

MASTERARBEIT | MASTER'S THESIS

Titel | Title

Ursachen und Wirkungen von Lampenfieber bei Schauspieler*innen

verfasst von | submitted by

Felicitas Schreiber BEd BSc MA

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

Master of Science (MSc)

Wien | Vienna, 2025

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

Betreut von | Supervisor:

Univ.-Prof. Dipl.-Psych. Dr. Thomas Götz

Abstract

Lampenfieber ist unter Schauspieler*innen ein weitverbreitetes Problem. Diese Arbeit soll dazu beitragen, ein tieferes Verständnis für dieses Phänomen zu generieren. Hierfür wurden mittels eines Online-Fragebogens die Daten von 189 professionellen Schauspieler*innen und Musicaldarsteller*innen, sowie Schauspielstudierenden und Amateurschauspieler*innen erhoben. Es wird untersucht, ob das Ausmaß des Lampenfiebers unter den Annahmen der Kontroll-Wert-Theorie erklärt werden kann. Es wird getestet, ob eine geringe subjektive Kontrolle der Situation in Verbindung mit einem hohen subjektiven Wert zu stärker empfundenem Lampenfieber führt. Zudem soll herausgefunden werden, wie sich das empfundene Lampenfieber auf die intrinsische Motivation der Schauspieler*innen, d.h. die Kunstform des Schauspielens weiterhin auszuüben, auswirkt. Während die postulierten Zusammenhänge zwischen Kontrolle und Lampenfieber und Lampenfieber und Motivation bestätigt werden konnten, war dies für den Prädiktor Wert nicht möglich. Weiters zeigte sich in explorativen Analysen ein negativer Einfluss von den Spieljahren, Bühnenjahren, der Publikumsgröße und dem Alter auf das empfundene Lampenfieber. Weiters geben Studierende im Vergleich zu Absolvent*innen eines Schauspielstudiums, sowie männliche im Vergleich zu diversen Personen niedrigere Lampenfieberwerte an.

Anhand der Ergebnisse dieser Arbeit kann davon ausgegangen werden, dass die Kontroll-Wert-Theorie einen passenden Rahmen bietet, um das Phänomen Lampenfieber zu untersuchen. Zudem sollen die Erkenntnisse dieser Arbeit dazu beitragen, Lampenfieber unter Schauspieler*innen zu thematisieren und evidenzbasierte Methoden zu entwickeln, um dieses zu verringern.

Stichworte: Kontroll-Wert-Theorie, Lampenfieber, Schauspieler*innen

Abstract

Stage fright is a widespread problem among actors. This paper aims to contribute to a deeper understanding of this phenomenon. For this purpose, the data of 189 professional actors and musical performers, as well as acting students and amateur actors, were collected using an online questionnaire. It investigates whether the extent of stage fright can be explained in the framework of the Control-Value Theory. This study tests whether low subjective control of the situation, combined with a high subjective value, leads to stronger feelings of stage fright. Additionally, the paper seeks to explore how perceived stage fright affects the intrinsic motivation of actors to continue practicing the art form of acting. While the proposed connections between control and stage fright, and stage fright and motivation were confirmed, this was not the case for the predictor value. Furthermore, exploratory analyses revealed a negative influence of years of performance, years on stage, audience size, and age on perceived stage fright. Additionally, students compared to graduates of acting programs, and male compared to non-binary individuals, report lower levels of stage fright.

Based on the findings of this paper, it can be assumed that the Control-Value Theory provides a suitable framework for studying the phenomenon of stage fright. Furthermore, the insights gained from this work aim to bring stage fright among actors into discussion and develop evidence-based methods to reduce it.

Keywords: control-value theory, stage fright, actors

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	6
Lampenfieber	8
Definition und Komponenten	8
Neurobiologische Entstehung von Lampenfieber	10
Wirkung von Lampenfieber	11
Prävalenz	14
Messung von Lampenfieber	14
Einflussfaktoren auf Lampenfieber	15
<i>Charakter</i>	16
<i>Alter</i>	16
<i>Geschlecht</i>	16
<i>Publikumsgröße</i>	17
<i>Gruppe</i>	17
Prävention und Behandlung von Lampenfieber	17
Kontroll-Wert-Theorie und Lampenfieber	21
Lampenfieber als Leistungsemotion	21
Kontroll-Wert-Theorie	22
Lampenfieber in der Kontroll-Wert-Theorie	24
Fragestellungen und Hypothesen	27
Untersuchungsdesign	28
Stichprobenbeschreibung	28
Operationalisierung und Messinstrumente	30
Statistische Verfahren	32
Ergebnisse	34
Hypothesenprüfung	34
<i>Deskriptive Statistik</i>	34
<i>Interferenzstatistische Ergebnisse</i>	36

Explorative Analyse	39
<i>Deskriptive Statistik</i>	40
<i>Interferenzstatistische Ergebnisse</i>	43
Diskussion	47
Limitationen	50
Implikationen	51
Literaturverzeichnis	52
Abbildungsverzeichnis	57

Einleitung

Lampenfieber ist selbst unter professionellen Schauspieler*innen ein weitverbreitetes und wohlbekanntes Phänomen (Goodman & Kaufman, 2014). Bereits 1995 untersuchten Steptoe et al. (1995) Schauspielstudierende in London, mit dem Ergebnis, dass 9,6% der befragten Student*innen Lampenfieber als großes und 36,7% als moderates Problem ansehen. Aber auch professionelle Schauspieler*innen sind nicht immun dagegen (Lofstrand, 2016). Lampenfieber kann Schauspieler*innen ihr ganzes Leben, von der Kindheit, während der Ausbildung bis hin zur professionellen Karriere beschäftigen (Brennan, 2020). Lampenfieber und Angst nehmen ähnliche Erscheinungsformen an (Simmonds & Southcott, 2012), wobei ersteres sich auf die spezifische Situation des Auftritts bezieht (Götz, 2022), leistungshemmend wirkt und eine künstlerische Leistung sogar vollkommen verunmöglichen kann (Spahn, 2019). Lampenfieber speist sich zudem aus der Angst vor einer negativen Bewertung und kann somit auch als Bewertungsangst verstanden werden (Metzig & Schuster, 2018).

Im weiteren Sinne handelt es sich bei Lampenfieber um eine spezielle Form der Prüfungsangst. Im Folgenden wird nun von Lampenfieber gesprochen, aber auch immer Prüfungsangst gemeint sein. Diese Angst setzt sich aus fünf Komponenten zusammen, der physiologischen, motivationalen, expressiven, affektiven und kognitiven Komponente (Götz, 2022).

Einen theoretischen Rahmen zur Untersuchung von Ursachen und Wirkungen von Lampenfieber bietet die Kontroll-Wert-Theorie. Diese Theorie beschäftigt sich mit der Entstehung von Emotionen und weist zwei Prädiktoren aus, welche die Entstehung von Lampenfieber vorhersagen. In einigen Studien wurde Prüfungsangst (Boehme et al., 2017; Ringeisen et al., 2016) oder Angst im Mathematikunterricht (Liu et al., 2022) bereits im Rahmen der Kontroll-Wert-Theorie untersucht. Diese Masterarbeit zielt nun darauf ab herauszufinden, ob Lampenfieber durch die beiden Prädiktoren, Kontrollierbarkeit und Wert, vorhersagbar ist und wie sich Lampenfieber auf die intrinsische Motivation der Schauspieler*innen auswirkt. Dadurch soll ein tieferes Verständnis für Lampenfieber bei Schauspieler*innen generieren werden. Ebenso soll beforscht werden, ob das empfundene Lampenfieber die intrinsische Motivation der Schauspieler*innen, d.h. die Kunstform des Schauspielens weiterhin auszuüben, beeinflusst. Zudem werden einige theoriegeleitete Moderatoren, wie Geschlecht

(Biasutti & Concina, 2014; Goodman & Kaufman, 2014), Publikumsgröße (Lemasson et al., 2018) und Status der Schauspiellaufbahn, in die Analyse mit einbezogen. Dies soll zeigen, ob und welche Wirkung diese Einflussgrößen auf das empfundene Lampenfieber von Schauspieler*innen haben. Weiters werden die erhobenen Daten explorativ auf andere moderierende Einflussgrößen, wie Professionalität und Anzahl an weiteren Schauspieler*innen untersucht. Außerdem wird eine Gegenüberstellung zwischen Schauspieler*innen und Musicaldarsteller*innen angestrebt.

Lampenfieber

Im folgenden Kapitel wird auf das Phänomen Lampenfieber genauer eingegangen. Neben einer Definition werden Komponenten, Operationalisierungsmöglichkeiten als auch Einflussfaktoren und die bereits vorhandene Literatur zu Lampenfieber bei Schauspieler*innen vorgestellt.

Definition und Komponenten

Der Begriff Lampenfieber stammt von dem französischen *fièvre de rampe* (Fieber an der Rampe) ab. Ursprünglich wurde darunter das Erhitzen der Schauspieler*innen unter den Gaslampen – oder zu späterer Zeit – den Scheinwerfern verstanden. Heutzutage findet dieser Terminus nicht nur in der Welt des Theaters Verwendung, sondern ebenso im privaten und beruflichen Leben (Bührer, 2012), auch wenn sich die Definition im Laufe der Zeit gewandelt hat. Im deutschen Sprachgebrauch wird unter Lampenfieber der besondere Zustand einer Person verstanden, welche sich im Fokus der Aufmerksamkeit befindet (Spahn, 2019). Daher ist eine große Bandbreite von Personen, angefangen bei Musiker*innen und Sänger*innen über Tänzer*innen und Schauspieler*innen, bis hin zu Redner*innen von diesem Phänomen betroffen (Lemasson et al., 2018). Dabei äußert sich Lampenfieber auf die selbe Weise wie Angst (Simmonds & Southcott, 2012), wobei sich diese Angst auf die spezifische Situation des Auftretens bezieht (Götz, 2022). Im weiteren Sinne kann Lampenfieber als eine Form der Prüfungsangst verstanden werden (Metzig & Schuster, 2018), da auch Auftritte vom Publikum oder gar Kritiker*innen bewertet und beurteilt werden. Somit kann Lampenfieber als Form der Prüfungsangst interpretiert werden, welche sich bei Auftritten zeigt (Götz, 2022). Neben der Emotion Angst können aber auch die Emotionen Scham, Hilflosigkeit und Ohnmacht mit Lampenfieber in Verbindung gebracht werden. Während sich das Schamgefühl aus der Sorge speist, den Erwartungen der Zuhörer*innen gerecht zu werden, bezieht sich die Hilflosigkeit und Ohnmacht auf die Angst, dass die eigenen Fähigkeiten nicht reichen können, um den Auftritt erfolgreich zu absolvieren (Abromeit, 2014).

Wurden bereits negative Erfahrungen bei öffentlichen Auftritten gemacht, kann dies die Entstehung von Lampenfieber begünstigen (Abromeit, 2014). Eine besonders sensible Phase ist die Adoleszenz. Zu dieser Zeit liegt eine erhöhte psychische

Vulnerabilität vor, wodurch negative Erfahrungen nachhaltig gespeichert werden. In dieser sensiblen Phase kann es zu einer Fehlentwicklung des Lampenfiebers kommen (Spahn, 2019). Aber auch eine strenge Erziehung, bei welcher Fehler und Misserfolge bestraft wurden, können Lampenfieber fördern. Auch Persönlichkeitsmerkmale und soziale Einflüsse spielen hierbei eine Rolle. So sind Perfektionist*innen vermehrt von Lampenfieber betroffen (Abromeit, 2014).

Auf die betroffene Person wirkt Lampenfieber auf mehreren Ebenen. Dieses mehrdimensionale Konstrukt wird in der Forschung anhand des Komponentenmodells beschrieben und aufgeschlüsselt. Wie sich Lampenfieber im Komponentenmodell darstellen lässt, zeigt sich zusammengefasst in Abbildung 1. Charakteristisch für eine Emotion ist vorrangig der gefühlte Kern, die affektive Komponente (Frenzel et al., 2020). Lampenfieber äußert sich über ein unangenehmes Gefühl (Götz, 2022), Aufgeregtheit, Unsicherheit (Frenzel et al., 2020), Nervosität oder sogar in einem panischen Gefühl. Bei der affektiven Komponente geht es um das spezifische Erleben von Angst. Die physiologische Komponente umfasst alle körperlichen Reaktionen, die mit der gefühlten Angst einhergehen können (Götz, 2022). Diese können sehr vielfältig ausfallen und reichen von Erröten, Zittern und Schweißausbrüchen, über Magen-Darm-Beschwerden wie Bauchkrämpfe, Durchfall und Erbrechen, zu Kreislaufbeschwerden mit Herzrasen, Schwindel, erhöhter Körpertemperatur, sowie einem Austrocknen des Mund- und Rachenraums mit erschwertem Schlucken (Bührer, 2012; Götz, 2022; Metzsig & Schuster, 2018). Die affektive und physiologische Komponente werden zusammen auch als Emotionality-Komponente bezeichnet (Frenzel et al., 2020). Unter der expressiven Komponente werden alle sichtbaren und hörbaren Anzeichen von Lampenfieber verstanden. Diese zeigt sich über einen sorgenvollen Gesichtsausdruck, eine zitterige oder gar fehlende Stimme oder eine starre Körperhaltung (Bührer, 2012; Götz, 2022). Die kognitive Komponente umfasst alle Gedanken, die mit dem Lampenfieber in Verbindung stehen. Dies sind beunruhigende und sorgenvolle Gedanken beispielsweise an frühere Misserfolge, die Folgen eines Misserfolges (Metzsig & Schuster, 2018) wie eine Rolle nicht zu erhalten, eine Schädigung des guten Rufes oder eine schlechte Nachrede durch Kritiker*innen oder Konkurrent*innen. Auch die Sorge nicht gut genug geübt zu haben (Götz, 2022) oder unzulängliche Fähigkeiten zu besitzen, sind hierbei typisch. Diese Komponente wird auch als Worry-Komponente bezeichnet. Die letzte der fünf Komponenten ist die motivationale Komponente. Hierbei zeigt sich eine Flucht- oder Vermeidungstendenz

(Frenzel et al., 2020). Dieser Wunsch, die Situation zu verlassen, ist durch den evolutionären Umgang mit Angst, im Falle vor Gefahr zu fliehen, zu erklären (Götz, 2022).

Abbildung 1

Komponenten von Prüfungsangst (Götz, 2022)



Abschließend sei noch erwähnt, dass die Ausprägung und das Erleben dieser fünf Komponenten sehr individuell ist und sich Lampenfieber von Schauspieler*in zu Schauspieler*in unterscheidet (Götz, 2022). Sollten die Symptome so stark ausgeprägt sein, dass sie stark leistungsbeeinträchtigend und sehr belastend für die betroffene Person sind, wird das Lampenfieber pathologisch als Auftrittsangst definiert. Diese Diagnose ist im ICD 11 den sozialen Phobien zugeordnet (Spahn, 2019).

Neurobiologische Entstehung von Lampenfieber

Bis sich vor allem die körperlichen Aspekte von Lampenfieber zeigen, finden neurobiologische Prozesse im menschlichen Gehirn statt. Zunächst wird über die Sinnesorgane eine potenzielle Gefahrensituation wahrgenommen. Somit muss der Auftritt für die Schauspieler*innen als solche zählen. Durch diese mögliche Gefahr wird das limbische System, der Thalamus, aktiviert. Dieser Teil des menschlichen Gehirns dient der emotionalen Bewertung und der Verarbeitung von Reizen. Vom Thalamus aus wird die Situation auf zwei weiteren Wegen bewertet. Beim kurzen Weg wird die Information vom Thalamus direkt an die Amygdala weitergeleitet, wo der Kampf- oder Fluchtinstinkt ausgelöst wird. Der längere Weg involviert zusätzlich den Neocortex. Dieser überprüft das tatsächliche Gefahrenpotenzial der vorliegenden Situation und

beendet im gegebenen Fall die Angstreaktion der Amygdala. In einer wahrgenommenen Gefahrensituation wird über die Amygdala Glutamin ausgeschüttet, welche Teile des Stammhirns aktiviert. Dieser sogenannte Blaue Kern stößt wiederum Noradrenalin aus, wodurch der Sympathikus aktiviert wird (Abromeit, 2014). Durch den Sympathikus, das Noradrenalin und das, durch die Nebenniere freigesetzte, Adrenalin wird der Körper in Alarmbereitschaft versetzt und die besten Voraussetzungen für physische Hochleistungen werden geschaffen (Bührer, 2012). So schlägt das Herz schneller und der Blutdruck steigt, um das Gehirn und die Muskeln mit mehr Blut zu versorgen, während die Versorgung der Hände, der Füße und des Verdauungstraktes reduziert wird. Auch die Atmung wird flacher und schneller, um den Sauerstoffgehalt im Blut zu erhöhen und das Gehirn und die Muskeln optimal versorgen zu können. Ebenso verändert sich der Stoffwechsel, wodurch die Verdauungstätigkeit vorübergehend beendet und der Speichelfluss reduziert wird. Durch die Umverteilung dieser Ressourcen stellen sich die typischen körperlichen Symptome von Lampenfieber, wie sie bereits als physiologische Komponenten vorgestellt wurden, ein. Hierzu zählen unter anderem ein roter Kopf und kalte Hände und Füße aufgrund der veränderten Durchblutung, ein trockener Mund wegen der zu geringen Speichelmenge, sowie der verstärkte Harn- und Stuhldrang durch den Spannungsverlust im Magen-Darm-Trakt (Abromeit, 2014).

Evolutionär betrachtet war all dies überlebensnotwendig und ist es in realen Gefahrensituationen noch bis heute, bei einem Auftritt vor einem Publikum kann es allerdings leistungshemmend sein (Bührer, 2012).

Wirkung von Lampenfieber

Die Auswirkungen von Lampenfieber bei Schauspieler*innen unterscheiden sich von vielen anderen künstlerischen Domänen wie dem Musizieren oder dem Tanzen. Dies liegt daran, dass Schauspieler*innen keine Sicherheitsnetze nutzen, wie Musiknoten, limitierte Bewegungsmöglichkeiten oder ein vorgegebenes Timing. Ohne Vorgaben durch Dirigent*innen, vorgefertigte Musikstücke oder einem bestimmten Platz, sind Schauspieler*innen völlig frei in der Art und Weise ihre erlernten Texte vorzutragen - das Timing, die Sprechpausen, die Gestik und Mimik, der Platz im Raum, die Tonlagen und vieles mehr – kann und muss eigenverantwortlich genutzt werden. Zudem müssen Schauspieler*innen Emotionen darstellen und vermitteln, wodurch ihr

ganzes Selbst zu einer Art Instrument wird. Sie müssen mit diesem Instrument auf psychologischer, physischer als auch emotionaler Ebene Leistung erbringen. Wie bereits erläutert, drückt sich Lampenfieber über verschiedene Komponenten aus. Diese können die eben erwähnten psychologischen, physiologischen und emotionalen Ausdrucksmöglichkeiten von Schauspieler*innen behindern. Infolgedessen betrifft Lampenfieber nicht nur die Schauspieler*innen, sondern auch ihr Instrument, ihr ganzes Selbst (Brennan, 2020).

