.org/10.1080/03075079.2019.1568976>
- West, C., & Zimmerman, D. H. (1987). Doing gender. *Gender and Society*, 1(2), 125–151. <https://doi.org/10.1177/0891243287001002002>

- Winn, L., & Cornelius, R. (2020). Self-Objectification and Cognitive Performance: A Systematic Review of the Literature. *Frontiers in Psychology, 11*, 20.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00020>
- Worobey, J., & Worobey, H. S. (2014). Body-size stigmatization by preschool girls: In a doll's world, it is good to be "Barbie". *Body Image, 11*(2), 171–174.
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2013.12.001>
- Woodrow-Keys, E. (2006). *The effects of body image on career decision making, self-efficacy and assertiveness in female athletes and non athletes*, Doctoral dissertation. Marshall University Libraries.

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1 Impostor-Gefühle der männlichen und weiblichen Teilnehmenden.....	28
Abbildung 2 Modell der multiplen linearen Regressionsanalyse zur Vorhersage der Tendenz zur Selbstobjektivierung.....	31
Abbildung 3 Mediationsmodell über die Beziehung zwischen positiven und negativen Facetten von Feminität und der negativen Facette von Maskulinität und Impostor-Gefühlen, vermittelt durch Selbstobjektivierung.....	33

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1 Mittelwerte, Standardabweichungen der untersuchten Variablen sowie bivariate Korrelationen.....	29
Tabelle 2 Ergebnisse des Regressionsmodells: Beziehung zwischen den positiven und negativen Facetten von Feminität und Maskulinität und Selbstobjektivierung.....	32
Tabelle 3 Zusammengefasste Ergebnisse der einzelnen Mediationsmodelle: Beziehung zwischen positiven und negativen Facetten von Femininität und Maskulinität und dem Impostor-Phänomen vermittelt durch die Selbstobjektivierung.....	34

Anhang A: Abstracts

Zusammenfassung

Diese Studie befasst sich damit, wie Selbstobjektivierung als eine Form der internalisierten Unterdrückung mit dem Impostor-Phänomen als psychologische Barriere im Bildungs- und Karrierebereich für Frauen zusammenhängt. Das Impostor-Phänomen bezieht sich auf Menschen, die ihre Intelligenz und Fähigkeiten unterschätzen und deshalb befürchten, als Hochstapler*innen entlarvt zu werden, obwohl sie objektiv kompetent sind. Lange wurde angenommen, dass vorwiegend Frauen unter diesem Phänomen leiden, was sich auf vorherrschende patriarchale Strukturen in unserer Gesellschaft zurückführen lässt. Selbstobjektivierung, ein psychologischer Prozess, durch den Frauen die sexuelle Objektivierung ihres Körpers verinnerlichen, kann ebenfalls mit diesen Strukturen begründet werden. Untersuchungen legen nahe, dass vorherrschende Geschlechterstereotype über das Frausein mit erhöhten Impostor-Gefühlen als auch der Tendenz zur Selbstobjektivierung in Zusammenhang gebracht werden können. Ziel der vorliegenden Studie war es daher, die Rolle der Selbstobjektivierung als bisher unerforschte Komponente in Verbindung mit der Genderrollenorientierung und dem Impostor-Phänomen zu untersuchen. Zu diesem Zweck füllten 401 Universitätsstudierende einen Online-Fragebogen aus, 76.3 % davon waren Frauen. Die Genderrollenorientierung wurde mit einem Instrument gemessen, das positive und negative Aspekte von Männlichkeit und Weiblichkeit bewertet. Bei der Selbstobjektivierung wurde die allgemeine Neigung zu auf das Aussehen reduzierenden Einstellungen gemessen. Eines der wichtigsten Ergebnisse dieser Studie ist der gefundene positive Zusammenhang zwischen Selbstobjektivierung und dem Impostor-Phänomen. Überdies zeigte sich, dass Selbstobjektivierung die positive Verbindung zwischen negativer femininer Genderrollenorientierung und dem Impostor-Phänomen teilweise mediiert. Dieses Ergebnis deutet darauf hin, dass eine höhere Tendenz zur Selbstobjektivierung dazu beitragen kann, zu erklären, warum Menschen, die sich selbst stereotyp negative weibliche Eigenschaften zuschreiben, vermehrt unter Impostor-Gefühlen leiden. Auf der Grundlage dieser Ergebnisse werden Limitationen sowie theoretische und praktische Implikationen diskutiert.