Häufig ist in der Literatur zu lesen ein gewisses Maß an Lampenfieber sei leistungsfördernd (Abromeit, 2014; Bühner, 2012; Spahn, 2019). Lampenfieber wirke hierbei wie ein natürliches Aufputzmittel, steigere das geistige und körperliche Leistungsvermögen und versetze die Schauspieler*innen in eine kreative Anspannung (Bühner, 2012). Das optimale Maß sei hierbei erreicht, wenn Lampenfieber die Konzentration, Körperbeherrschung, den Ausdruck und Spielfreude positiv unterstützt (Spahn, 2019). Ein wenig Angst schadet somit nicht. Zumeist beziehen sich solche Aussagen auf das Yerkes-Dodson-Gesetz. Dieses wurde 1908 veröffentlicht (Yerkes & Dodson, 1908) und postuliert, dass Menschen ein bestimmtes Erregungsniveau benötigen, um optimale körperliche als auch geistige Leistungen zu erbringen (Abromeit, 2014). Ein zu niedriger Erregungszustand hemmt die Leistung, da eine zu geringe Leistungsmotivation besteht (Bühner, 2012), während ein zu hoher Erregungszustand die Leistung durch Gedankenblockaden, Angst und Überforderungsgefühlen verunmöglicht (Abromeit, 2014). Sogar manche Schauspieler*innen selbst berichten davon, dass sie ohne den Adrenalinkick des Lampenfiebers nur halb so gut seien (Bühner, 2012).

Allerdings ist heutzutage bekannt, dass es dieses ideale Maß an Lampenfieber bzw. Angst nicht gibt. Abgesehen davon, dass dieses Gesetz auf Experimenten mit Labormäusen basiert, ist vielmehr das mittlere Aktivitätsniveau ausschlaggebend, welches sich aber über Lampenfieber nicht generieren lässt, da Angst in der Regel eine sehr starke Emotion ist, welche zu einem sehr hohen Aktivitätsniveau führt. Somit ist Angst, auch nur in leichter Ausprägung leistungshemmend. Um dennoch die Aktivität zu erhöhen, können andere Mittel wie leichte sportliche Betätigung oder eine Tasse Kaffee oder Tee eingesetzt werden. Zudem können auch andere Emotionen wie Stolz, Vorfreude oder Begeisterung eben jene körperliche Aktivierung auslösen (Götz, 2022).

Bevor noch auf die spezifischen Auswirkungen von Lampenfieber auf Schauspieler*innen eingegangen wird, soll vorweg noch erwähnt sein, dass Lampenfieber, abgesehen von der negativen Wirkung auf die Leistung, auch ein sehr unangenehmes Gefühl darstellt. Dies mindert nicht nur das Wohlbefinden, sondern kann auf Dauer sogar die Lebensqualität einschränken und psychische und physische Folgen haben (Götz, 2022). Zusätzlich zu diesem sehr generellen Problem erleben Schauspieler*innen noch eine Bandbreite an sehr spezifischen Einschränkungen durch Lampenfieber. Durch die physische Komponente von Lampenfieber, wie bereits beschrieben und in Abbildung 1 ersichtlich, kommt es auch zu körperlichen Einbußen. So kann, durch die Kurzatmigkeit, der stimmliche Ausdruck verändert oder die Stimme im Allgemeinen brüchig oder zittrig sein. Ebenso können die feinmotorischen Bewegungen als auch die körperliche Koordination beeinträchtigt sein (Brennan, 2020). Obwohl Lampenfieber den Körper aktiviert und damit Energie freisetzt, funktioniert dieser dadurch schlechter und wird für die Schauspieler*innen schlechter kontrollierbar (Götz, 2022). Auch die expressive Komponente schränkt die körperliche Präsenz ein, unter anderem durch eine geduckte Körperhaltung. Dadurch wird das Instrument der Schauspieler*innen – der eigene Körper – durch Lampenfieber geschwächt (Götz, 2022). Des Weiteren leidet der emotionale Ausdruck der Schauspielenden, da durch die affektive Komponente (siehe Abbildung 1) und die dadurch vorherrschenden Gefühle wie Angst, Scham, Ohnmacht oder Wut, die Darstellung anderer Gefühle und Emotion erschwert, wenn nicht sogar verunmöglicht, wird (Brennan, 2020). Auch die kognitive Komponente von Lampenfieber schränkt die künstlerische Fähigkeit von Schauspieler*innen ein, da wichtige Ressourcen blockiert werden (Götz, 2022). Dadurch wird der Fokus, die Möglichkeit schnelle Entscheidungen und Schwierigkeiten auf der Bühne zu lösen, verschlechtert. Zudem fällt es schwerer, den gelernten Text abzurufen und die richtige Position auf der Bühne einzuhalten. Insbesondere können diese negativen Gedanken Schauspielende daran hindern, den gewollten Charakter darzustellen und im Moment präsent zu sein (Brennan, 2020).

Wie durch die motivationale Komponente des Komponentenmodells beschrieben, geht Lampenfieber mit dem Wunsch, die Situation zu verlassen, einher. Die Vermeidungsmotivation zeigt sich auch darin, dass möglichst keine Fehler gemacht werden sollen, anstatt in der Tätigkeit aufzugehen und andere damit zu beglücken (Götz, 2022).

Um all dies zu verhindern, können Schauspielende versucht sein, über Perfektion die Entstehung von Lampenfieber zu unterbinden. Dies fördert allerdings die Angst vor Kritik, insbesondere der eigenen Kritik. Zudem kann Lampenfieber über all diese Komponenten zu einem Gefühl von Selbstzweifel und dem Versuch führen, alle Gefühle und Emotionen beiseitezuschieben. Dieses Abkapseln bewirkt allerdings, dass Schauspieler*innen nicht die Leistungen erbringen, zu denen sie – ohne Lampenfieber – fähig wären (Brennan, 2020).

Prävalenz

Während es einige Studien gibt, welche die Prävalenz von Lampenfieber bei Musiker*innen beforschen (Fishbein & Middlestadt, 1988; Kenny, 2009; Mumm et al., 2020; Van Kemenade et al., 1995) fehlen diese für die Profession des Schauspiels (Goodman & Kaufman, 2014). Auch wenn in einer großen Anzahl von Publikationen darauf eingegangen wird, dass Lampenfieber bei Schauspieler*innen eine hohe Prävalenz aufweist (Brennan, 2020; Goodman, 2014; Metzsig & Schuster, 2018; Simmonds & Southcott, 2012), können die Wenigsten genaue Zahlen dazu nennen. Steptoe et al. (1995) haben die Prävalenz bei Londoner Schauspielstudierenden erhoben und postulieren, dass Lampenfieber für 9,6% ein großes Problem und für 36,7% als moderates Problem darstellt. Somit leiden knapp 50% der befragten Studierenden zumindest moderat unter Lampenfieber (Steptoe et al., 1995). Zusätzlich zu der fehlenden Fachliteratur wird Lampenfieber auch innerhalb der Schauspielcommunity nicht zum Thema gemacht. Dies führt dazu, dass Schauspieler*innen das Gefühl haben können, sie wären mit diesem Problem allein (Brennan, 2020).

Messung von Lampenfieber

Zur Zeit gibt es in der Literatur kein Erhebungsinstrument, welches Lampenfieber explizit für Schauspieler*innen erhebt. Diese Lücke ist entstanden, weil die Schauspielerei nicht als kreativer Akt gesehen wurde, da Schauspieler*innen ein vorgegebenes Skript haben und dadurch in der Kreativitätsforschung übergangen wurden (Reciniello, 1991). Einige Erhebungsinstrumente beschäftigen sich allerdings dezidiert mit Lampenfieber bei Musiker*innen. Diese Gruppe ist unter allen anderen

Personengruppen, die unter Lampenfieber leiden können, eine besondere. Dies liegt daran, dass einerseits bereits meistens in der Kindheit angefangen wird zu musizieren, wodurch Musik einen großen Einfluss auf die persönliche Entwicklung dieser Menschen hat, diese andererseits aber auch oftmals unsichere berufliche Anstellungen haben (Nagel, 1993). Nachdem diese Merkmale allerdings ebenso auf Schauspieler*innen zutreffen, scheint sich Lampenfieber bei Schauspieler*innen nicht von jenem von Musiker*innen zu unterscheiden, wodurch die gleichen Erhebungsmethoden verwendet werden können (Brennan, 2011).

Eine Skala zur Erhebung von Lampenfieber ist das *Performance Anxiety Inventory* (PAI). Der PAI besteht aus 20 Items und umfasst drei Komponenten: die kognitive, die physiologische und die verhaltensbezogene Komponente. Die Antworten beziehen sich bei dieser Skala immer darauf, wie sich die Testpersonen fühlen, während sie vor dem Publikum auftreten. Bewertet wird hierbei auf einer 4-stufigen Likert Skala (Nagel et al., 1981). Ein weiteres Erhebungsverfahren stellt das *Kenny Music Performance Anxiety Inventory* (K-MPAI) dar. Dieses wurde im Jahr 2009 entwickelt und bestand ursprünglich aus 26 Items. 2011 wurde es auf 40 Items erweitert und wird seither in 22 verschiedenen Sprachen angewendet. Der K-MPAI basiert auf der Angstdefinition von Barlow und wird mittels einer 7-stufigen Likert-Skala erhoben. Da der neuere K-MPAI gute Reliabilitäten und Validität aufweist, wird in neueren Studien dieser dem PAI vorgezogen (Kenny, 2023).

In dieser Arbeit wird die Skala von Götz (2022) genutzt. Für diese wurde das *Academic Emotions Questionnaire* (AEQ) (Pekrun et al., 2011) adaptiert und auf musikalische Aufführungen angepasst. Die 12 Fragen beziehen sich dabei sowohl auf die empfundene Situation vor dem Auftritt als auch explizit währenddessen. Über diesen Fragebogen werden die affektive, kognitive, motivationale und physiologische Komponenten von Lampenfieber erfragt. Die expressive Komponente wurde ausgespart, da diese schwer bei sich selbst einzuschätzen ist. Beantwortet werden die einzelnen Fragen über eine 5-stufige Likert-Skala (Götz, 2022).

Einflussfaktoren auf Lampenfieber

In diesem Kapitel soll beleuchtet werden, welche Faktoren einen Einfluss auf die Entstehung von Lampenfieber haben. Auch wenn dies explizit für Schauspieler*innen noch wenig beforscht wurde (Goodman & Kaufman, 2014), gibt es

Studienergebnisse aus anderen Berufsgruppen, welche dieser Frage nachgegangen sind.

Charakter

Ob eine Person zu Lampenfieber neigt, wird durch die eigene Persönlichkeit bestimmt. So zeigen Menschen mit einem hohen Grad an Extraversion und emotionaler Stabilität geringeres Lampenfieber und mehr Freude in Bezug auf eine bevorstehende Performance (Cerin & Barnett, 2011; McCroskey et al., 2001; Steptoe & Fidler, 1987). Auf der anderen Seite sind ein geringes Selbstbewusstsein und eine geringe Selbstwirksamkeit Prädiktoren für ein höheres Level von Lampenfieber (Langendörfer et al., 2006). Fehlendes Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten kann zu einer negativen Interpretation der bevorstehenden Performance führen, wodurch sich das empfundene Lampenfieber erhöht und die eigene Leistung gehemmt wird (Hanton et al., 2004). Zudem korreliert Neurotizismus positiv mit dem wahrgenommenen Lampenfieber (Steptoe et al., 1995).

Alter

Welchen Einfluss das Alter auf das empfundene Lampenfieber hat, ist nicht eindeutig zu beantworten. Bei Schauspielstudierenden wurde kein signifikanter Einfluss des Alters auf das Lampenfieber gefunden (Steptoe et al., 1995). Allerdings ist das Alter in dieser Stichprobe sehr homogen, wodurch es schwierig ist, diese Schlüsse zu verallgemeinern. Bei Studien an Musiker*innen zeigen sich konträre Studienergebnisse. Während einige Untersuchungen zu dem Ergebnis kommen, dass das Alter keinen Einfluss auf das Level von Lampenfieber hat (Van Kemenade et al., 1995) konnte in anderen Studien wieder ein positiver Zusammenhang zwischen diesen beiden Konstrukten gefunden werden (Sokoli et al., 2022).

Geschlecht

Das Geschlecht konnte sich unter verschiedenen Stichproben von Schauspieler*innen als signifikanter Prädiktor herausstellen. Weibliche Schauspielstudierende geben häufiger an Lampenfieber als Problem zu sehen und sich dadurch in ihrer Leistung gehemmt zu fühlen als ihre männlichen Kommilitonen (Steptoe et al., 1995). Aber auch unter Elite Schauspieler*innen zeigt sich das selbe Bild. Im Vergleich zu männlichen Schauspielern berichten weibliche Schauspielerinnen signifikant häufiger unter Lampenfieber zu leiden (Goodman & Kaufman, 2014).

Publikumsgröße

Die Publikumsgröße hat einen klaren Einfluss auf die Emotionen von Schauspieler*innen. In einem Experiment konnte gezeigt werden, dass sich die Sprechpausen und Wortauslassungen in einem positiven Zusammenhang mit der Publikumsgröße befinden. Sowohl die Länge der Sprechpausen als auch die Häufigkeit der Wortauslassungen können als Indikator für Angst interpretiert werden. Dies bedeutet, dass das Lampenfieber mit wachsender Publikumsgröße ansteigt. Auf der anderen Seite berichten Schauspieler*innen am liebsten vor großen Gruppen aufzutreten und hierbei die größte Freude zu empfinden. So sollte im besten Fall das Publikum als groß genug betrachtet werden, um die größtmögliche Freude am Schauspielen zu empfinden, aber dennoch klein genug sein, um kein zu hohes Maß an Lampenfieber hervorzurufen (Lemasson et al., 2018).

Gruppe

Auch die Anzahl an Personen, die gemeinsam auf der Bühne stehen, kann einen Einfluss auf das empfundene Lampenfieber haben, wobei dieser sowohl positiv als auch negativ sein kann. Durch das Performen in einer Gruppe können sich Schauspieler*innen unterstützt fühlen und eine Verbundenheit mit ihren Kolleg*innen empfinden. Zudem wird auch eine höhere Emotionalität, Verantwortungsgefühl und Humor erwähnt. Des Weiteren kann durch das Erleben einer Aufführung als Gruppe die Erfahrung als intensiver und bereichernder empfunden werden (Simmonds & Southcott, 2012).

Aber das Darstellen als Gruppe kann auch Nachteile haben. Während bei einem Solo-Auftritt die Konzentration gänzlich auf einen selbst gerichtet ist, muss man bei einem Auftritt als Gruppe auch auf weitere Personen fokussiert sein. Insbesondere beim Performen mit weniger erfahrenen Schauspieler*innen kann diese Interaktion zur Herausforderung werden (Simmonds & Southcott, 2012).

Prävention und Behandlung von Lampenfieber

Lampenfieber ist zwar ein unangenehmes Gefühl allerdings ist es nicht in jedem Fall pathologisch. Sollten die verschiedenen Komponenten, wie sie bereits beschrieben wurden, allerdings so eine starke Ausprägung annehmen, dass die betroffene Person einen starken Leidensdruck empfindet und die Leistungsfähigkeit

stark beeinträchtigt ist, wird die medizinische Diagnose *Auftrittsangst* gestellt (Spahn, 2011). In diesem Fall benötigen die Betroffenen eine gezielte Behandlung und Therapie. Ohne eben jene kann Auftrittsangst zur Berufsunfähigkeit führen. Weiters können diese Ängste zum Missbrauch von Alkohol, Beta-Rezeptoren-Blockern oder Tranquilizern verleiten. Solche Versuche der Selbstmedikation sind im Besonderen bei Orchestermusiker*innen verbreitet (Spahn, 2019).

Im besten Fall sollte es gar nicht zur Auftrittsangst kommen, sondern in präventiver Arbeit ein konstruktiver Umgang mit Lampenfieber erlernt werden. Dieser Erwerb von Kompetenzen beginnt bereits bei der Ausbildung im Kindes- und Jugendalter (Spahn, 2019). Petry (2018) stellte für die Arbeit an Schauspielstudierenden vier Schritte vor, um den Umgang mit Lampenfieber zu erlernen: identifizieren, analysieren, verbinden und überwinden. Im ersten Schritt versucht der Coach oder die Lehrperson die Studierenden dazu zu ermutigen, darüber nachzudenken und nachzuspüren, ob Lampenfieber bereits erlebt wurde und ob dieses als hilfreich oder hinderlich empfunden wurde (Petry, 2018). Dies ist insbesondere dafür notwendig, um zu verstehen, dass dies nichts ist, wofür sich Schauspieler*innen schämen müssen (Brennan, 2020; Petry, 2018). Dieses Nachspüren kann ein befreiendes aber auch ein bestärkendes Gefühl sein (Petry, 2018).

Sollte im ersten Schritt festgestellt werden, dass hinderndes Lampenfieber empfunden wird, wird im zweiten Schritt der Analyse versucht herauszuarbeiten, woher dieses Gefühl kommt. Ist der Ursprung eine Angst vor Ablehnung, Angst davor Fehler zu machen oder Angst davor schlecht bewertet zu werden? Ebenso sollte sich der Frage gewidmet werden, woher diese Angst kommen könnte. Insbesondere Eltern oder auch Lehrpersonen können einen perfektionistischen Anspruch an sich selbst gefördert haben.

Bevor Lampenfieber im vierten Schritt überwunden werden kann, muss zuvor im dritten Schritt den Studierenden verdeutlicht werden, dass Körper und Psyche eine Einheit bilden. Lampenfieber als Emotion findet somit nicht nur im Kopf statt, sondern zeigt sich auch auf der körperlichen Ebene (Petry, 2018). Dies wurde bereits in Abbildung 1 deutlich illustriert. Zuletzt werden einige Übungen präsentiert, um zu erlernen, eine Auftrittssituation ohne Lampenfieber zu meistern. Beispielsweise sollen kraftvolle Positionen eingenommen werden, wodurch Selbstvertrauen ausgestrahlt,

aber auch empfunden wird. Auch das Halten von Blickkontakt trägt hierzu bei, ebenso wie das Visualisieren von Auftrittssituationen (Petry, 2018).

Sollten präventive Maßnahmen nicht genutzt oder nicht stattgefunden haben, wodurch sich eine pathologische Auftrittsangst entwickelt hat, sind andere Behandlungsansätze notwendig. Diese können aus tiefenpsychologischen, verhaltenstherapeutischen, körpertherapeutischen und pharmakotherapeutischen Verfahren bestehen (Spahn, 2019). In der Literatur werden zudem viele verschiedene Techniken zur Selbsthilfe bei Lampenfieber und Auftrittsangst geboten (Abromeit, 2014; Bühner, 2012; Lubert et al., 2024; Metzsig & Schuster, 2018). Allerdings lässt sich keine systematische Überlegenheit einer bestimmten Technik oder eines bestimmten Therapieansatzes feststellen (Spahn, 2019).

Eine sehr bekannte und einfache Intervention bei Lampenfieber stellen verschiedene Entspannungsmethoden dar (Abromeit, 2014; Bühner, 2012; Lubert et al., 2024; Metzsig & Schuster, 2018). Entspannung stellt den Gegenpol zur Angst und somit auch zu Lampenfieber dar. Es ist nicht möglich Angst zu empfinden, während man im Zustand der Entspannung verweilt (Metzsig & Schuster, 2018). Es gibt verschiedene Möglichkeiten, um Entspannung hervorzurufen, unter anderem bestimmte Atemtechniken, Yoga, autogenes Training oder Meditation, um nur einige zu nennen (Abromeit, 2014; Bühner, 2012; Metzsig & Schuster, 2018). In einer Studie konnte sogar gezeigt werden, dass eine Kombination aus diesen Entspannungsverfahren, Lampenfieber bei Schauspieler*innen mehr lindert als neurolinguistische Programmierung (Valentine et al., 2006).

Neben den eben erwähnten Verfahren, welche auf der körperlichen Ebene ansetzen, gibt es auch viele Strategien, um sich psychisch gegen Lampenfieber zu wappnen. So kann das Arbeiten mit positiven Ankern (Metzsig & Schuster, 2018), mit positiven Formulierungen (Bühner, 2012) und der Einsatz von Stopp-Techniken gegen negative Gedanken und Katastrophenfantasien hilfreich im Umgang mit Lampenfieber sein (Abromeit, 2014). Aber auch Selbsthypnose, eine systematische Desensibilisierung für Auftrittssituationen oder der Einsatz von Medikamenten kann zum Erfolg führen (Metzsig & Schuster, 2018). Dies ist nur ein Auszug an möglichen Verfahren, um Lampenfieber zu verringern, diese Aufzählung erhebt daher keinesfalls einen Anspruch auf Vollständigkeit.

Abhängig von der Schwere und der Symptombdauer kann es allerdings auch nötig sein, professionelle Hilfe hinzuzuziehen. So gibt es beispielsweise am Freiburger Institut für Musikmedizin Spezialprechstunden für Musiker*innen mit Auftrittsangst. Zur Behandlung dieses pathologischen Angstzustandes wird das multimodale Behandlungsmodell eingesetzt (Spahn, 2019). Bei diesem Verfahren wird eine Kombination aus personen- und problemorientierten Methoden eingesetzt, um ein tiefenpsychologisches Verständnis für die Persönlichkeit des Patienten/der Patientin zu erhalten, während versucht wird mit lerntheoretischen, verhaltenstherapeutischen und körperorientierten Verfahren, Lampenfieber zu verringern. Ein zentraler Punkt ist hierbei auch die Analyse der bisherigen Auftrittserfahrungen und die Aufarbeitung von Ressourcen. Aber auch die praktische Arbeit am Instrument und der eigenen Stimme findet Raum in diesem Therapieansatz. Zusätzlich zu den bereits erwähnten Entspannungstechniken werden Vorspielübungen durchgeführt und mittels Video-Feedback dysfunktionale Aspekte der Eigenwahrnehmung thematisiert und positive Auftrittserfahrungen vermittelt. Während des Auftritts sollen spezifische Techniken angewandt werden, die helfen sollen, die volle Konzentration auf das Spielen oder Singen selbst zu richten (Spahn, 2011). Diese Sitzungen zwischen Musiker*in und Therapeut*in sollten für eine erfolgreiche Behandlung etwa alle vier Wochen stattfinden und dauern in etwa 60-90 Minuten. Der zeitliche Abstand zwischen den Behandlungen ist wichtig, um den Patient*innen die Möglichkeit zu geben, das Erlernte zu erproben und zu verinnerlichen. Bei konsequenter Behandlung konnten in mehr als 10 Jahren sehr gute Erfolge verzeichnet werden (Spahn, 2019).

Kontroll-Wert-Theorie und Lampenfieber

Nachdem Lampenfieber mit all seinen Auswirkungen und Darstellungsformen eingehend diskutiert wurde, soll im folgenden Kapitel eine theoretische Verortung dieser spezifischen Angst stattfinden. Ebenso wird die Kontroll-Wert-Theorie und ihre Bedeutung für das Verständnis von Lampenfieber vorgestellt.

Lampenfieber als Leistungsemotion

Um ein tieferes Verständnis für Lampenfieber zu generieren, ist es notwendig, diese im Kontext der Emotionstheorien zu verorten. Grundsätzlich ist Lampenfieber den Leistungsemotionen („achievement emotions“) zuzuordnen. Definierend für diese Art von Emotionen ist, dass sie im Kontext einer leistungsbezogenen Aktivität oder in Bezug auf ein Leistungsergebnis erlebt werden. Neben der Angst sind unter anderem auch Hoffnung, Ärger, Stolz, Scham, Freude und Frustration als Leistungsemotionen zu verstehen (Pekrun, 2006). Die Taxonomie aller Leistungsemotionen basiert auf drei Dimensionen - der Valenz, dem Arousal und dem Objektfokus. Die Valenz drückt hierbei aus, ob eine Leistungsemotion als positiv (angenehm) oder negativ (unangenehm) empfunden wird. Das Arousal auf der anderen Seite gibt an wie aktivierend eine Emotion wirkt. Diese Aktivierung bezieht sich auf verschiedene Parameter wie die Herzfrequenz oder Atemfrequenz, aber auch auf das Gefühl kraftvoll und energiegeladen zu sein. Emotionen können auf dieser Ebene danach kategorisiert werden, ob sie aktivierend oder beruhigend wirken. Der Objektfokus gibt an, worauf sich diese Leistungsemotion bezieht. Das Alleinstellungsmerkmal der Leistungsemotionen ist, dass sich diese Kategorie von Emotionen auf Leistungsereignisse oder Leistungsergebnisse bezieht. Bei Leistungsergebnissen wird eine zeitliche Unterscheidung getroffen, ob diese retrospektiv betrachtet oder prospektiv imaginiert werden (Pekrun et al., 2023). Lampenfieber wird laut dieser Taxonomie, wie in Tabelle 1 abgebildet, als aktivierende Emotion mit einer negativen Valenz bei einem prospektiven Leistungsergebnis kategorisiert.

Tabelle 1*Dreidimensionale Taxonomie von Leistungsemotionen (Pekrun et al., 2023)*

Objektfokus	positiv		negativ	
	aktivierend	deaktivierend	aktivierend	deaktivierend
Leistungsereignis	Aufregung	Entspannung	Wut/Frustration	Langeweile
Leistungsergebnis - prospektiv	Hoffnung	Sicherheit	Angst	Hoffnungslosigkeit
Leistungsergebnis - retrospektiv	Stolz	Erleichterung/ Zufriedenheit	Scham/ Schuld	Enttäuschung/ Traurigkeit

Anmerkung. Tabelle wurde aus dem Englischen ins Deutsche übersetzt.**Kontroll-Wert-Theorie**

Allerdings weckt nicht jede Leistungssituation für alle Menschen die gleiche Emotion. Oftmals reagiert dieselbe Person auf die gleiche Leistungssituation mit unterschiedlichen Emotionen. Um herauszufinden, wieso dies so ist, wurde in der Emotionsforschung der Appraisal-Ansatz entwickelt. Unter Appraisal wird die kognitive Einschätzung und Interpretation einer Situation, einer Tätigkeit oder der eigenen Person verstanden. Je nachdem wie diese Bereiche interpretiert werden, wird eine bestimmte Emotion hervorgerufen (Frenzel et al., 2020). Die Kontroll-Wert-Theorie von Pekrun (2006) basiert auf eben jenem Appraisal-Ansatz, bezieht sich allerdings dezidiert auf Leistungsemotionen (Frenzel et al., 2020). Zentral für diese Theorie sind zwei determinierende Faktoren: Kontrolle und Wert. Welche Emotion nun in einer Leistungssituation oder bezüglich eines Leistungsergebnisses empfunden wird, hängt davon ab, ob diese Situation als kontrollierbar wahrgenommen wird und welchen Wert diese Aktivität oder das Ergebnis hat (Pekrun, 2006).

Die Dimension der Kontrolle bezeichnet die subjektiv wahrgenommene Kontrollierbarkeit einer Situation und dessen Ergebnis. Die Kontrolle kann hierbei durch die Person selbst ausgeübt werden oder auch durch externale Faktoren bestimmt sein (Pekrun & Perry, 2014). Diese subjektive Kontrolle kann sich dabei sowohl auf zukunftsgerichtete Erwartungen, die aktuelle Situation oder auf retrospektiv betrachtete Erfolge oder Misserfolge beziehen (Frenzel et al., 2020).

Um die Kontroll-Appraisals zu operationalisieren, wurde in bereits durchgeführten Studien in Bezug auf Prüfungsangst auf die verwandten Konstrukte der Selbstwirksamkeit und des Selbstkonzeptes zurückgegriffen (Pekrun & Perry, 2014). Liu et al. (2024) untersuchten den Zusammenhang von Selbstwirksamkeit als auch des Selbstkonzeptes von Schüler*innen auf die empfundene Angst im Mathematikunterricht. Hierbei zeigte sich, dass beide Konstrukte negativ mit Angst im Mathematikunterricht korrelieren (Liu et al., 2024). Gleiches zeigte sich auch für das Erlernen der Fremdsprache Englisch. Schüler*innen, die ein hohes Maß an Selbstwirksamkeit aufweisen, haben seltener und weniger Angst bei Übungen in dieser Fremdsprache (Yue et al., 2023). Sogar bei Schüler*innen der Elementarstufe konnte dieser negative Zusammenhang zwischen dem akademischen Selbstkonzept und Prüfungsangst nachgewiesen werden (Muis et al., 2015). Auch in meta-analytischen Verfahren konnte der negative Zusammenhang zwischen Selbstkonzept und Prüfungsangst gefunden werden (von der Embse et al., 2018).

Die Wert-Komponente der Kontroll-Wert-Theorie setzt sich aus zwei verschiedenen Bewertungen zusammen. Einerseits kommt es darauf an, wie wichtig bzw. wie hoch der subjektive Wert dieser Leistungssituation oder dieses Leistungsergebnisses ist. Andererseits involviert der Wert die kategoriale Bedeutung, also ob die Leistungssituation oder das Leistungsergebnis grundsätzlich positiv oder negativ ist (Pekrun & Perry, 2014).

Zur Operationalisierung der Wert-Komponente wurden in den vorgestellten Studien unterschiedliche Konstrukte genutzt. In einer Studie wurde dies über die Frage, wie wichtig es den Schüler*innen sei, gute Noten zu erhalten, gemacht. Hierbei zeigte sich ein positiver Zusammenhang. Je wichtiger es war, gute Noten zu haben, umso höher fiel auch die Prüfungsangst aus (Ringeisen et al., 2016). In der Studie von Liu et al. (2024) wurden sowohl die intrinsische als auch die extrinsische Wert-Appraisal mit Prüfungsangst in Verbindung gebracht. Während die intrinsische Wert-Appraisal zu einem niedrigeren Ausmaß an Prüfungsangst im Mathematikunterricht führt, erhöht ein extrinsischer Wert-Appraisal diese (Liu et al., 2024). Diese konträren Ergebnisse für externe und interne Wert-Appraisal konnten ebenso für den Erwerb der Fremdsprache Englisch gefunden werden (Yue et al., 2023). Somit wird deutlich, dass es, im Vergleich zur Kontroll-Appraisal, in der Wert Komponente zu kontrastierenden Ergebnissen kommt, je nach Studiendesign und Operationalisierung.

Weiters muss bedacht werden, dass auch die beiden Konstrukte Kontrolle und Wert, miteinander interagieren (Boehme et al., 2017).

Diese beiden Appraisals werden sowohl durch die Situation als auch durch die Person selbst beeinflusst. Situative Begebenheiten können sowohl die Kontrollerwartung als auch die Einschätzung der Bedeutsamkeit bestimmen. Allerdings müssen diese Begebenheiten erst durch die wahrzunehmende Person interpretiert werden. Sollten keine situativen Gegebenheiten bekannt sein, auf die sich die Interpretation stützen könnte, muss auf generalisierte subjektive Kontroll- und Wertüberzeugungen zurückgegriffen werden (Frenzel et al., 2020). Durch diese subjektiven Bewertungen wird die Individualität von wahrgenommenen Emotionen deutlich, wenngleich auch eine Generalisierbarkeit von Leistungsemotionen in der Kontroll-Wert-Theorie postuliert wird. Ungeachtet des Geschlechts, des Leistungskontexts oder des soziohistorischen Kontexts, führt das gleiche Maß an wahrgenommener Kontrolle und Wert zu der gleichen Emotion. Natürlich ist die Intensität und Häufigkeit wieder individuell und kann stark variieren (Pekrun & Perry, 2014).

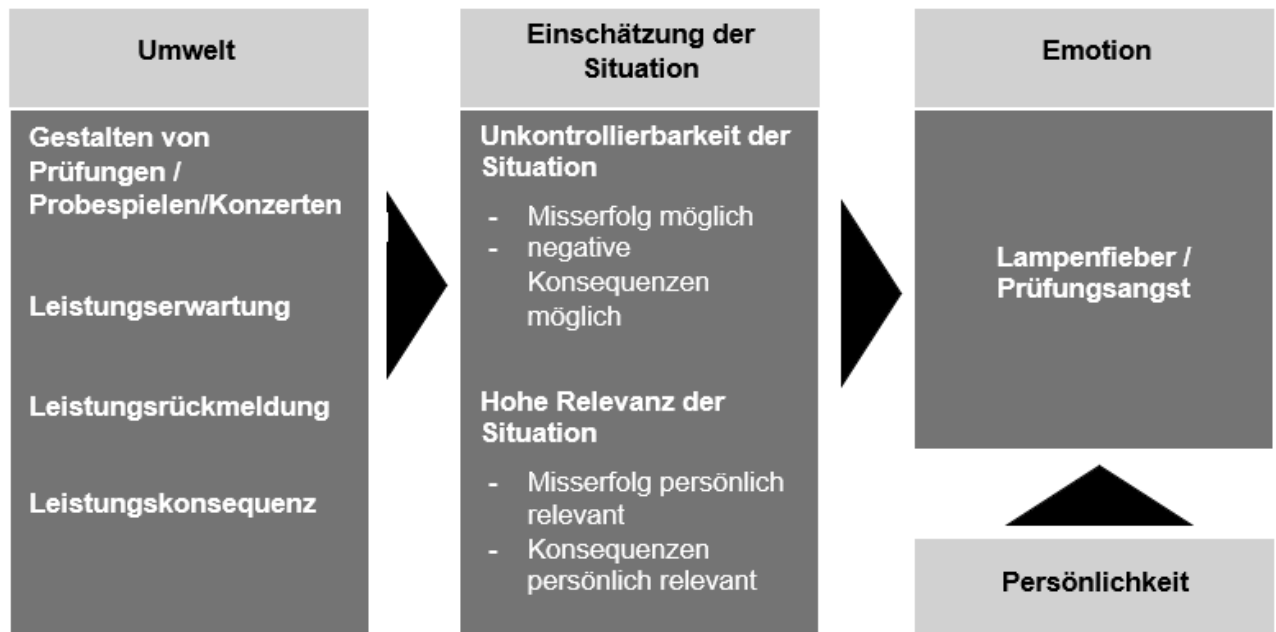
Die Kontroll-Wert-Theorie befasst sich allerdings nicht nur mit den Prädiktoren für die Entstehung bestimmter Leistungsemotionen, sondern auch mit ihren Wirkungen, unter anderem mit ihr Wirkung auf die Motivation. So kann Prüfungsangst zum einen die intrinsische Motivation reduzieren, während sie gleichzeitig die extrinsische Motivation steigert, um ein mögliches Scheitern zu vermeiden (Pekrun & Perry, 2014).

Lampenfieber in der Kontroll-Wert-Theorie

Wie bereits erwähnt, ist Lampenfieber eine Leistungsemotion, die sich auf das Leistungsereignis eines Auftritts bezieht. Götz (2022) hat die Kontroll-Wert-Theorie genutzt, um die Ursachen von Lampenfieber zu erklären. Der Zusammenhang aus Umwelt und Einschätzung der Situation auf die Entstehung von Lampenfieber ist in Abbildung 2 dargestellt. Durch dieses Schaubild wird erneut deutlich, dass die gleiche Umweltbedingung bei unterschiedlichen Personen zu einem unterschiedlichen Ausmaß an Lampenfieber führen kann, da dies durch die subjektive Einschätzung mediiert wird. Zusätzlich beeinflussen Persönlichkeitsmerkmale, wie sie auch bereits

im Abschnitt über Einflussfaktoren diskutiert wurden, die Ausprägung von Lampenfieber (Götz, 2022).

In Bezug auf Lampenfieber wird bei der subjektiven Einschätzung von einer Unkontrollierbarkeit in zwei verschiedenen Bereichen ausgegangen: zum einen von einer Unkontrollierbarkeit von Dingen außerhalb des Selbst und zum anderen innerhalb des Selbst. Eine als unkontrollierbar wahrgenommene Situation außerhalb des Selbst kann entstehen, wenn beispielsweise ein*e Kritiker*in zur Aufführung erscheinen wird und das Gefühl entsteht, dass in jedem Fall eine negative Kritik geschrieben wird, ungeachtet der tatsächlich erbrachten Leistung. Somit scheint die Situation und die negative Konsequenz daraus als unkontrollierbar. Auch innerhalb des Selbst liegen, als unkontrollierbar wahrgenommene Aspekte (Götz, 2022). Diese könnten unter anderem sein, dass die Stimme zitterig und kurzatmig klingt oder durch die Aufregung die feinmotorischen Bewegungen eingeschränkt sind (Brennan, 2020). Durch dieses Gefühl der Unkontrollierbarkeit des eigenen Körpers bzw., für Schauspieler*innen, des eigenen Instruments, werden Misserfolge und daraus resultierende negative Konsequenzen wahrscheinlicher. Wenn eine Situation, wie ein Auftritt und darauf folgenden Konsequenzen für eine Person aber eine hohe Relevanz haben, weil davon beispielsweise das Beschäftigungsverhältnis und der eigene Ruf abhängt, intensiviert sich das Lampenfieber. Zusammengefasst entsteht Lampenfieber laut der Kontroll-Wert-Theorie, wenn eine Situation als unkontrollierbar wahrgenommen wird, während diese und deren Konsequenz gleichzeitig eine hohe persönliche Relevanz aufweisen (Götz, 2022).

Abbildung 2*Ursachen von Lampenfieber/Prüfungsangst (Götz, 2022)*

Im Moment gibt es keine Studien, die sich mit Lampenfieber im Rahmen der Kontroll-Wert-Theorie auseinandersetzen. Ausschließlich Goodman und Kaufman (2014) haben untersucht, in welchem Zusammenhang Lampenfieber bei Schauspieler*innen mit dem Kontrollempfinden und der Selbstwirksamkeit steht. In dieser Studie hat sich gezeigt, dass emotionale Stabilität, internes Kontrollempfinden und das männliche Geschlecht mit einem geringeren Ausmaß an Lampenfieber verknüpft sind (Goodman & Kaufman, 2014).

Am Ende des theoretischen Teils dieser Masterarbeit kann gesagt werden, dass es ein klares Verständnis für die Biologie, Symptome und verschiedenen Komponenten von Lampenfieber gibt. Ebenso sind die teilweise drastischen Auswirkungen, bis hin zur Aufgabe des Berufs, bekannt. Dennoch fehlt es an Studien, die sich dezidiert mit Lampenfieber bei Schauspieler*innen beschäftigen, um die Spezifika dieser Berufsgruppe besser zu verstehen und evidenzbasierte Interventionen anbieten zu können. Durch Anwendung der Kontroll-Wert-Theorie wird gehofft, einen Teil dieser Forschungslücke mittels der durchgeführten Untersuchung zu füllen.

Fragestellungen und Hypothesen

Ziel des empirischen Teiles dieser Masterarbeit ist es, ein tieferes Verständnis für Lampenfieber bei Schauspieler*innen zu generieren, indem untersucht wird, ob die Effekte der beiden Prädiktoren, Kontrollierbarkeit und Wert, unter Anwendung der Kontroll-Wert-Theorie, signifikant sind.

Ebenso soll beforscht werden, ob das empfundene Lampenfieber die intrinsische Motivation der Schauspieler*innen, d.h. die Kunstform des Schauspielens weiterhin auszuüben, beeinflusst.