Schlüsselwörter: Impostor-Phänomen; Sexismus; internalisierte Unterdrückung; Gender; Genderrollenorientierung; Selbstobjektivierung

Abstract

This study addresses how self-objectification, as a form of internalized oppression, is related to the Impostor-Phenomenon as a psychological barrier in education and careers for women. The Impostor-Phenomenon refers to people who underestimate their intelligence and abilities and therefore fear being exposed as impostors even though they are objectively competent. For a long time, it was assumed that mainly women suffer from this phenomenon, which can be traced back to prevailing patriarchal structures in our society. Self-objectification, a psychological process by which women internalize the sexual objectification of their bodies, can also be attributed to these structures. Research suggests that prevailing gender stereotypes about womanhood may be associated with heightened impostor-feelings as well as the tendency toward self-objectification. Thus, the purpose of the present study was to examine the role of self-objectification as a yet unexplored component associated with gender role orientation and the Impostor-Phenomenon. To this purpose, 401 university students completed an online questionnaire, 76.3% of whom were women. Gender-role-orientation was measured with an instrument assessing positive and negative aspects of masculinity and femininity. Self-objectification measured the general tendency toward attitudes reducing to appearance. One of the most important findings of this study is the positive relationship found between self-objectification and the Impostor-Phenomenon. Moreover, self-objectification was found to partially mediate the positive association between negative feminine gender-role-orientation and the Impostor-Phenomenon. This finding suggests that a higher tendency toward self-objectification may help explain why people who stereotypically attribute negative feminine traits to themselves suffer more from Impostor-feelings. Limitations and theoretical and practical implications are discussed based on these findings.

Key-words: Impostor-Phenomenon; sexism; internalized oppression; gender; gender-role-orientation; self-objectification.

Anhang B: Flyer und Fragebogen

Du studierst?

...im Bachelor, Master oder Diplom und bist mindestens 18 Jahre alt

Dann brauche ich dich!

... für meine Online-Masterstudie im Bereich Bildungspsychologie

In meiner Studie beschäftige ich mich mit **möglichen individuellen und gesellschaftlichen Barrieren, die Studierende in ihrer Bildungskarriere erfahren.**

Der Fragebogen dauert nur ca **10 Minuten** und wird **anonym** erhoben.
Als Dankeschön verlose ich unter allen Teilnehmenden **2 Amazon Gutscheine im Wert von 20 €.**

Falls du Lust hast, mich bei meinem Forschungsvorhaben zu unterstützen, **klicke bitte auf den hinzugefügten Link.**

Vielen Dank!
LG Sophia



Bei Fragen und Anmerkungen wende dich gerne an: sophia.oberlaender@posteo.de



0% ausgefüllt

Liebe Teilnehmende,

vielen Dank für Ihr Interesse an meiner Studie!

Im Rahmen meiner Masterarbeit an der Universität Wien im Bereich Bildungspsychologie beschäftige ich mich mit möglichen **gesellschaftlichen und individuellen Barrieren, die Studierende während ihrer Bildungskarriere erfahren.** In Folgendem werden Ihnen dazu einige Fragen gestellt, wobei ich an Ihrer persönlichen Einschätzung interessiert bin. Es gibt also keine richtigen oder falschen Antworten.

Zur Teilnahme an der Studie ist ein **Mindestalter von 18 Jahren** erforderlich. Zudem sollten Sie sich in einem **Bachelor, Master oder Diplomstudium** befinden. Die Beantwortung des Fragebogens dauert etwa **10 Minuten**. Alle Daten werden selbstverständlich **anonym** erhoben und können Ihrer Person nicht zugeordnet werden.

Ihre Teilnahme an dieser Studie erfolgt freiwillig. Sie können jederzeit ohne Angaben von Gründen die Bearbeitung des Fragebogens abbrechen. Der vorzeitige Abbruch dieser Studie hat keine nachteiligen Folgen für Sie.

Als kleines Dankeschön werden unter allen Teilnehmenden **2 Amazon Gutscheine im Wert von 20 Euro** verlost. Zusätzlich können Sie nach Beendigung der Studie mehr über meine Forschung erfahren.