Zudem wird versucht, explorativ weitere moderierende Effekte zu finden.

Aus dem vorgestellten Forschungsinteresse ergeben sich zwei Forschungsfragen:

Sind Kontrollierbarkeit und Wert signifikante Prädiktoren für die Entstehung von Lampenfieber?

Welche Moderatorvariablen beeinflussen die Entstehung von Lampenfieber?

Anhand der Kontroll-Wert-Theorie wurden folgende Hypothesen aufgestellt:

H1: Je höher die subjektive Kontrollierbarkeit einer Situation, umso niedriger ist das empfundene Lampenfieber.

H2: Je höher der subjektive Wert einer Situation, umso höher ist das empfundene Lampenfieber.

H3: Je höher das empfundene Lampenfieber, umso niedriger die intrinsische Motivation.

Zudem werden einige theoriegeleitete Moderatoren, wie Geschlecht (Biasutti & Concina, 2014; Goodman & Kaufman, 2014), Publikumsgröße (Lemasson et al., 2018) und Motivation (Pekrun & Perry, 2014) in die Analyse miteinbezogen. Weiters werden die erhobenen Daten explorativ auf andere moderierende Einflussgrößen, wie Professionalität, Status der Schauspiellaufbahn und Anzahl an Schauspieler*innen untersucht. Außerdem wird eine Gegenüberstellung zwischen Schauspieler*innen und Musicaldarsteller*innen angestrebt.

Methode

Das folgende Kapitel beschreibt das methodische Vorgehen zur Beantwortung der eben vorgestellten Forschungsfragen. Zunächst wird das Untersuchungsdesign vorgestellt und die Stichprobe genauer beschrieben, während im Anschluss die genutzten Skalen des Fragebogens erläutert werden.

Untersuchungsdesign

Zur Erhebung der benötigten Daten wurde ein Fragebogen genutzt, welcher über die Plattform *Soci-Survey* (Leiner, 2024) beantwortet wurde. Dieser setzte sich aus verschiedenen Skalen zur Erhebung von Lampenfieber, Motivation, Kontrolle und Valenz zusammen. Die gesammelten Daten stammen aus dem Zeitraum von November 2024 bis 14. Februar 2025.

Stichprobenbeschreibung

Die Datenerhebung fand online statt. Hierbei wurden drei große Gruppen adressiert: Schauspielstudierende, Amateurschauspieler*innen sowie professionelle Schauspieler*innen. Ebenso werden Musicaldarsteller*innen in Ausbildung, im Amateur- und professionellen Bereich befragt. Die Daten wurden im DACH-Bereich erhoben, wobei gezielt Schauspielschulen, Amateurvereine und Theater in der Schweiz, Österreich und Deutschland per Mail und über Social Media um Teilnahme gebeten wurden. Zusätzlich wurde der Fragebogen über Facebook geteilt und persönliche Kontakte genutzt. Da der Fragebogen auf Deutsch zu beantworten war, war die Beherrschung dieser Sprache eine Voraussetzung für die Beantwortung, ebenso wie das Mindestalter von 18 Jahren. Über dieses breite Sampling soll es möglich werden die Einflüsse von Publikumsgröße, Professionalität und Status der Schauspiellaufbahn zu untersuchen. Ebenso soll dadurch der explorative Vergleich zwischen Schauspieler*innen und Schauspieler*innen des Musiktheaters möglich werden.

Bereits durchgeführte Studien zum Thema Lampenfieber bzw. Prüfungsangst im Kontext der Kontroll-Wert-Theorie weisen einen mittleren bis großen Effekt auf, weshalb die benötigte Stichprobengröße über einen mittleren Effekt berechnet wird (f^2

= 0.15) (Boehme et al., 2017; Liu et al., 2022; Ringeisen et al., 2016). Unter der Annahme eines Alphaniveaus von 0.05 und einer Power von 95%, werden 91 Studienteilnehmer*innen benötigt. Für das angestrebte Alphaniveau von 0.01 müssen 122 Befragungen durchgeführt werden.

Mit der Teilnahme von 200 Personen, wobei 170 diese Befragung abschlossen, ist es möglich, alle Analysen unter der Annahme eines Alphaniveaus von 0.01 durchzuführen.

8 Personen ließen über 90% der Fragen unbeantwortet und wurden daher aus der Analyse exkludiert. Nach jeder Skala beendeten jeweils drei bis vier Personen die Befragung, sodass 172 Personen bis zu den abschließenden offenen Fragen kamen, die wiederum von 170 Personen abgeschlossen wurden. Zudem wurden zwei Teilnehmer*innen ausgeschlossen, da sie keine Schauspieler*innen sind. Von den inkludierten 189 Personen wurden vereinzelt Fragen in Skalen und offene Fragen ausgelassen. Die Fragen danach, wie viele Stunden pro Woche durchschnittlich geübt wurde und wie oft ein Stück im Durchschnitt gespielt wird, wurde jeweils nur von 150 Personen beantwortet und waren somit die am seltensten beantworteten Fragen. Die inkludierten 189 Fälle wurden dem *Little's MCAR* Test unterzogen, ausschließlich den nominalen Items bezüglich sonstiger Darstellungsformen. Dieser fiel signifikant aus ($p = .009$). Unter Ausschluss der beiden am wenigsten beantworteten Items ist dieser nicht mehr signifikant ($p = .207$), weshalb diese beiden Items aus der Analyse exkludiert wurden.

Das Durchschnittsalter der Befragten liegt bei 35.4 Jahren mit einem Minimum von 18 Jahren und einem Maximum von 86 Jahren. 48.1% der befragten Personen gaben an, sich mit dem weiblichen Geschlecht zu identifizieren, während 37% auf das männliche Geschlecht entfallen. 8 (4.2%) wählten die Option *divers* und 20 Personen beschlossen, diese Frage nicht zu beantworten. Im Durchschnitt schauspielern die Studienteilnehmer*innen seit 17.7 Jahren, wobei davon 16.4 Jahre auf der Bühne verbracht und im Schnitt 4.5 Jahre Unterricht erhalten wurde. 32.8% entfällt in dieser Stichprobe auf Schauspielstudierende, 44.4% besitzen eine abgeschlossene Schauspielausbildung und 12.7% haben keine Form der Schauspielausbildung genossen. Knapp ein Drittel bezieht das gesamte Einkommen aus der Schauspielerei, während ein Viertel gar kein Einkommen daraus bezieht. Die große Mehrheit mit 85.5% sind Schauspieler*innen, während nur 8.8% auf Musicaldarsteller*innen entfallen und

5.9% wählten als häufigste Darstellungsform *Sonstiges* (u.a. Opernsänger*innen). Eine tabellarische Übersicht der Stichprobe ist im Codebook im Anhang zu finden.

Operationalisierung und Messinstrumente

Der genutzte Fragebogen basierte stark auf jenem von Bruckner (2024). Fokus ihrer Erhebung lag allerdings auf Musiker*innen und somit wurden einzelne Items abgeändert und auf Schauspieler*innen angepasst. Um die vorgestellten Hypothesen zu testen, mussten vier verschiedene Skalen genutzt werden, eine zur Erhebung des Lampenfiebers, eine weitere für den Prädiktor Kontrolle, für den Wert und schlussendlich für die Motivation. Alle Items sind in der vergebenen Reihenfolge im Codebook nachzulesen.

Lampenfieber. Um das empfundene Lampenfieber zu erheben, wurde auf die Skala von Götz (2022) aus dem Buch „Lampenfieber und Prüfungsangst bei Musiker*innen“ zurückgegriffen. Diese wiederum basiert auf dem *Academic Emotions Questionnaire* (AEQ), welcher unter anderem Prüfungsangst im schulischen und universitären Kontext erhebt. Insgesamt besteht diese Skala aus 12 Items, wobei sich fünf davon auf die Situation vor dem Auftritt und sechs auf die Situation während des Auftritts beziehen. Entsprechend des bereits vorgestellten Komponentenmodells werden hierbei Fragen zu allen Komponenten, bis auf die expressive Komponente, gestellt (Götz, 2022). Zur Beantwortung wurde eine fünfstufige Likert-Skala genutzt, bei welcher die Teilnehmer*innen wählen konnten zwischen (1) *stimmt gar nicht*, (2) *stimmt kaum*, (3) *stimmt teilweise*, (4) *stimmt überwiegend* und (5) *stimmt genau*. Um einen Personenscore zu erlangen, wurden die Antworten der 12 Items aufsummiert und durch 12 dividiert. Dadurch ergab sich für jede Person ein Wert zwischen 1 und 5, wobei ein hoher Wert für stark ausgeprägtes Lampenfieber steht. Da diese Skala noch kaum für Forschungszwecke genutzt wurde, wurde die Reliabilität mittels der vorliegenden Daten berechnet. Mit einem Cronbachs Alpha von .832 besitzt diese eine gute Reliabilität.

Zwei Beispielitems aus der Skala zur Erhebung des individuellen Angst-Scores (Götz, 2022):

- Ich mache mir Sorgen, ob ich genug geübt habe.
- Wenn die Aufführung beginnt, habe ich Herzklopfen.

Kontrolle. Zur Operationalisierung des Kontroll-Prädiktors wurden die beiden Konstrukte Selbstwirksamkeit und Selbstkonzept genutzt. Dieser Ansatz wurde auch in früheren Untersuchungen zu diesem Thema verfolgt (Li et al., 2021; Muis et al., 2015; Pekrun & Perry, 2014; von der Emse et al., 2018; Yue et al., 2023). Die Skalen zur Erhebung dieser beiden Konstrukte stammen von Marsh et al. (2019) und wurden von Bruckner (2024) auf den musikalischen Kontext angepasst und für diese Masterarbeit erneut für die Befragung von Schauspieler*innen abgeändert. Die Gesamtskala setzt sich aus drei Items für die Selbstwirksamkeit und fünf weiteren für das Selbstkonzept zusammen. Die Beantwortung und Auswertung fand nach dem bereits vorgestellten Schema statt. Aufgrund der getätigten Adaptionen wurde die Reliabilität neu berechnet und weist mit einem Cronbachs Alpha von .87 eine gute Reliabilität auf.

Ein Beispielitem für Selbstwirksamkeit und Selbstkonzept von Marsh et al. (2019):

- Ich bin überzeugt, gut auftreten zu können. (Selbstwirksamkeit)
- Es fällt mir leicht zu spielen/singen und gut aufzutreten. (Selbstkonzept)

Wert. Die Wert-Skala setzt sich aus drei Subskalen zusammen, welche alle von Gaspard et al. (2017) übernommen, durch Bruckner (2024) adaptiert und nun erneut für Schauspieler*innen angepasst wurden. Die ersten drei Fragen beziehen sich auf die intrinsische Valenz, die nächsten vier Fragen auf die Bedeutung der Leistung und die letzten drei auf die persönliche Bedeutung. Auch für diese Skala bleiben das Antwortformat und die Auswertungsmodalitäten ident. Die Gesamtskala weist mit einem berechneten Cronbachs Alpha von .764 eine gute Reliabilität auf. Betrachtet man die drei Subskalen getrennt, fällt auf, dass die beiden Skalen *Intrinsische Valenz* und *Bedeutung der Leistung* ebenfalls jeweils gute Reliabilitäten haben (.813; .713), während die letzte Subskala zur persönlichen Bedeutung nur ein Cronbachs Alpha von .529 hat. Diese Skala sollte daher nur mit Vorbehalten analysiert und interpretiert werden.

Beispielitems aus den drei Subskalen zur Messung der Valenz von Gaspard et al. (2017):

- Ich mag es auf der Bühne zu stehen. (Intrinsische Valenz)
- Gute Bewertungen meines Auftritts sind mir wichtig. (Bedeutung der Leistung)

- Ein guter Auftritt ist mir persönlich sehr wichtig. (Persönliche Bedeutung)

Motivation. Um die intrinsische Motivation und den Einfluss von Lampenfieber auf diese zu untersuchen, wird jene über eine Skala von Pekrun et al. (2002) erhoben. Diese wurde grundsätzlich eingesetzt, um die intrinsische Motivation im Mathematikunterricht zu erheben. Auch hier fand eine Adaption durch Bruckner (2024) und für die vorliegende Arbeit statt. Die Skala besteht aus sechs Items und wird wie die bereits genannten Skalen beantwortet und ausgewertet. Diese Skala besitzt mit einem errechneten Cronbachs Alpha von 0.903 eine exzellente Reliabilität.

Beispielitem für die Skala zur Erhebung der intrinsischen Motivation:

- Ich freue mich bereits auf meinen nächsten Auftritt.

Ergänzend zu diesen Skalen wurden noch offene Fragen gestellt, um den Einfluss des Geschlechts, des Alters und der Publikumsgröße zu analysieren. Des Weiteren wurde erfragt, wie viel Prozent des Einkommens über die Schauspielerei verdient wird, seit wie vielen Jahren auf der Bühne gestanden wird oder wie viele Auftritte im Jahr gespielt werden. Alle offenen Fragen sind im Codebook im Anhang einzusehen.

Auszug aus den offenen Fragen:

- Studieren Sie gerade Schauspiel oder Gesang?
- Seit wie vielen Jahren treten Sie auf der Bühne auf?
- Ungefähr wie viel Prozent Ihrer Auftritte sind Solos?
- Welche ist Ihre primäre Darstellungsform?

Insgesamt umfasste die Erhebung 50 Fragen auf sechs Seiten. Die Daten wurden über das Programm SoSci-Survey gesammelt und heruntergeladen. .

Statistische Verfahren

Zur Analyse der Daten wurde das Programm SPSS 29 genutzt. Über Korrelationen sollen die linearen Beziehungen zwischen Lampenfieber und den Prädiktoren Kontrolle und Wert dargestellt werden. Ebenso soll auch der

Zusammenhang zwischen Lampenfieber und der intrinsischen Motivation, sowie den Kontrollvariablen errechnet werden. Zur genaueren Analyse werden multiple Regressionen genutzt, welche die Subskalen der Konstrukte Wert und Kontrolle in das Modell einbeziehen.

Ergebnisse

Im folgenden Kapitel werden zunächst die vorgestellten Hypothesen überprüft und die deskriptive Statistik der angewandten Skalen vorgestellt. Im zweiten Teil werden dann die explorativen Analysen durchgeführt und deren Ergebnisse präsentiert.

Hypothesenprüfung

Nachfolgend werden nun die Statistiken und Analysen präsentiert, die zur Beantwortung der drei Hypothesen notwendig sind.

Deskriptive Statistik

Die Skala zur Erhebung des Lampenfiebers besteht aus 12 Items, welche über eine 5-stufige Likertskala zu beantworten war. Je höher der Score einer Person ausfällt, desto höher ist auch das Lampenfieber. 188 von 189 Personen beantworteten diese Skala vollständig, wodurch für diese ein Gesamtscore berechnet werden konnte. Wie aus Tabelle 2 entnommen werden kann, liegt der Mittelwert bei 2.14 mit einer Standardabweichung von 0.57. 43.8% der Teilnehmer*innen erreichen einen Score zwischen 1 und 2, während nur 6.4% einen Wert über 3 erreichen. Zudem ist 4 der höchst erreichte Skalenwert. In dieser Gruppe von Schauspieler*innen zeigt sich somit vermehrt niedrig ausgeprägtes Lampenfieber.

Wie bereits beschrieben, wurde Kontrolle über die beiden Konzepte Selbstwirksamkeit und Selbstkonzept operationalisiert. Zunächst wird die Statistik der Gesamtskala vorgestellt und im Anschluss noch auf jede Subskala im speziellen eingegangen. Für 181 Personen kann ein Gesamtscore gebildet werden. Der Mittelwert liegt hier bei 3,8 mit einer Standardabweichung von 0.63. Je höher der Wert ausfällt, umso stärker ausgeprägt ist auch das gemessene Konstrukt. Nur 10% der befragten Personen erreichen einen niedrigeren Wert als 3, wobei im mindesten 2 Skalenpunkte erreicht wurden. Im Vergleich dazu erreichten 38.5% einen Wert zwischen 4 und 5. Die Subskala *Selbstwirksamkeit* zeigt einen Mittelwert von 3.93 mit einer Standardabweichung von 0.72. Auch die Subskala *Selbstkonzept* weist mit einem Mittelwert von 3.72 und einer Standardabweichung von 0,67 sehr hohe Werte auf.

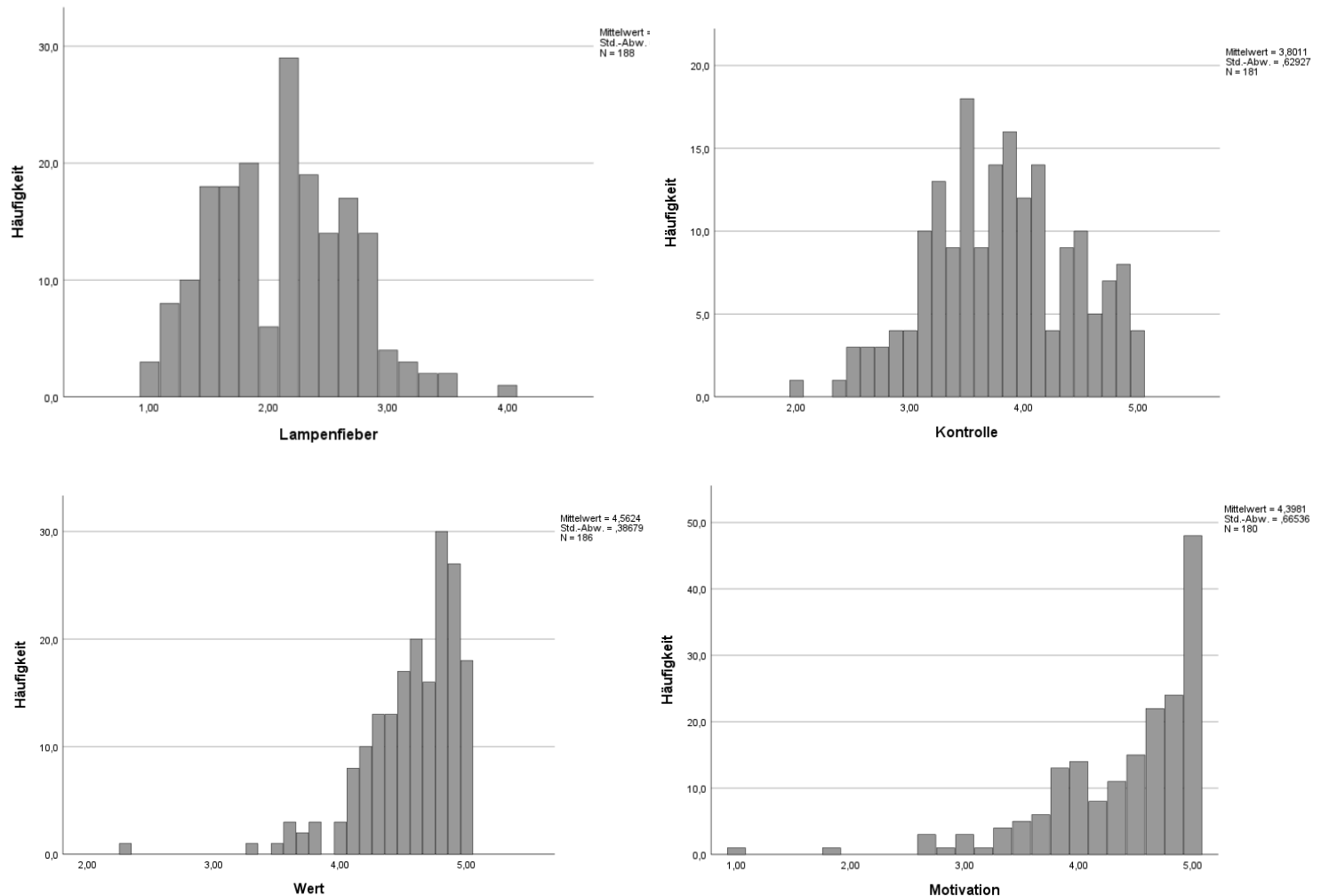
Zur Erhebung des Prädiktors Wert wurden die drei Subskalen *Intrinsische Valenz*, *Bedeutung der Leistung* und *Persönliche Bedeutung* zu einer Gesamtskala verrechnet. Dieser Score kann für 186 Personen berechnet werden und ergibt einen Mittelwert von 4.57 mit einer Standardabweichung von 0.39. Der niedrigste Wert liegt hier bei 2.3. Für die Subskala *Intrinsische Valenz* ergibt sich ein Mittelwert von 4.57 mit einer Standardabweichung von 0.58. In dieser Skala wird zwar der kleinstmögliche Wert von 1 erreicht, aber 47.1% erreichen den maximalen Score von 5. Die genaue Verteilung ist in Abbildung 3 dargestellt. Für die Subskala *Bedeutung der Leistung* zeigt sich ein ähnliches Bild mit einem Mittelwert von 4.5 und einer Standardabweichung von 0.51. Die Subskala *Persönliche Bedeutung* hat einen Mittelwert von 4.66 und eine Standardabweichung von 0.48. Für diese Skala liegt der niedrigste Wert erst bei 2.33.

Um die Auswirkung von Lampenfieber auf die intrinsische Motivation der Schauspieler*innen zu erheben, wurde diese über sechs Items erhoben. Für insgesamt 180 Teilnehmer*innen konnte ein Gesamtscore gebildet werden. Der Mittelwert liegt hier bei 4.4 mit einer Standardabweichung von 0.67. Der maximale Umfang von 1 bis maximal 5 wird für diese Skala ausgereizt.

Tabelle 2

Deskriptive Statistik der Skalen

	Mittelwert	Standard- abweichung	Minimum/ Maximum
Lampenfieber	2.14	0.57	1-4
Kontrolle	3.8	0.63	2-5
Selbstwirksamkeit	3.94	0.72	1.67-5
Selbstkonzept	3.72	0.67	2-5
Wert	4.56	0.39	2.3-5
Intrinsische Valenz	4.57	0.58	1-5
Bedeutung der Leistung	4.5	0.51	1-5
Persönliche Bedeutung	4.64	0.48	2.33-5
Motivation	4.4	0.67	1-5

Abbildung 3*Häufigkeitsverteilung der Skalen****Interferenzstatistische Ergebnisse***

Um die Hypothesen interferenzstatistisch zu überprüfen, wurden Korrelationen und lineare Regressionen durchgeführt. Zuvor wurden die Daten auf Normalverteilung, Ausreißer, Linearität und Multikollinearität überprüft.

Nachdem alle statistischen Voraussetzungen für die Analyse erfüllt waren, wurde zunächst eine Korrelationsmatrix erstellt, um einen Überblick über die Korrelationen dieser vier relevanten Scores zu erhalten. Wie Tabelle 3 zu entnehmen ist, zeigen sich zwischen all diesen vier Variablen signifikante negative Korrelationen. Auch die Subskalen korrelieren signifikant negativ mit der Variable Lampenfieber. Ausnahmen bilden an dieser Stelle allerdings die Subskala *Bedeutung der Leistung* ($r = -.067$, $p = .363$) und *Persönliche Bedeutung* ($r = -.085$, $p = .252$), da sie keine signifikante Korrelation mit Lampenfieber aufweisen. Motivation korreliert hoch mit

allen anderen Skalen und auch Subskalen. Hierbei zeigt sich ein positiver Zusammenhang zwischen Motivation, Kontrolle, Wert und all ihren Subskalen und ein negativer Zusammenhang mit Lampenfieber. Die beiden Prädiktoren Kontrolle und Wert korrelieren auch positiv miteinander ($r = .349$, $p = <.001$), ebenso wie sie mit ihren jeweiligen Subskalen signifikant positiv korrelieren. Zudem korrelieren die beiden Subskalen von Kontrolle, Selbstkonzept und Selbstwirksamkeit signifikant positiv ($r = .663$, $p = <.001$). Auch die drei Subskalen des Prädiktors Wert *Intrinsische Valenz*, *Persönliche Bedeutung* und *Bedeutung der Leistung* zeigen einen signifikant positiven Zusammenhang mit der Ausnahme von *Intrinsische Valenz* und *Bedeutung der Leistung* ($r = .14$, $p = .56$).

Tabelle 3*Korrelationsmatrix der angewendeten Skalen*

		1	2	3	4	5	6	7	8
1	Pearsons r	--							
Selbstwirksamkeit	p -Wert								
2 Selbstkonzept	Pearsons r	.663	--						
	p -Wert	<.001**							
3 Kontrolle	Pearsons r	.869	.947	--					
	p -Wert	<.001**	<.001**						
4 Intrinsische	Pearsons r	.211	.258	.266	--				
Valenz	p -Wert	.003**	<.001**	<.001**					
5 Bedeutung der	Pearsons r	.219	.217	.238	.140	--			
Leistung	p -Wert	.001**	.003**	.001**	.056				
6 Persönliche	Pearsons r	.255	.263	.281	.207	.613	--		
Bedeutung	p -Wert	<.001**	<.001**	<.001**	.004**	<.001**			
7 Wert	Pearsons r	.309	.328	.349	.600	.822	.791	--	
	p -Wert	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**		
8 Lampenfieber	Pearsons r	-.297	-.415	-.401	-.242	-.067	-.085	-.179	--
	p -Wert	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**	.363	.252	.015*	
9 Motivation	Pearsons r	.271	.387	.371	.806	.325	.366	.667	-.360
	p -Wert	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**

Anmerkung. ** signifikant bei einem $p < 0.01$ *signifikant bei einem $p < 0.05$

Nach der Darstellung der korrelativen Zusammenhänge sollen nun die Hypothesen überprüft werden. Hierzu werden mehrere lineare Regressionen durchgeführt.

Hypothese 1 besagt, dass niedrig wahrgenommene Kontrolle zu einer höheren Ausprägung von Lampenfieber führt. Um dies zu überprüfen, wurde eine lineare Regression durchgeführt mit der Variable Kontrolle als Prädiktor und Lampenfieber als Outcomevariable. Durch die Auswertung von 179 Datensätzen wird dieses Modell signifikant ($p < .001$, $F = 34.127$, $df = 1$). Die erklärte Varianz liegt in diesem Fall bei $R^2 = .161$. Wie bereits die Korrelation weisen auch hier der *standardisierte Koeffizient* β (-.401) und der *t-Wert* (-5.842) auf einen negativen Zusammenhang hin. Zur genaueren Analyse wurde auch eine multiple Regression durchgeführt, die die beiden Subskalen von Kontrolle als Prädiktoren für Lampenfieber überprüft. Auch dieses Modell wurde signifikant ($p < .001$, $F = 18.382$, $df = 2$), allerdings fiel nur die Subskala *Selbstkonzept* signifikant aus ($p < .001$, $t = -4.232$, $SE = .079$). Auch hier weisen die Testwerte einen negativen Zusammenhang aus. Zudem erhöhte sich unter Einbezug der Subskalen der Anteil der erklärten Varianz auf $R^2 = .172$.

Die zweite Hypothese postuliert, dass je höher der subjektive Wert, desto höher auch das Lampenfieber. Zur Testung dieser Hypothese wurde zunächst eine lineare Regression mit dem Prädiktor Wert und Lampenfieber als Outcome durchgeführt. Dieses Modell fällt nicht signifikant aus ($p = .015$, $F = 6.03$, $df = 1$). Folgend wurde eine weitere lineare Regression durchgeführt, welche die Subskalen der Variable Wert als Prädiktoren nutzt. Ausschließlich die Subskala *Intrinsische Valenz* zeigt einen signifikanten Einfluss auf Lampenfieber ($p = .002$, $SE = .073$). Entgegen der Hypothese weisen der *t-Wert* von -3,22 und der standardisierte Koeffizient β von -.234 auf einen negativen Einfluss von Wert auf das Lampenfieber hin. Dieser negative Zusammenhang ließ sich bereits durch die negativen Korrelationen in Tabelle 3 vermuten.

Dem Sinne der Kontroll-Wert-Theorie folgend, welche Kontrolle und Wert als Prädiktoren für Lampenfieber postuliert, wird auch eine multiple lineare Regression durchgeführt, welche diese beiden Prädiktoren enthält. Dieses Modell fällt signifikant aus ($p < .001$, $F = 17.123$, $df = 2$) und auch in dieser Konstellation zeigt nur der Prädiktor Kontrolle einen signifikanten Einfluss. Zudem erhöht sich die erklärte Varianz durch Hinzunahme des Prädiktors Wert nur unmerklich auf $R^2 = .163$. Werden

allerdings alle fünf Subskalen im Vergleich zu den beiden Gesamtskalen genutzt, erhöht sich der erklärte Varianzanteil auf $R^2 = .196$, was einer moderaten bis hohen Varianzaufklärung entspricht. Diesen mittleren bis großen Zusammenhang bestätigt auch der Regressionskoeffizient $R = .443$.

Die letzte Hypothese befasst sich mit der Wirkung von Lampenfieber auf die Motivation der Schauspieler*innen, weiterhin der Schauspielerei nachzugehen. Es wird postuliert, dass stark ausgeprägtes Lampenfieber diese Motivation senkt. Die vorangestellten Korrelationen zeigen zwischen diesen beiden Variablen einen negativen Zusammenhang auf. Zur Sicherstellung dieses Ergebnisses wird eine lineare Regression durchgeführt mit Lampenfieber als Prädiktor und Motivation als Outcomevariable. Dieses Model fällt signifikant aus ($p < .001$, $F = 26.272$, $df = 1$). Der t -Wert von -5.126 und der standardisierte Koeffizient β von $-.360$ weisen auf einen moderaten negativen Zusammenhang hin.

Durch diese statistische Überprüfung konnte Hypothese 1, betreffend der Kontrolle, bewiesen werden, da sowohl die Korrelation als auch die drei durchgeführten Regressionen den negativen Zusammenhang bestätigen. Die Analysen zeigen allerdings, dass die Hypothese 2, betreffend des Wertes, verworfen werden muss. Zum einen wurde der Prädiktor Wert in keiner der Regressionen signifikant und zusätzlich deutet die Subskala *Intrinsische Valenz* auf einen negativen Zusammenhang hin. Durch diese unklaren und heterogenen Ergebnisse kann diese Hypothese mit den vorhandenen Daten nicht aufrecht erhalten werden. Die letzte Hypothese, welche sich mit der Auswirkung von Lampenfieber auf die Motivation befasst, wird als bestätigt angesehen. Der postulierte Zusammenhang konnte durch die Korrelationen gezeigt und die lineare Regression bewiesen werden.

Explorative Analyse

Nachdem im vorangegangenen Kapitel die aufgestellten Hypothesen auf ihre Haltbarkeit untersucht wurden, soll in diesem Kapitel nun der Frage nachgegangen werden, welche weiteren moderierenden Effekte in den Daten gefunden werden können. Genutzt werden hierfür die Antworten der offenen Fragen.

Deskriptive Statistik

Bevor die interferenzstatistische Testung den Einfluss der vorgestellten Variablen auf die wahrgenommene Kontrolle, Wert und Lampenfieber überprüft, findet nun noch eine Erläuterung dieser Konstrukte statt. Eine detaillierte Auflistung aller Fragen für jedes Konstrukt ist im Anhang im Codebook zu finden.

Spieljahre. Unter dieser Variable werden alle Fragen zusammengefasst, die herausfinden möchten, wie lange, wie oft oder seit wann die Schauspieler*innen auf der Bühne stehen oder Unterricht hierfür erhalten haben.

Die erste Frage bezog sich darauf, seit wie vielen Jahren bereits gespielt wird. Im Durchschnitt gehen die Testpersonen der Schauspielerei seit 17.8 Jahren nach, mit einer Standardabweichung von 13.2 Jahren.

Die zweite Frage befasst sich damit, wie viele Jahre Unterricht erhalten wurde. Aufgrund der heterogenen Stichprobe von Amateur- bis hin zu professionellen Schauspieler*innen liegt die Spannweite hierbei zwischen 0 und 26 Jahren. Der Mittelwert liegt bei 4.48 Jahren mit einer Standardabweichung von 4.1 Jahren. Eine genauere Analyse zeigt eine Häufung im Bereich zwischen 2 und 4 Jahren.

Die dritte Frage beschäftigt sich damit, seit wie vielen Jahren auf der Bühne aufgetreten wird. Im Minimum wird ein halbes Jahr und im maximalen Fall seit 70 Jahren auf der Bühne gestanden. Der Mittelwert liegt bei 16.4 mit einer Standardabweichung von 13.2 Jahren.

Die letzte Frage dieser Kategorie befragt, wie viele Stunden im Durchschnitt wöchentlich geübt wird. Hier zeigte sich eine enorme Spannweite von 0 bis 100 Stunden die Woche. Im Durchschnitt liegt sie allerdings bei 18.8 Stunden mit einer Standardabweichung von 17.1 Stunden. Vereinzelte Testpersonen weisen darauf hin, dass die Frage nicht ganz klar wäre. Sie wüssten nicht, ob es darum geht, wie viele Stunden die Woche die Schauspielerei per se geübt würde oder wie viele Stunden für das momentane Stück geprobt würde. Diese Verunsicherung führte womöglich dazu, dass 39 Personen diese Frage nicht beantworteten und sie aufgrund der *Little's MCAR* aus der Analyse ausgeschlossen werden musste.

Schauspiel als Beruf. Dieses Konstrukt umfasst zwei Fragen. Die erste bezieht sich darauf, ob Schauspiel- oder Gesangsstudium - für die Gruppe der Schauspieler*innen aus dem Musiktheater - absolviert wurde. Von den 170 Personen,

die diese Frage beantwortet hatten, absolvieren 62 (36.5%) im Moment ein solches Studium, während 84 (49.4%) ein solches in der Vergangenheit abgeschlossen hatten. 24 (14.1%) haben kein solches Studium vorzuweisen.

Die zweite Frage erfragt, wie viel Prozent des Einkommens aus der Schauspielerei stammen. 24.4% beziehen keine Einkünfte aus der Schauspielerei, während 33% ihr volles Einkommen daraus erhalten. 23.3% beziehen zwar ein Einkommen aus der Schauspielerei, dies macht aber weniger als die Hälfte des Gesamteinkommens aus. Die restlichen 13.7% verdienen mehr als die Hälfte ihres Gesamteinkommens durch das Schauspielen.

Anzahl der Spielenden. Dieses Konstrukt setzt sich aus zwei Fragen zusammen und beschäftigt sich damit, wie viele Solo-Auftritte absolviert werden und mit wie vielen weiteren Personen meist auf der Bühne gestanden wird. Im Durchschnitt stehen die Schauspieler*innen mit 8.2 weiteren Personen auf der Bühne, wobei die Spanne hier von 0 bis 100 weiteren Personen reicht. Nur 1.8% gaben an, nur als Solo-Künstler aufzutreten, während 18.6% keine Solo-Auftritte haben. Im Durchschnitt sind etwa 20% aller Auftritte Solo-Darbietungen.

Publikum. Diese Kategorie setzt sich aus zwei Fragen zusammen und erfragt wie groß das Publikum ist und wie viele Auftritte jährlich gespielt werden. Die durchschnittliche Publikumsgröße beträgt 369 Personen, wobei die Spannweite von 13 bis 2000 Personen reicht. Weiters werden pro Jahr durchschnittlich 54.7 Auftritte gespielt, wobei die Anzahl zwischen 1 und 350 schwankt.

Darstellungsform. Um einen Einblick zu bekommen, ob die Art der Schauspielerei einen Einfluss auf das Lampenfieber, Kontrolle oder Wert hat, wurde zwischen Schauspieler*innen und Musicaldarsteller*innen unterschieden. Der Großteil (85.3%) sind reguläre Schauspieler*innen und nur 8.8% treten in Musicals auf (siehe Tabelle 4). Zudem gab es noch die Möglichkeit einer freien Antwort. Drei Personen spielen in Opern mit, eine weitere Person ist im Improvisationstheater tätig und drei weitere beschreiben sich als Performance-Künstler.

Tabelle 4*Häufigkeit der Darstellungsform*

	Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente
Schauspiel	145	76.7	85.3
Musical	15	7.9	8.8
Sonstiges	10	5.3	5.9
Oper	3	1.6	1.6
Improvisation	1	0.5	0.5
Performance	3	1.6	1.6

Außerdem wurde gefragt, wie oft das gleiche Stück im Durchschnitt aufgeführt wird. Der Mittelwert lag bei 22.36 mit einer Standardabweichung von 49.5. Auch diese Frage wurde von 39 Personen nicht beantwortet und durch *Little's MCAR* ausgeschlossen.

Geschlecht. Angaben bezüglich des Geschlechts wurden von 169 Personen gemacht. 91 (53.8%) ordneten sich dem weiblichen Geschlecht zu, 70 (41.4%) identifizierten sich mit dem männlichen Geschlecht und 8 Personen (4.7%) entschieden sich für die Antwortoption *Divers*.

Alter. Die Stichprobe ist bezüglich des Alters sehr heterogen und umfasst eine Spannweite von 18 bis 86 Jahren. Der Mittelwert liegt bei 35.4 Jahren mit einer Standardabweichung von 14.5 Jahren. Bei detaillierterer Analyse ist allerdings eine Häufung an Studienteilnehmer*innen im Bereich von 22-29 Jahren zu erkennen, dies drückt sich auch durch den Median von 30 Jahren aus.

Unter diesen Variablen zeigen sich sowohl typische, als auch unerwartete Korrelationen, diese werden nun auszugsweise vorgestellt. Die vollständige Korrelationsmatrix kann im Anhang eingesehen werden. Wenig überraschend korreliert die Anzahl der Jahre, in denen gespielt wird, hoch mit jenen Jahren, die auf der Bühne gestanden ($r = .928, p < .001$) und mit der Anzahl der Jahre, in denen Unterricht erhalten wurde ($r = .253, p = .001$). Zudem korreliert das aus dem Schauspielen resultierende Einkommen positiv mit den gespielten Jahren ($r = .249, p = .001$), Unterrichtsjahren ($r = .222, p = .005$) und Jahren auf der Bühne ($r = .232, p = .003$). Weiters korreliert die Anzahl an Soloauftritten positiv mit der Anzahl an

Unterrichtsjahren ($r = .361, p < .001$). Auch die Publikumsgröße korreliert positiv mit den Spieljahren ($r = .297, p < .001$), den Unterrichtsjahren ($r = .365, p < .001$) und dem Einkommen ($r = .523, p < .001$). Eine interessante positive Korrelation zeigt sich zwischen der Anzahl der jährlichen Auftritte und dem Einkommen ($r = .738, p < .001$). Zudem korreliert das Alter positiv mit dem erwirtschafteten Einkommen ($r = .249, p = .001$) aber auch mit der Größe des Publikums ($r = .352, p < .001$). Eine weitere spannende positive Korrelation zeigte sich zwischen der Anzahl der Personen auf der Bühne und der Darstellungsform. Diese weist darauf hin, dass bei Musicaldarsteller*innen eine größere Anzahl an weiteren Personen auf der Bühne sind ($r = .433, p < .001$). Zudem gibt es positive Korrelationen zwischen den Darsteller*innen im Musiktheater und den Unterrichtsjahren ($r = .414, p < .001$), der Anzahl der jährlichen Auftritte ($r = .710, p < .001$) und der Publikumsgröße ($r = .558, p < .001$).