Sollten Sie Fragen oder Anmerkungen haben, wenden Sie sich jederzeit an: sophia.oberlaender@posteo.de

Wenn Sie auf den "Weiter-Button" klicken, erklären Sie sich einverstanden, an der Studie teilzunehmen.

Herzlichen Dank! Sie leisten einen wertvollen Beitrag zur Erforschung eines wichtigen Themas!

Sophia Oberländer

1. Im Folgenden finden Sie eine Reihe von Selbstbeschreibungen.

Bitte geben Sie an, wie sehr die jeweilige Selbstbeschreibung auf Sie persönlich zutrifft.

„Ich bin...“	trifft überhaupt nicht zu	trifft voll und ganz zu
prahlerisch	☐	☐
schroff	☐	☐
ängstlich	☐	☐
orientierungslos	☐	☐
rational	☐	☐
überevorsichtig	☐	☐
analytisch	☐	☐
liebepoll	☐	☐
machtbesessen	☐	☐
praktisch	☐	☐
einfühlsam	☐	☐
lösungsorientiert	☐	☐
überempfindlich	☐	☐
zärtlich	☐	☐
rücksichtslos	☐	☐
selbstzweifelnd	☐	☐
leidenschaftlich	☐	☐
sachlich	☐	☐
gefühlvoll	☐	☐
naiv	☐	☐
emotional	☐	☐
angeberisch	☐	☐
logisch	☐	☐
überheblich	☐	☐

Weiter

2. Dieser Teil des Fragebogens enthält Aussagen, in denen es um Ihr Verhalten und Erleben in Leistungssituationen geht. Lesen Sie folgende Aussagen bitte aufmerksam durch und beantworten Sie ohne langes Überlegen inwiefern diese auf Sie zutreffen.

	überhaupt nicht zutreffend	selten	manchmal	oft	absolut zutreffend
Ich habe oft bei einer Prüfung oder eine Aufgabe Erfolg gehabt, obwohl ich vorher Angst hatte zu versagen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kann den Eindruck erwecken, tüchtiger zu sein, als ich bin.	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn möglich, vermeide ich, jemanden zu beurteilen, und mir graut davor, beurteilt zu werden.	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn Leute mich wegen einer Leistung loben, fürchte ich, ihren Erwartungen in Zukunft nicht entsprechen zu können.	☐	☐	☐	☐	☐
Manchmal denke ich meinen momentanen Erfolg erlangt zu haben, weil ich zur richtigen Zeit am richtigen Ort war oder die richtigen Leute kannte.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe Angst, dass Leute, die mir wichtig sind, herausbekommen, dass ich nicht so fähig bin, wie sie glauben.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich neige dazu, mich mehr an meine weniger guten als an meine besten Leistungen zu erinnern.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich erledige selten ein Vorhaben oder eine Aufgabe so gut, wie ich gern möchte.	☐	☐	☐	☐	☐
Manchmal spüre oder glaube ich, dass der Erfolg in meinem Leben oder meinem Studium auf einen Irrtum beruht.	☐	☐	☐	☐	☐
Es fällt mir schwer, Komplimente oder Lob wegen meiner Intelligenz oder meiner Leistungen entgegenzunehmen.	☐	☐	☐	☐	☐
Zeitweise ist mir klar, dass ich meinen Erfolg einer Art von Glück zu verdanken habe.	☐	☐	☐	☐	☐
Zeitweise bin ich enttäuscht über meine gegenwärtigen Leistungen und finde, dass ich viel mehr hätte erreichen müssen.	☐	☐	☐	☐	☐
Manchmal habe ich Angst, dass die anderen merken, wie wenig ich eigentlich weiß und kann.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich fürchte oft, bei einer neuen Aufgabe oder Anforderungen zu versagen, obwohl mir im Allgemeinen gelingt, was ich versuche.	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn mir etwas gelungen ist und meine Leistung anerkannt wird, beginne ich zu zweifeln, dass ich das Erreichte wiederholen kann.	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn ich für eine Leistung viel Lob und Anerkennung bekomme, neige ich dazu, die Wichtigkeit dessen, was ich vollbracht habe, herunterzuspielen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich vergleiche meine Fähigkeiten mit denen meiner Mitstudierenden und stelle fest, dass die anderen vermutlich intelligenter sind als ich.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich mache mir oft Sorgen, dass mir ein Vorhaben nicht gelingt oder dass ich eine Prüfung nicht bestehe, obwohl andere beachtliches Vertrauen in mein Können setzen.	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn mir irgendeine Art der Anerkennung bevorsteht, zögere ich, darüber zu reden, bis es tatsächlich geschehen ist	☐	☐	☐	☐	☐
Ich fühle mich schlecht und entmutigt, wenn ich in Situationen, die große Leistungen erfordern, nicht „der (oder die) Beste“ oder wenigstens „ganz besonders gut“ bin.	☐	☐	☐	☐	☐