Interferenzstatistische Ergebnisse

Um zu überprüfen, ob die eben dargestellten Konstrukte einen Einfluss auf Kontrolle, Wert, deren Subskalen, Motivation oder Lampenfieber haben, wurde erneut eine Korrelationsmatrix erstellt. Die signifikanten Ergebnisse werden nun präsentiert, die vollständige Korrelationsmatrix ist im Anhang zu finden.

Wird das Konstrukt der Kontrolle betrachtet, zeigt sich kein signifikanter Einfluss der vorab vorgestellten Variablen auf der Gesamtskala oder in der Subskala *Selbstwirksamkeit*. Ausschließlich die Spieljahre korrelieren positiv mit dem Selbstkonzept ($r = .205, p = .008$). Je länger Schauspieler*innen auf der Bühne stehen, desto ausgeprägter ist auch ihr schauspielerisches Selbstkonzept.

Tabelle 5

Variablen mit signifikanter Korrelation mit Kontrolle

Variable	Konstrukt		Selbstwirksamkeit	Selbstkonzept	Kontrolle
Anzahl der	Spieljahre	Pearsons r	.141	.205	.195
Spieljahre		p -Wert	.074	.008**	.012*

Anmerkung. ** signifikant bei einem $p < 0.01$ *signifikant bei einem $p < 0.05$

Korrelationen zwischen Wert und dem Geschlecht weisen darauf hin, dass weibliche Schauspielerinnen den Auftritten einen höheren Wert einräumen als Schauspieler, die sich als divers identifizieren. Dies zeigt sich nicht nur in der

Gesamtskala ($r = -.275, p = .006$), sondern auch in den beiden Subskalen *Persönliche Bedeutung* ($r = -.300, p = .003$) und *Bedeutung der Leistung* ($r = -.306, p = .002$). Auch im Geschlechtervergleich zwischen männlichen und diversen Schauspielenden ist diese signifikante Korrelation zu finden, wenn auch nur für die Subskala *Persönliche Bedeutung* ($r = -.320, p = .004$). Die Subskala *Intrinsische Valenz* zeigt einen Zusammenhang zwischen der Personengruppe von Schauspielstudierenden und einer höheren intrinsischen Motivation ($r = -.228, p = .006$) auf, im Vergleich zu Schauspielenden mit bereits abgeschlossener Ausbildung. Weiters korreliert diese Subskala negativ mit dem aus der Schauspielerei erwirtschaftetem Einkommen ($r = -.238, p = .002$). Dies lässt darauf schließen, dass der Wert und die Freude, die aus der Tätigkeit selbst kommt, für Personen, die kein Einkommen durch die Schauspielerei beziehen, höher sind. Die Analyse der Korrelationen mit der Variable Motivation unterstützt diese These, da sich auch hier diese negative Korrelation mit dem Einkommen zeigt ($r = -.207, p = .008$).

Tabelle 6

Variablen mit signifikanter Korrelation mit Wert

Variable	Konstrukt		Bedeutung der Leistung	Intrinsische Valenz	Persönliche Bedeutung	Wert
weiblich (1) vs. divers (2)	Geschlecht	Pearsons r	-.306	.013	-.300	-.275
		p -Wert	.002**	.897	.003**	.006**
Männlich (1) vs. divers (2)	Geschlecht	Pearsons r	-.262	.001	-.320	-.255
		p -Wert	.02*	.993	.004**	.025*
Studierende (1) vs. Absolvent*innen (2)	Schauspiel als Beruf	Pearsons r	-.047	-.228	.025	-.117
		p -Wert	.571	.006**	.765	.159
Einkommen (%)	Schauspiel	Pearsons r	-.054	-.238	-.058	-.157
	als Beruf	p -Wert	.494	.002**	.465	.045*

Anmerkung. ** signifikant bei einem $p < 0.01$ *signifikant bei einem $p < 0.05$

Tabelle 7*Variablen mit signifikanter Korrelation mit Motivation*

Variable	Konstrukt		Motivation
Einkommen (%)	Schauspiel als Beruf	Pearsons r	-.207
		p -Wert	.008**

Die Variable Lampenfieber korreliert mit verschiedenen Konstrukten. Zum einen korreliert sie negativ mit den Spieljahren ($r = -.304$, $p < .001$) und den Jahren auf der Bühne ($r = -.247$, $p = .002$), zum anderen auch mit dem Alter ($r = -.256$, $p < .001$). Des Weiteren besteht ein negativer Zusammenhang mit der Anzahl der jährlichen Auftritte ($r = -.234$, $p = .003$) und der Publikumsgröße ($r = -.236$, $p = .002$). Auch in diesem Fall ist ein Unterschied zwischen Studierenden und Personen, die bereits ein abgeschlossenes Schauspielstudium haben, zu erkennen. Entgegen der Erwartung zeigen Schauspielstudierende ein geringeres Level an Lampenfieber als die Absolvent*innen ($r = -.227$, $p = .006$). Zudem geben Personen mit der Geschlechteridentität *divers* höhere Lampenfieberwerte an als Personen des männlichen Geschlechts ($r = .303$, $p = .007$).

Tabelle 8*Variablen mit signifikanter Korrelation mit Lampenfieber*

Variable	Konstrukt		Lampenfieber
Spieljahre	Spieljahre	Pearsons <i>r</i>	-.304
		<i>p</i> -Wert	<.001**
Jahre auf der Bühne	Spieljahre	Pearsons <i>r</i>	-.247
		<i>p</i> -Wert	.002**
Publikumsgröße	Publikum	Pearsons <i>r</i>	-.236
		<i>p</i> -Wert	.002**
Auftritte pro Jahr	Publikum	Pearsons <i>r</i>	-.234
		<i>p</i> -Wert	.003**
Alter	Alter	Pearsons <i>r</i>	-.256
		<i>p</i> -Wert	<.001
Studierende (1) vs. Absolvent*innen (2)	Schauspiel als Beruf	Pearsons <i>r</i>	-.227
		<i>p</i> -Wert	.006**
männlich (1) vs. divers (2)	Geschlecht	Pearsons <i>r</i>	.303
		<i>p</i> -Wert	.007**

Diskussion

Diese Arbeit setzte sich zum Ziel, Lampenfieber bei Schauspieler*innen im Rahmen der Kontroll-Wert-Theorie (Pekrun, 2006) zu untersuchen. Lampenfieber kann per Definition als Leistungsemotion verstanden werden und obwohl andere dieser Emotionen, wie Prüfungsangst bereits sehr ausgiebig unter dieser Theorie untersucht wurden, fehlen empirische Daten zu Lampenfieber. Diese Wissenslücke insbesondere in Bezug auf Schauspieler*innen, versuchte diese Arbeit zu füllen. Die durchgeführten Regressionen konnten den moderaten bis hohen Zusammenhang zwischen den Prädiktoren Kontrolle und Wert und dem Outcome Lampenfieber bestätigen. Unter Einbezug aller Subskalen steigt der Anteil der erklärten Varianz auf knapp 20%, was ebenfalls eine mittlere bis hohe Varianzaufklärung darstellt.

Der Prädiktor Kontrolle war in allen Analysen signifikant negativ mit Lampenfieber verknüpft. Dieser präventive Faktor des Kontrollempfindens wurde bereits in einer der wenigen Studien, die sich mit Schauspieler*innen und Lampenfieber beschäftigen, postuliert (Goodman & Kaufmann, 2014) und konnte durch diese Arbeit bestätigt werden. Auch wenn die Subskala *Selbstwirksamkeit* im Vergleich zum Selbstkonzept nicht signifikant wurde, weisen beide einen negativen Zusammenhang auf. Dieser signifikant negative Einfluss des Selbstkonzepts reiht sich in die bestehenden Forschungsergebnisse in Bezug auf Prüfungsangst ein (Muis et al., 2015; von der Embse et al., 2018).

Diese interne Kohärenz lässt sich im Prädiktor Wert nicht finden. Bereits durch die ungenügende Reliabilität der Subskala *Persönliche Bedeutung* und ihren Einfluss auf den Gesamtscore, können verzerrende Effekte nicht ausgeschlossen werden. Erst bei Betrachtung der Subskalen wurde der Wert zu einem signifikanten Prädiktor für Lampenfieber und dies auch nur durch die Skala *Intrinsische Valenz*. Entgegen der aufgestellten Hypothese fällt dieser Zusammenhang allerdings negativ aus. Auch wenn dies gegen die Prämissen der Kontroll-Wert-Theorie spricht, konnten ähnliche Ergebnisse bereits im Zusammenhang mit Prüfungsangst im Unterrichtsfach Mathematik gefunden werden (Liu et al., 2024). An diesem Punkt müsste weitere Forschung ansetzen, um herauszuarbeiten, ob die Art der Operationalisierung des Wertes oder auch das beforschte Gebiet selbst einen Einfluss auf die Richtung dieses Zusammenhangs hat.

Die letzte Hypothese beschäftigte sich damit, welche Wirkung Lampenfieber auf die Motivation von Schauspielenden hat, dieser Tätigkeit weiterhin nachzugehen. Entsprechend der aufgestellten Theorie konnte ein moderater negativer Zusammenhang gefunden werden. Dieses Ergebnis folgt gänzlich der Theorie von Pekrun & Perry (2014), dass durch Prüfungsangst die intrinsische Motivation gehemmt wird. Die Hinzunahme einer Skala zur Erhebung der extrinsischen Motivation könnte weitere spannende Ergebnisse dahingehend hervorbringen, ob Lampenfieber auf verschiedene Arten von Motivation die gleiche Auswirkung hat.

Durch die explorativen Analysen konnten einige signifikante Prädiktoren für Lampenfieber, als auch für die Variablen Kontrolle und Wert gefunden werden.

Das erste untersuchte Konstrukt, die Spieljahre, waren für mehrere Faktoren relevant. Zum einen hat die Anzahl der Spieljahre einen signifikanten Einfluss auf das Selbstkonzept, andererseits aber auch auf das empfundene Lampenfieber. Dieser jeweils moderate Effekt weist darauf hin, dass mit der Anzahl an Spieljahren das Selbstkonzept der Schauspieler*innen steigt und das empfundene Lampenfieber dadurch reduziert wird. Aber auch die Jahre, in denen auf der Bühne gestanden wird, und die Anzahl der jährlichen Auftritte, haben einen signifikant negativen Einfluss auf Lampenfieber. Nachdem allerdings sehr namhafte Schauspieler*innen, die schon viele Jahre diese Tätigkeit ausüben, immer noch Probleme mit stark empfundenem Lampenfieber haben (Goodman & Kaufman, 2014), wäre es interessant, Lampenfieber als Trait-Emotion zu betrachten und zu beforschen.

Unter dem beruflichen Aspekt wurde untersucht, ob das Einkommen und ein vorangehendes Schauspielstudium Lampenfieber und die beiden Prädiktoren Kontrolle und Wert beeinflussen könnte. Hierbei zeigt sich, dass es einen negativen Zusammenhang zwischen dem Einkommen und der Motivation und der Subskala *Intrinsische Valenz* des Wertes gibt. Dies lässt darauf schließen, dass Personen, die kein oder nur ein geringes Einkommen aus der Schauspielerei beziehen, diese Tätigkeit wirklich nur ausüben, weil sie ihnen Freude bereitet. Zudem zeigen Schauspielstudierende ebenfalls höhere Werte in der Subskala *Intrinsische Valenz* und niedriges empfundenes Lampenfieber als Personen, die ein Schauspielstudium bereits abgeschlossen haben. Dass Studierende, die möglicherweise eben erst ihre ersten Bühnenerfahrungen sammeln, niedrigere Lampenfieberwerte angeben, wirkt bei der ersten Betrachtung zwar kontrainduziert, allerdings könnte es darauf

hinweisen, dass diese Auftritte im Zusammenhang mit dem Studium stattfinden und nicht als „echte“ Auftritte vor Publikum wahrgenommen werden. Zudem kann das Studium als eine Art Sicherheitsnetz wahrgenommen werden oder auch Techniken zur Reduktion von Lampenfieber erlernt worden sein.

Die Publikumsgröße weist ebenso einen moderat negativen Zusammenhang mit dem empfundenen Lampenfieber auf. Dieses Ergebnis steht in Konflikt mit bereits durchgeführten Studien zu diesem Thema, welche einen positiven Zusammenhang postulieren (Lemasson, 2018). Eine mögliche Erklärung hierfür könnte sein, dass Personen, die vor einem sehr großen Publikum spielen, auch jene sind, welche bereits viel Bühnenerfahrung besitzen, seit vielen Jahren spielen und auch entsprechende Unterrichtsjahre genossen haben. Dies lässt sich auch aus den signifikanten Korrelationen dieser Variablen schließen.

Ein Geschlechtereinfluss konnte in Bezug auf mehrere Skalen gefunden werden. Insbesondere für den Prädiktor Wert zeigten sich mehrere signifikante Einflüsse zwischen dem weiblichen und dem diversen sowie dem männlichen und dem diversen Geschlecht. Im Vergleich zwischen dem weiblichen Geschlecht und Personen, die sich als divers identifizieren, weisen weibliche Studienteilnehmer*innen signifikant höhere Werte für die Gesamtskala des Werts und die Subskalen *Persönlicher Wert* und *Bedeutung der Leistung* auf. Weiters zeigen Männer höhere Werte in der Subskala *Bedeutung der Leistung*. Auf der anderen Seite geben diverse Personen höhere Lampenfieberwerte als männliche Studienteilnehmer*innen an. Dieser Geschlechterunterschied zwischen den drei vorgegebenen Geschlechtsoptionen ist ein vollkommen neues Studienergebnis und bedarf weiterer Forschung. Entgegen bereits bestehenden Studien, die einen Geschlechtervergleich zwischen Mann und Frau in Bezug auf Lampenfieber gemacht haben, konnten die höheren Werte für Frauen (Goodman & Kaufmann, 2014; Steptoe et al., 1995) in dieser Stichprobe nicht beobachtet werden.

In der bereits bestehenden Literatur sind unterschiedliche Zusammenhänge zwischen dem Alter und Lampenfieber zu finden. Während Van Kemenade et al. (1995) keinen Einfluss des Alters finden konnten, postulieren Sokoli et al. (2022) einen positiven Zusammenhang. Die Ergebnisse dieser Analyse allerdings weisen auf einen negativen Zusammenhang zwischen Alter und Lampenfieber hin. Somit konnte diese

Arbeit zwar einen moderaten Einfluss des Alters detektieren, dennoch bedarf es weiterer Forschung, um den genauen Zusammenhang zu klären.

Limitationen

Auch wenn diese Masterarbeit weitere Erkenntnisse in Bezug auf Lampenfieber bei Schauspieler*innen generieren konnte, müssen einige limitierende Aspekte diskutiert werden. Zum einen handelt es sich bei diesem Sample um eine Gelegenheitsstichprobe, wodurch die Frage der Generalisierbarkeit auf die Gesamtpopulation an Schauspieler*innen im Raum steht. Weiters mussten zwei Items aufgrund der *Little's MCAR* Analyse aus der Auswertung entfernt werden. Dadurch kam es zwar nicht zu einer Verzerrung der Daten, allerdings zu einem Datenverlust. Insbesondere die Frage nach der wöchentlichen Übungszeit dürfte für Verwirrung gesorgt haben, da von Teilnehmer*innen rückgemeldet wurde, ob es sich bei dieser Frage um die Probenzeit für einen Auftritt handle oder um Schauspielübungen per se. Dies sollte in zukünftigen Erhebungen deutlicher herausgearbeitet werden. Eine weitere Limitation betrifft die Frage nach der durchschnittlichen Publikumsgröße und der Anzahl an weiteren Schauspieler*innen auf der Bühne. Vereinzelte Studienteilnehmer*innen gaben hierbei eine Spannweite an, bspw. 200-450, zur Analyse wurde der Mittelwert berechnet und verwendet. Für zukünftige Erhebungen sollte dies bei der Beantwortung des Fragebogens gar nicht möglich sein, wodurch die Befragten dann eigenständig einen Durchschnittswert angeben müssen. Zudem ist fraglich wie aussagekräftig die Gruppenvergleiche zwischen Musicaldarsteller*innen und Schauspieler*innen sind, da die Gruppengröße sich stark unterscheidet und 15 Musicaldarsteller*innen nicht als repräsentative Gruppe anzusehen sind. Selbiges gilt auch für die Gruppe, welche sich als *divers* identifiziert.

Ein weiteres mögliches Problem könnten Deckeneffekte darstellen. Vor allem die Subskalen des Wertes und die Skala Motivation wurden sehr stark in Richtung des Maximums ausgereizt.

Zudem ist die Stichprobengröße auf die Testung der vorgestellten Hypothesen ausgelegt. Eine post-hoc Power-Analyse für die explorativen Ergebnisse ergibt, dass für eine Power von .95 und einem Alpha von .01 bei den mittleren Effektgrößen eine Stichprobengröße von 189 benötigt wird. Diese Größe wurde leider nicht erreicht, weshalb diese Ergebnisse mit Vorsicht zu interpretieren sind.

Abschließend ist es aufgrund des Studiendesigns nicht möglich Kausalaussagen abzuleiten, hierfür wären Längsschnittstudien hilfreich.

Implikationen

Trotz all dieser limitierenden Aspekte konnte diese Masterarbeit neue Erkenntnisse zu dem beforschten Thema einbringen. Außerdem führen diese auch zu praktischen Implikationen. Grundsätzlich trägt sie dazu bei, Lampenfieber unter Schauspieler*innen nicht als Tabu-Thema zu behandeln, sondern in einen offenen Diskurs darüber zu führen. Goodman & Kaufman (2014) weist darauf hin, dass Lampenfieber bei Schauspieler*innen von der Wissenschaft wenig Beachtung findet, während Brennan (2020) postuliert, dass dieses Phänomen sogar unter Schauspieler*innen wenig thematisiert wird. Des Weiteren konnten die vorgestellten explorativen Analysen Anhaltspunkte für zukünftige Forschungen geben, um Lampenfieber bei Schauspieler*innen besser zu verstehen. Ebenso zeigte sich bei der Literaturrecherche, dass es für die Berufsgruppe der Schauspieler*innen – im Vergleich zur Gruppe der Musiker*innen – kein evidenzbasiertes Modell gibt, Lampenfieber oder gar Auftrittsangst zu bearbeiten. Diese aufgezeigte Lücke sollte unter Einbezug weiter Ursachen- und Wirkungsforschung geschlossen werden.

Literaturverzeichnis

- Abromeit, J. (2014). *Lampenfieber und Prüfungsangst besiegen*. Haufe-Lexware.
- Biasutti, M., & Concina, E. (2014). The role of coping strategy and experience in predicting music performance anxiety. *Musicae Scientiae*, 18(2), 189-202.
<https://doi.org/10.1177/1029864914523282>
- Boehme, K., Goetz, T., & Preckel, F. (2017): Is it good to value math? Investigating mothers' impact on their children's test anxiety based on control-value theory. *Contemporary Educational Psychology*, 51, 11-21.
<https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2017.05.002>
- Brennan, L. C. (2011). *Demon in the wings: A phenomenological study of stage fright in the actor* [Dissertation, Pacifica Graduate Institute]. ProQuest.
<https://www.proquest.com/docview/1293025392?parentSessionId=3H2Wlzehc0zRWYn%2FIzajPDTeRobyHRCHEjhrA33o1S8%3D&accountid=14682&sourcecetype=Dissertations%20%20Theses>
- Brennan, L. (2020). *Stage fright in the actor*. Routledge/Taylor & Francis Group.
<https://doi.org/10.4324/9781315564050>
- Bruckner, S. (2024). *Predictors of stage fright: Stage fright in the framework of the control-value theory* [Masterarbeit, Universität Wien]. u:theses.
<https://utheses.univie.ac.at/detail/71913>
- Bührer, D. (2012). *30 Minuten. Lampenfieber* (2. Auflage). GABAL.
- Cerin, E., & Barnett, A. (2011). Predictors of pre- and post-competition affective states in male martial artists: A multilevel interactional approach. *Scandinavian Journal of Science in Sports*, 21(1), 137-150. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2009.01006.x>
- Fishbein, M., & Middlestadt, S. (1998). Medical problems among ICSOM musicians: Overview of a national survey. *Medical Problems of Performing Artists*, 3, 1-8.
- Frenzel, A. C., Götz, T., & Pekrun, R. (2020). Emotionen. In E. Wild & J. Müller (Hrsg.), *Pädagogische Psychologie* (3. Auflage, 211-234). Springer.
<https://doi.org/10.1007/978-3-662-61403-7>
- Gaspard, H., Häfner, I., Parrisius, C., Trautwein, U., & Nagengast, B. (2017). Assessing task values in five subjects during secondary school: Measurement structure and mean level differences across grade level, gender, and

- academic subject. *Contemporary Educational Psychology*, 48, 67-84.
<https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2016.09.003>
- Goodman, G., & Kaufman, J. C. (2014). Gremlins in my head: Predicting stage fright in elite actors. *Empirical Studies of the Arts*, 32(2), 133-148.
<https://doi.org/10.2190/EM.32.2.b>
- Götz, T. (2022). *Stage fright and test anxiety for musicians. Tips from emotion research* (1st ed.). Kindle Direct Publishing.
- Hanton, S., Mellalieu, S. D., & Hall, R. (2004). Self-confidence and anxiety interpretation: A qualitative investigation. *Psychology of Sport & Exercise*, 5(4), 477-495. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(03\)00040-2](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(03)00040-2)
- Kenny, D. T. (2009). Negative emotions in music making: Performance anxiety. *Handbook of Music and Emotions: Theory, Research, Applications*, 425-451.
- Kenny, D. T. (2023). The Kenny music performance anxiety inventory (K-MPAI): Scale construction, cross-cultural validation, theoretical underpinnings, and diagnostic and therapeutic utility. *Frontiers in Psychology*.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1143359>
- Langendörfer, F., Hodapp, V., Kreutz, G., & Bongard, S. (2006). Personality and performance anxiety among professional orchestra musicians. *Journal of Individual Differences*, 27(3), 162-171. <https://doi.org/10.1027/1614-0001.27.3.162>
- Leiner, D.J. (2024). *SoSci Survey* (Version 3.5.02) [Computer Software].
<https://www.socisurvey.de>
- Lemasson, A., André, V., Boudard, M., Lippi, D., & Hausberger, M. (2018). Audience size influences actors' anxiety and associated postures on stage. *Behavioural Processes*, 157, 225-229. <https://doi.org/10.1016/j.beproc.2018.10.003>
- Liu, S., Leung, F. K., & Jiang, Z. (2024). The appraisal antecedents of shanghai students' mathematics anxiety and the moderating effects of teacher behaviours: From the perspective of the control-value theory. *Asia Pacific Journal of Education*, 44(2), 251-264.
<https://doi.org/10.1080/02188791.2022.2049699>
- Lofstrand, D. W. (2016). Facing the fear: An actor's guide to overcoming stage fright: Facing a new view on fear. *Voice & Speech Review*, 10(1), 89-92.
<https://doi.org/10.1080/23268263.2017.1281520>

- Lubert, V. J., Nordin-Bates, S. M., & Ginsborg, J. (2024). Psychological coaching for performing artists: Perception of and reflection on finding ways to manage performance anxiety. *Empirical Studies of the Arts*, 43(1), 721-743.
<https://doi.org/10.1177/02762374241262990>
- Marsh, H. W., Pekrun, R., Parker, P. D., Murayama, K., Guo, J., Dicke, T., & Arens, A. K. (2019). The murky distinction between self-concept and self-efficacy: Beware of lurking jingle-jangle fallacies. *Journal of Educational Psychology*, 111(2), 331-353. <https://doi.org/10.1037/edu0000281>
- McCroskey, J. C., Heisel, A. d., & Richmond, V. P. (2001). Eysenck's big three and communication traits: Three correlational studies. *Communication Monographs*, 68(4), 360-366. <https://doi.org/10.1080/03637750128068>
- Metzig, W., & Schuster, M. (2018). *Prüfungsangst und Lampenfieber: Bewertungssituationen vorbereiten und meistern*. Springer Berlin Heidelberg.
<https://doi.org/10.1007/978-3-662-54696-3>
- Moss, R. F. (1991, 29. Dezember). Stage fright is the villain many actors must upstage. *The New York Times*.
<https://www.nytimes.com/1991/12/29/theater/stage-fright-is-the-villain-many-actors-must-upstage.html>
- Muis, K. R., Psaradellis, C., Lajoie, S. P., Di Leo, I., & Chevrier, M. (2015). The role of epistemic emotions in mathematics problem solving. *Contemporary Educational Psychology*, 42, 172-185.
<https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2015.06.003>
- Mumm, J., Plag, J., Fehm, L., von Witzleben, I., Fernholz, I., Schmiedt, A., & Ströhle, A. (2020). *Auftrittsängste bei Musikerinnen und Musikern: ein kognitiv verhaltenstherapeutischer Handlungsleitfaden*. Hogrefe Verlag GmbH & Company KG.
- Nagel, J., Himlel, D., & Paesdorf, J. (1981). Performance Anxiety Inventory. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t08955-000>
- Nagel J. (1993). Stage fright in musicians: A psychodynamic perspective. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 57(4), 492-506.
- Pekrun, R., Götz, T., Zirngibl, A., & Jullien, S. (2002). *PALMA: Projekt zur Analyse der Leistungsentwicklung in Mathematik. [PALMA-Project for the analysis of achievement development in mathematics]*. Universität München: Institut Pädagogische Psychologie.

- Pekrun, R. (2006). The control-value theory of achievement emotions: Assumptions, corollaries, and implications for educational research and practice. *Educational Psychology Review*, 18(4), 315-341.
<https://doi.org/10.1007/s10648-006-9029-9>
- Pekrun, R., Götz, T., Frenzel, A.C., Barchfeld, P., & Perry, R. P. (2011). Measuring emotions in students' learning and performance: The achievement emotions questionnaire (AEQ). *Contemporary Education Psychology*, 36, 36-48.
<https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2010.10.002>
- Pekrun, R., & Perry, R. P. (2014). Control-value theory of achievement emotions. In R. Pekrun & L. Linnenbrink-Garcia (Hrsg.), *International Handbook of Emotions in Education* (120-141). Routledge.
- Pekrun, R., Marsh, H. W., Elliot, A. J., Stockinger, K., Perry, R. P., Vogl, E., Götz, T., van Tilburg, W. A. P., Lüdtke, O., & Vispoel, W. P. (2023). A three-dimensional taxonomy of achievement emotions. *Journal of Personality and Social Psychology: Personality Processes and Individual Differences*, 124(1), 145-178. <https://doi.org/10.1037/pspp0000448>
- Petry, J. (2018). Coaching actors with stage fright: A literature review for coaches with tangible tips and guides. *Voice and Speech Review*, 12(2), 193-204
<https://doi.org/10.1080/23268263.2018.1441112>
- Reciniello, S. (1991). Toward an understanding of the performing artist. In G. D. Wilson (Hrsg.), *Psychology and the performing arts* (95-121). Wiley.
- Ringeisen, T., Raufelder, D., Schnell, K., & Rohrmann, S. (2016). Validating the proposed structure of the relationships among test anxiety and its predictors based on control-value theory: Evidence for gender-specific patterns. *Educational Psychology*, 36(10), 1826-1844.
<https://doi.org/10.1080/01443410.2015.1072134>
- Simmonds, J. G., & Southcott, J. E. (2012). Stage fright and joy: Performers in relation to the troupe, audience, and beyond. *International Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 9(4), 318-329. <https://doi.org/10.1002/aps.327>
- Sokoli, E., Hildebrandt, H., & Gomez, P. (2022). Classical music students' performance anxiety, catastrophizing, and bodily complaints vary by age, gender, and instrument and predict self-rated performance quality. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.905680>

- Spahn, C. (2011). Angst macht den Auftritt zur Tortur. *MMW-Fortschritte der Medizin*, 153(43), 46-49. <https://doi.org/10.1007/bf03368985>
- Spahn, C. (2019). Lampenfieber und Auftrittsangst. *Sprache Stimme Gehör*, 43(01), 33-37. <https://doi.org/10.1055/a-0790-5056>
- Steptoe, A., & Fidler, H. (1987). Stage fright in orchestral musicians: A study of cognitive and behavioral strategies in performance anxiety. *British Journal of Psychology*, 78(2), 241-249. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1987.tb02243.x>
- Steptoe, A., Malik, F., Pay, C., Pearson, P., Price, C., & Win, Z. (1995). The impact of stage fright on student actors. *British Journal of Psychology*, 86(1), 27-39. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1995.tb02544.x>
- Valentine, E. R., Meyer-Dinkgräfe, D., Acs, V., & Wasley, D. (2006). Exploratory investigation of south indian techniques and neurolinguistic programming as methods of reducing stage fright in actors. *Medical Problems of Performing Artists*, 21(3), 126-136. <https://doi.org/10.21091/mppa.2006.3025>
- Van Kemenade, J. F. L. M., Van Son, M. J. M., & Van Heesch, N. C. A. (1995). Performance anxiety among professional musicians in symphonic orchestras: A self-report study. *Psychological Reports*, 77(2), 555-562. <https://doi.org/10.2466/pr0.1995.77.2.555>
- von der Embse, N., Jester, D., Roy, D., & Poster, J. (2018). Test anxiety effects, predictors, and correlates: A 30-year meta-analytic review. *Journal of Affective Disorders*, 227, 483-493. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.11.048>
- Yerkes, R. M., & Dodson, J. D. (1908). The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation. *Journal of Comparative Neurology and Psychology*, 18(5), 459-482. <https://doi.org/10.1002/cne.920180503>
- Yue, X., Liu, F., Yang, Y., Zheng, X., & Huang, L. (2023). Examining the antecedent factors and their influence on English language anxiety via the lens of control-value theory and data mining approaches. *Current Psychology*, 43(12), 11050-11061. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-05219-3>

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1. Komponenten von Prüfungsangst (Götz, 2022).....	10
Abbildung 2. Ursachen von Lampenfieber/Prüfungsangst (Götz, 2022).....	26
Abbildung 3. Häufigkeitsverteilung der Skalen.....	36

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1. Dreidimensionale Taxonomie von Leistungsemotionen (Pekrun et al., 2023)...	22
Tabelle 2. Deskriptive Statistik der Skalen	35
Tabelle 3. Korrelationsmatrix der angewendeten Skalen	37
Tabelle 4. Häufigkeit der Darstellungsformen	42
Tabelle 5. Variablen mit signifikanter Korrelation mit Kontrolle.....	43
Tabelle 6. Variablen mit signifikanter Korrelation mit Wert	44
Tabelle 7. Variablen mit signifikanter Korrelation mit Motivation	45
Tabelle 8. Variablen mit signifikanter Korrelation mit Lampenfieber.....	46

Anhang

Codebook.....	2
Korrelationsmatrix aller Variablen.....	21

Codebuch

Felicitas Schreiber

Universität Wien

2024

Der Datensatz und das vorliegende Codebuch sind Supplements zur Masterarbeit:

„Ursache und Wirkung von Lampenfieber bei Schauspieler*innen“

Inhaltsverzeichnis

Informationen zur Stichprobe.....	4
1.Lampenfieber	5
Dimension 1 – VOR der Aufführung	5
Dimension 2 – WÄHREND der Aufführung.....	6
Gesamtskala – Stage Fright.....	7
2.Valenz	8
Dimension 1 – Intrinsische Valenz.....	8
Dimension 2 - Die Bedeutung der Leistung	9
Dimension 3 – Persönliche Bedeutung	9
Gesamtskala – Intrinsische Valenz.....	10
3.Kontrolle.....	11
Selbstwirksamkeit.....	11
Selbstkonzept.....	12
Kontrolle – Gesamtskala	13
4.Intrinsische Motivation.....	15
5.Kontrollvariablen	17
Spieljahre	17
Schauspiel als Beruf.....	17
Anzahl der Spielenden	18
Durchschnittliches Publikum.....	18
Darstellungsform	18
Geschlecht & Alter	19
Literaturverzeichnis.....	20

Informationen zur Stichprobe

Art der Stichprobe: Gelegenheitsstichprobe

Zielgruppe: Schauspieler*innen (Hobbyschauspieler*innen, Studierende, professionelle Schauspieler*innen); Musicaldarsteller (Hobbydarsteller*innen, Studierende, professionelle Musicaldarsteller*innen)

	Häufigkeit	Anteilig
<i>N</i>	189	100%
Alter (age)		
<i>M</i>	35.4 Jahre	
<i>SD</i>	14.5 Jahre	
Geschlecht (sex)		
weiblich	91	53.8%
männlich	70	41.4%
divers	8	4.7%
Schauspieler*innen		
Hobbyschauspieler*innen	24	14.1%
Studierende	62	36.5%
Professionelle	84	49.4%
Darstellungsform		
Schauspieler*innen	145	76.7%
Musicaldarsteller	15	8.8%
Sonstige	10	5.9%

1. Lampenfieber

Quelle: Lampenfieber und Prüfungsangst bei Musiker*innen – Tipps aus der Emotionsforschung, Thomas Götz (2022)

Auswertung: Aufaddieren der Antwort-Werte und durch die Anzahl der Items (12) dividieren. Jeder Score liegt zwischen 1 (kein Lampenfieber) und 5 (starkes Lampenfieber).

Antwortkategorien:

- 1 → stimmt gar nicht
- 2 → stimmt kaum
- 3 → stimmt teilweise
- 4 → stimmt überwiegend
- 5 → stimmt genau

Dimension 1 – VOR der Aufführung

Wortlaut im Fragebogen: „Wie fühlen Sie sich in der Regel VOR Aufführungen?“

Variablenname	Inhalt	Mittelwert	Item-Skala Korrelation
		Standardabweichung	
ST1vor	Vor der Aufführung bin ich beunruhigt und fühle mich unwohl.	2.56 1.03	.68
ST2vor	Ich mache mir Sorgen, ob ich genug geübt habe.	2.62 1.08	.58
ST3vor	Ich mache mir Sorgen, ob die Aufführung zu schwierig sein wird.	1.95	.38

		0.94	
ST4vor	Vor lauter Nervosität würde ich am liebsten nicht zur Aufführung kommen.	1.66 1.01	.55
ST5vor	Ich habe ein flaeses Gefühl im Magen.	2.91 1.2	.47

Dimension 2 – WÄHREND der Aufführung

Wortlaut im Fragebogen: „Wie fühlen Sie sich in der Regel WÄHREND Aufführungen?“

Variablenname	Inhalt	Mittelwert Standardabweichung	Item-Skala Korrelation
ST6währ	Ich bin sehr nervös.	1.98 0.83	.48
ST7währ	Ich gerate schnell in Panik bei einer Aufführung.	1.45 0.63	.49
ST8währ	Ich mache mir Sorgen, ob ich gut durch die Aufführung kommen werde.	2.19 0.99	.53
ST9währ	Ich bin so aufgeregt, dass ich denke: Wenn es bloß vorbei wäre.	1.41 0.74	.5
ST10währ	Ich habe so viel Angst, dass ich mir wünschen würde, weit weg zu sein.	1.21 0.51	.46
ST11währ	Wenn die Aufführung beginnt, habe ich Herzklopfen.	3.63 1.19	.51

ST12währ	Ich habe ganz zitterige Hände.	2.05	.5
		1.06	

Gesamtskala – Stage Fright

Reliabilität: Cronbach's alpha = .832

Gesamtmittelwert: 2.14

Standardabweichung: 0.57

Variablenname	Inhalt	Item-Skala Korrelation
ST1vor	Vor der Aufführung bin ich beunruhigt und fühle mich unwohl.	.62
ST2vor	Ich mache mir Sorgen, ob ich genug geübt habe.	.53
ST3vor	Ich mache mir Sorgen, ob die Aufführung zu schwierig sein wird.	.4
ST4vor	Vor lauter Nervosität würde ich am liebsten nicht zur Aufführung kommen.	.51
ST5vor	Ich habe ein flaues Gefühl im Magen.	.57
ST6währ	Ich bin sehr nervös.	.49
ST7währ	Ich gerate schnell in Panik bei einer Aufführung.	.48
ST8währ	Ich mache mir Sorgen, ob ich gut durch die Aufführung kommen werde.	.54
ST9währ	Ich bin so aufgeregt, dass ich denke: Wenn es bloß vorbei wäre.	.46

ST10währ	Ich habe so viel Angst, dass ich mir wünschen würde, weit weg zu sein.	.43
ST11währ	Wenn die Aufführung beginnt, habe ich Herzklopfen.	.45
ST12währ	Ich habe ganz zittrige Hände.	.5

2. Valenz

Quelle: Assessing task values in five subjects during secondary school:

Measurement structure and mean level differences across grade level, gender, and academic subject. Gaspard et al. (2017)

Änderungen: Der Fragebogen wurde an die Thematik Schauspielerei/Lampenfieber angepasst und auf Deutsch übersetzt.

Auswertung: Aufaddieren der Antwort-Werte der jeweiligen Unterskala und durch die Anzahl der Items dividieren.