3. Lesen Sie die folgenden Aussagen bitte aufmerksam durch und beantworten Sie ohne lange zu Überlegen inwiefern diese auf Sie persönlich zutreffen.

	stimme überhaupt nicht zu	stimme voll und ganz zu
Wie ich aussehe, ist mir wichtiger als das, was ich denke oder fühle.	☐	☐
Ich wähle bestimmte Kleidung oder Accessoires danach aus, wie sie meinen Körper auf andere wirken lassen.	☐	☐
Ich versuche mir vorzustellen, wie mein Körper auf andere wirkt (d.h. als würde ich mich von außen betrachten).	☐	☐
Mein Aussehen ist wichtiger als meine körperlichen Fähigkeiten (d.h. Kraft, Dauer, Beweglichkeit).	☐	☐
Ich versuche, die Reaktionen anderer auf mein Aussehen zu antizipieren.	☐	☐
Mein Aussehen sagt mehr darüber aus, wer ich bin, als mein Intellekt.	☐	☐
Mein Körper ist das, was mich für andere Menschen wertvoll macht.	☐	☐
Mein Aussehen ist wichtiger als meine Persönlichkeit.	☐	☐
Wie sexuell attraktiv mich andere finden, sagt etwas darüber aus, wer ich als Person bin.	☐	☐
Auch wenn ich allein bin, mache ich mir Gedanken darüber, wie mein Körper auf andere wirkt.	☐	☐
Es ist mir wichtiger, für andere attraktiv zu sein, als mit mir selbst zufrieden zu sein.	☐	☐
Wenn ich in den Spiegel schaue, fallen mir Teile meines Aussehens auf, von denen ich denke, dass andere sie kritisch sehen werden.	☐	☐
Ich überlege, wie mein Körper in der Kleidung, die ich trage, auf andere wirken wird.	☐	☐
Ich denke oft darüber nach, wie mein Körper für andere aussehen muss.	☐	☐

Weiter

Zum Schluss möchten ich Sie noch um einige Angaben zu Ihrer Person bitten

4. Mit welchem Geschlecht identifizieren Sie sich?

☐ männlich

☐ weiblich

☐ „Ich identifiziere mich mit keiner dieser Kategorien, sondern...“

5. Wie alt sind Sie?

6. In welchem Abschnitt Ihres Studiums befinden Sie sich gerade?

☐ Bachelorstudium

☐ Masterstudium

☐ Diplomstudium

☐ Doktoratsstudium

☐ Ich studiere nicht

7. Was studieren Sie?



71% ausgefüllt

Liebe Teilnehmende,

Ein großes **DANKE**, dass Sie sich die Zeit genommen haben, an meiner Studie teilzunehmen.

Wenn Sie auf den **"Weiter-Button"** klicken, schließen Sie die Studie ab und können im Anschluss noch ihre **E-mailadresse** für das **Gewinnspiel** angeben. Zudem können Sie angeben, wenn Sie weitere Informationen zu meinen Studienergebnissen erhalten möchten.

Liebe Grüße

Sophia Oberländer

Weiter

86% ausgefüllt

- ☐ Ich will am **Gewinnspiel** teilnehmen. Ich willige ein, dass meine E-Mail-Adresse bis zur Ziehung der Gewinner gespeichert wird. Diese Einwilligung kann ich jederzeit widerrufen. Meine Angaben in dieser Befragung bleiben weiterhin anonym, meine E-Mail-Adresse wird nicht an Dritte weitergegeben.
- ☐ Ich interessiere mich für die **Ergebnisse dieser Studie** und hätte gerne eine Zusammenfassung per E-Mail.

9. Haben Sie noch Anmerkungen oder Feedback zum Fragebogen?