Antwortkategorien:

1 → stimmt gar nicht

2 → stimmt kaum

3 → stimmt teilweise

4 → stimmt überwiegend

5 → stimmt genau

Dimension 1 – Intrinsische Valenz

Reliabilität: Cronbach's alpha = .813

Gesamtmittelwert: 4.57

Standardabweichung: 0.58

Variablenname	Inhalt	Mittelwert	Item-Skala Korrelation
		Standardabweichung	
V1iV	Auf der Bühne zu stehen und zu spielen/singen macht mir Spaß.	4.64 0.64	0.62
V2iV	Ich mag es auf der Bühne zu stehen.	4.64 0.64	0.69
V3iV	Ich genieße es einfach auf der Bühne zu spielen/singen.	4.41 0.75	0.7

Dimension 2 - Die Bedeutung der Leistung

Reliabilität: Cronbach's alpha = .713

Gesamtmittelwert: 4.5

Standardabweichung: 0.51

Variablenname	Inhalt	Mittelwert	Item-Skala Korrelation
		Standardabweichung	
V4achiev	Es ist mir wichtig gut mit meiner Stimme aufzutreten.	4.52 0.65	0.49
V5achiev	Gut auf der Bühne spielen/singen zu können, bedeutet mir sehr viel.	4.65 0.64	0.63
V6achiev	Ein guter Auftritt ist mir wichtig.	4.7 0.63	0.56
V7achiev	Gute Bewertungen meines Auftritts sind mir wichtig.	4.13 0.86	0.38

Dimension 3 – Persönliche Bedeutung

Reliabilität: Cronbach's alpha = .529

Gesamtmittelwert: 4.64

Standardabweichung: 0.48

Variablenname	Inhalt	Mittelwert Standardabweichung	Item-Skala Korrelation
V8pers	Der Auftritt hat keine Bedeutung für mich.	4.69 0.56	0.38
V9pers	Ein guter Auftritt ist mir persönlich sehr wichtig.	4.53 0.78	0.36
V10pers	Um ehrlich zu sein, interessiere ich mich nicht dafür mit meiner Stimme aufzutreten.	4.69 0.65	0.31

Gesamtskala – Intrinsische Valenz

Reliabilität: Cronbach's alpha = .764

Gesamtmittelwert: 4.56

Standardabweichung: 0.39

Variablenname	Inhalt	Item-Skala Korrelation
V1iV	Auf der Bühne zu stehen und zu spielen/singen, macht mir Spaß.	0.35
V2iV	Ich mag es auf der Bühne zu stehen.	0.4
V3iV	Ich genieße es einfach auf der Bühne zu spielen/singen.	0.36
V4achiev	Es ist mir wichtig gut mit meiner Stimme aufzutreten.	0.55
V5achiev	Gut auf der Bühne spielen/singen zu können, bedeutet mir sehr viel.	0.66
V6achiev	Ein guter Auftritt ist mir wichtig.	0.44

V7achiev	Gute Bewertungen meines Auftritts sind mir wichtig.	0.31
V8pers	Der Auftritt hat keine Bedeutung für mich.	0.41
V9pers	Ein guter Auftritt ist mir persönlich sehr wichtig.	0.48
V10pers	Um ehrlich zu sein, interessiere ich mich nicht dafür mit meiner Stimme aufzutreten.	0.42

Zu invertierende Items: V8pers & V10pers

3. Kontrolle

Kontrolle wird durch die Selbstwirksamkeit und das Selbstkonzept operationalisiert.

Selbstwirksamkeit

Quelle: The murky distinction between self-concept and self-efficacy: Beware of lurking jingle-jangle fallacies. Marsh et al. (2019)

Änderungen: Der Fragebogen wurde an die Thematik Schauspiel/ Lampenfieber angepasst und auf Deutsch übersetzt.

Auswertung: Aufaddieren der Items und durch die Anzahl der Items dividieren.

Antwortkategorien:

- 1 → stimmt gar nicht
- 2 → stimmt kaum
- 3 → stimmt teilweise
- 4 → stimmt überwiegend
- 5 → stimmt genau

Reliabilität: Cronbach's alpha = .765

Gesamtmittelwert: 3.94

Standardabweichung: 0.72

Variablenname	Inhalt	Mittelwert Standardabweichung	Item-Skala Korrelation
Eff1	Ich bin mir sicher, dass ich auch die schwierigsten Stücke auf der Bühne spielen/singen kann.	3.49 1.04	0.57
Eff2	Ich bin überzeugt, gut auftreten zu können.	4.01 0.82	0.66
Eff3	Ich bin mir sicher, dass ich die nötigen Fähigkeiten erwerben kann, um gut zu spielen/singen und auftreten zu können.	4.31 0.73	0.6

Selbstkonzept

Quelle: The murky distinction between self-concept and self-efficacy: Beware of lurking jingle-jangle fallacies. Marsh et al. (2019)

Änderungen: Der Fragebogen wurde an die Thematik Musik/ Lampenfieber angepasst und auf Deutsch übersetzt.

Auswertung: Aufaddieren der Items und durch die Anzahl der Items dividieren.

Antwortkategorien:

1 → stimmt gar nicht

2 → stimmt kaum

3 → stimmt teilweise

4 → stimmt überwiegend

5 → stimmt genau

Reliabilität: Cronbach's alpha = .836

Gesamtmittelwert: 3.71

Standardabweichung: 0.67

Variablenname	Inhalt	Mittelwert Standardabweichun g	Item-Skala Korrelation
SC1	Ich bin ein talentierter Schauspieler/Musicaldarsteller oder eine talentierte Schauspielerin/Musicaldarstellerin.	4.1 0.81	0.46
SC2	Es ist einfach für mich auf der Bühne zu spielen/singen.	3.64 0.9	0.7
SC3	Ich spiele/singe auch auf der Bühne sehr gut.	3.82 0.74	0.64
SC4	Es fällt mir leicht zu spielen/singen und gut aufzutreten.	3.57 0.89	.073
SC5	Es ist einfach für mich ein neues Stück auf der Bühne zu spielen/singen.	3.41 0.94	0.68

Kontrolle – Gesamtskala

Reliabilität: Cronbach's alpha = .873

Gesamtmittelwert: 3.8

Standardabweichung: 0.63

Variablenname	Inhalt	Item-Skala Korrelation
Eff1	Ich bin mir sicher, dass ich auch die schwierigsten Stücke auf der Bühne spielen/singen kann.	.57
Eff2	Ich bin überzeugt, gut auftreten zu können.	.7

Eff3	Ich bin mir sicher, dass ich die nötigen Fähigkeiten erwerben kann, um gut zu spielen/singen und auftreten zu können.	.61
SC1	Ich bin ein talentierter Schauspieler/Musicaldarsteller oder eine talentierte Schauspielerin/Musicaldarstellerin.	.59
SC2	Es ist einfach für mich auf der Bühne zu spielen/singen.	.65
SC3	Ich spiele/singe auch auf der Bühne sehr gut.	.67
SC4	Es fällt mir leicht zu spielen/singen und gut aufzutreten.	.67
SC5	Es ist einfach für mich ein neues Stück auf der Bühne zu spielen/singen.	.64

4. Intrinsische Motivation

Quelle: Pekrun, R., Götz, T., Zirngibl, A. & Jullien, S. (2002). Projekt zur Analyse der Leistungsentwicklung in Mathematik.

Änderungen: Der Fragebogen wurde an die Thematik Schauspiel/Lampenfieber angepasst.

Auswertung: Aufaddieren der Items und durch die Anzahl der Items dividieren.

Antwortkategorien:

1 → stimmt gar nicht

2 → stimmt kaum

3 → stimmt teilweise

4 → stimmt überwiegend

5 → stimmt genau

Reliabilität: Cronbach's alpha = .903

Gesamtmittelwert: 4.34

Standardabweichung: 0.67

Variablenname	Inhalt	Mittelwert Standardabweichung	Item-Skala Korrelation
Mot1	Es bereitet mir Freude, auf der Bühne zu stehen.	4.6 0.71	0.78
Mot2	Ich stehe gerne auf der Bühne.	4.55 0.71	0.81
Mot3	Es macht mir Spaß, auf der Bühne zu spielen/singen.	4.55 0.7	0.84
Mot4	Ich trete gerne auf der Bühne auf.	4.5 0.77	0.86

Mot5	Es ist eine meiner Lieblingsbeschäftigungen auf der Bühne zu spielen/singen.	4.15 0.93	0.66
Mot6	Ich freue mich bereits auf meinen nächsten Auftritt.	4.04 0.99	0.59

5. Kontrollvariablen

Items der Kontrollvariablen wurden für diese Erhebung von Bruckner (2024) übernommen und adaptiert.

Spieljahre

Variablenname	Inhalt	Antwortkategorie
Years1	Seit wie vielen Jahren spielen/singen Sie?	Offenes Antwortformat
Years2	Wie viele Jahre haben Sie dafür Unterricht erhalten?	Offenes Antwortformat
Years3	Seit wie vielen Jahren treten Sie auf der Bühne auf?	Offenes Antwortformat
Years4	Wie viele Stunden üben Sie im Durchschnitt wöchentlich?	Offenes Antwortformat

Schauspiel als Beruf

Variablenname	Inhalt	Antwortkategorie
Occ1	Studieren Sie gerade Schauspiel oder Gesang?	1. „Ja, ich studiere momentan.“ 2. „Nein, ich habe nichts davon studiert.“ 3. „Nein, aber ich habe ein solches Studium abgeschlossen.“

Oc	Ungefähr wie viel Prozent Ihres Einkommens verdienen Sie mit der Schauspielerei?	0 – 100 %
----	--	-----------

Anzahl der Spielenden

Variablenname	Inhalt	Antwortkategorie
Nper1	Mit wie vielen weiteren Personen stehen Sie meist auf der Bühne?	Offenes Antwortformat
Nper2	Ungefähr wie viel Prozent Ihrer Auftritte sind Solos?	0 – 100 %

Durchschnittliches Publikum

Variablenname	Inhalt	Antwortkategorie
Aa1	Wie groß ist das durchschnittliche Publikum vordem Sie auftreten?	Offenes Antwortformat
Aa2	Wie viele Auftritte haben Sie im Durchschnitt jährlich?	Offenes Antwortformat

Darstellungsform

Variablenname	Inhalt	Antwortkategorie
Style1	Welche ist Ihre primäre Darstellungsform?	1. „Schauspiel“ 2. „Musical“

Style2	Wie oft spielen Sie im Durchschnitt ein Stück?	Offenes Antwortformat
--------	--	-----------------------

Geschlecht & Alter

Variablenname	Inhalt	Antwortkategorie
Sex1	Welchem Geschlecht fühlen Sie sich zugehörig?	1.„Weiblich“ 2.„Männlich“ 3.„Divers“
Age1	Wie alt sind Sie?	Offenes Antwortformat

Literaturverzeichnis

- Bruckner, S. (2024). *Predictors of stage fright: Stage fright in the framework of the control-value theory* [Masterarbeit, Universität Wien]. u:theses.
<https://theses.univie.ac.at/detail/71913>
- Gaspard, H., Häfner, I., Parrisius, C., Trautwein, U., & Nagengast, B. (2017). Assessing task values in five subjects during secondary school: Measurement structure and mean level differences across grade level, gender, and academic subject. *Contemporary Educational Psychology*, 48, 67–84.
<https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2016.09.003>
- Götz, T. (2022). *Stage Fright and Test Anxiety for Musicians. Tips from Emotion Research* (1st ed.). Kindle Direct Publishing.
- Marsh, H. W., Pekrun, R., Parker, P. D., Murayama, K., Guo, J., Dicke, T., & Arens, A. K. (2019). The murky distinction between self-concept and self-efficacy: Beware of lurking jingle-jangle fallacies. *Journal of Educational Psychology*, 111(2), 331–353. <https://doi.org/10.1037/edu0000281>
- Pekrun, R., Götz, T., Zirngibl, A., & Jullien, S. (2002). PALMA: Projekt zur Analyse der Leistungsentwicklung in Mathematik. [PALMA-Project for the analysis of achievement development in Mathematics]. *Universität München: Institut Pädagogische Psychologie*.

Korrelationsmatrix aller Variablen

Variable		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1 Spieljahre	Pearsons <i>r</i>	--												
	<i>p</i> -Wert													
2 Unterrichtsjahre	Pearsons <i>r</i>	.253	--											
	<i>p</i> -Wert	.001**												
3 Bühnenjahre	Pearsons <i>r</i>	.928	.145	--										
	<i>p</i> -Wert	<.001**	.069											
4 studiert (1) vs. nicht studiert (2)	Pearsons <i>r</i>	.161	-.345	.211	--									
	<i>p</i> -Wert	.039*	<.001**	.007**										
5 Studierende (1) vs. Absolvent*innen (2)	Pearsons <i>r</i>	.555	.201	.504**	--	--								
	<i>p</i> -Wert	<.001**	.015*	<.001**										
6 Einkommen (%)	Pearsons <i>r</i>	.249	.222	.232	-.366	.699	--							
	<i>p</i> -Wert	.001**	.005**	.003**	<.001**	<.001**								
7 Personen auf der Bühne	Pearsons <i>r</i>	.176	.196	.133	-.054	.228	.149	--						
	<i>p</i> -Wert	.027*	.015*	.099	.496	.007**	.064							
8 Solos (%)	Pearsons <i>r</i>	-.024	.361	-.111	-.070	-.233	-.141	.085	--					
	<i>p</i> -Wert	.762	<.001**	.161	.367	.005**	.075	.287						
9 Publikumsgröße	Pearsons <i>r</i>	.427	.365	.379	-.107	.555	.523	.411	.009	--				
	<i>p</i> -Wert	<.001**	<.001**	<.001**	.172	<.001**	<.001**	<.001**	.908					
10 Auftritte/Jahr	Pearsons <i>r</i>	.297	.307	.231	-.231	.546	.568	.460	-.069	.738	--			
	<i>p</i> -Wert	<.001**	<.001**	.004**	.003**	<.001**	<.001**	<.001**	.390	<.001**				
11 Schauspiel (1) vs. Musical (2)	Pearsons <i>r</i>	.146	.414	.069	-.125	.200	.194	.433	.041	.558	.710	--		
	<i>p</i> -Wert	.067	<.001**	.395	.115	.018*	.016*	<.001**	.613	<.001*	<.001**			
12 Schauspiel (1) vs. Sonstiges (2)	Pearsons <i>r</i>	.040	.253	.033	.105	-.054	-.146	.032	.309	.130	-.050	--	--	
	<i>p</i> -Wert	.623	.002**	.692	.192	.540	.076	.706	<.001**	.115	.552			
13 Musical (1) vs. Sonstiges (2)	Pearsons <i>r</i>	-.149	-.061	-.047	.452	-.458	-.660	-.576	.446	-.439	-.675	--	--	--
	<i>p</i> -Wert	.497	.774	.837	.023*	.032*	<.001**	.004**	.025*	.028*	<.001**			

Variable		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14 weiblich (1) vs. männlich (2)	Pearsons r	.185	-.084	.175	.000	.147	.033	.146	-.016	.026	.036	.019	-.027	-.088
	p -Wert	.020*	.295	.030*	1	.086	.683	.071	.843	.748	.661	.815	.742	.689
15 weiblich (1) vs. divers (2)	Pearsons r	-.126	-.099	-.051	-.014	-.218	-.014	-.018	.049	-.184	-.155	-.082	.202	.419
	p -Wert	.221	.338	.626	.891	.046*	.176	.865	.633	.076	.141	.440	.055	.120
16 männlich (1) vs. divers (2)	Pearsons r	-.212	-.068	-.140	-.016	-.342	-.178	-.077	.060	-.241	-.205	-.097	.250	.519
	p -Wert	.062	.561	.227	.892	.005*	.124	.510	.605	.035*	.074	.412	.035*	.077
17 Alter	Pearsons r	.815	.021	.814	.354	.658	.249	.114	-.136	.319	.175	.016	.087	.153
	p -Wert	<.001**	.785	<.001**	<.001**	<.001**	.001**	.153	.079	<.001**	.026*	.840	.281	.464
18 Selbstwirksamkeit	Pearsons r	.141	.124	.048	-.146	.110	.150	.081	.033	.163	.191	.137	-.106	-.379
	p -Wert	.071	.114	.548	.059	.186	.056	.310	.669	.038*	.016*	.085	.191	.062
19 Selbstkonzept	Pearsons r	.205	.133	.157	.010	.084	.080	.083	-.053	.176	.170	.186	-.085	-.385
	p -Wert	.008**	.08	.045*	.893	.316	.306	.296	.493	.024*	.032*	.019*	.292	.058
20 Kontrolle	Pearsons r	.195	.140	.122	-.056	.107	.121	.089	-.017	.187	.192	.182	-.102	-.397
	p -Wert	.012*	.074	.123	.468	.202	.125	.263	.823	.017*	.015*	.022*	.207	.049*
21 Intrinsische Valenz	Pearsons r	-.125	.045	-.089	.028	-.228	-.238	.108	-.048	-.104	-.003	.073	-.040	-.256
	p -Wert	.108	.565	.256	.716	.006**	.002**	.175	.538	.187	.973	.361	.621	.217
22 Bedeutung der Leistung	Pearsons r	-.066	.131	-.114	-.126	-.047	-.054	-.037	.165	-.036	.004	.051	-.181	-.285
	p -Wert	.399	.094	.146	.103	.571	.494	.646	.034*	.650	.958	.519	.024	.167
23 Persönliche Bedeutung	Pearsons r	.094	-.032	.096	.063	.025	-.058	.097	-.024	.078	.120	.098	-.146	-.342
	p -Wert	.231	.0684	.224	.415	.765	.465	.225	.760	.324	.132	.221	.071	.094
24 Wert	Pearsons r	-.055	.080	-.064	-.026	-.117	-.157	.064	.058	-.036	.046	.101	-.170	-.346
	p -Wert	.485	.309	.415	.734	.159	.045*	.424	.454	.646	.565	.206	.035*	.090
25 Motivation	Pearsons r	-.080	.048	-.089	-.031	-.192	-.207	.095	-.088	-.161	-.041	-.004	-.163	-.280
	p -Wert	.306	.544	.258	.684	.021*	.008**	.232	.256	.040*	.601	.961	.042*	.176
26 Lampenfieber	Pearsons r	-.304	-.184	-.247	-.059	-.227	-.170	-.194	.163	-.236	-.234	-.180	.086	.376
	p -Wert	<.001**	.018*	.002**	.450	.006**	.030*	.014*	.035*	.002**	.003**	.023*	.291	.064

Variable		14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
14 weiblich (1) vs. männlich (2)	Pearsons <i>r</i>	--												
	<i>p</i> -Wert													
15 weiblich (1) vs. divers (2)	Pearsons <i>r</i>	--	--											
	<i>p</i> -Wert													
16 männlich (1) vs. divers (2)	Pearsons <i>r</i>	--	--	--										
	<i>p</i> -Wert													
17 Alter	Pearsons <i>r</i>	.195	-.162	-.252	--									
	<i>p</i> -Wert	.013*	.108	.026*										
18 Selbstwirksamkeit	Pearsons <i>r</i>	.058	-.087	-.130	.026	--								
	<i>p</i> -Wert	.465	.395	.256	.739									
19 Selbstkonzept	Pearsons <i>r</i>	.073	-.154	-.200	.096	.663	--							
	<i>p</i> -Wert	.361	.127	.079	.213	<.001**								
20 Kontrolle	Pearsons <i>r</i>	.070	-.141	-.186	.073	.869	.947	--						
	<i>p</i> -Wert	.380	.167	.103	.347	<.001**	<.001**							
21 Intrinsische Valenz	Pearsons <i>r</i>	.017	.013	.001	-.186	.221	.258	.266	--					
	<i>p</i> -Wert	.828	.897	.993	.015	.003**	<.001**	<.001**						
22 Bedeutung der Leistung	Pearsons <i>r</i>	-.124	-.306	-.262	-.065	.219	.217	.238	.140	--				
	<i>p</i> -Wert	.188	.002**	.020*	.397	.003**	.003**	.001**	.056					
23 Persönliche Bedeutung	Pearsons <i>r</i>	-.002	-.300	-.320	.080	.255	.263	.281	.207	.613	--			
	<i>p</i> -Wert	.982	.003**	.004**	.302	<.001**	<.001**	<.001**	.004**	<.001**				
24 Wert	Pearsons <i>r</i>	-.059	-.275	-.255	-.088	.309	.328	.349	.600	.822	.791	--		
	<i>p</i> -Wert	.460	.006**	.025*	.257	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**			
25 Motivation	Pearsons <i>r</i>	.095	-.209	-.253	-.121	.271	.387	.371	.806	.325	.366	.667	--	
	<i>p</i> -Wert	.229	.038*	.025*	.116	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**		
26 Lampenfieber	Pearsons <i>r</i>	-.174	.193	.303	-.256	-.297	-.415	-.401	-.242	-.067	-.085	-.179	-.360	--
	<i>p</i> -Wert	.028	.055	.007**	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**	<.001**	.363	.252	.015*	<.001**	