

MASTERARBEIT | MASTER'S THESIS

Titel | Title

Ursachen und Wirkungen von Lampenfieber bei Orchestermusiker*innen

verfasst von | submitted by

Salome Jani BSc

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 pro-
gramme as it appears on the student record
sheet:

Masterstudium Psychologie

Betreut von | Supervisor:

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

Abstract

Lampenfieber ist ein häufig vorkommendes Phänomen, welches mit weitreichenden negativen Konsequenzen einhergehen kann. Diese Problematik ist besonders unter Musiker*innen weit verbreitet und äußert sich als eine Angst, welche auf die spezifische Situation des Auftretens bezogen ist. In dieser Arbeit wurde untersucht, ob Lampenfieber bei Orchestermusiker*innen mit Hilfe der Kontroll-Wert Theorie nach Pekrun (2006) erklärt werden kann. Dabei wurde getestet, ob subjektive Kontrolle und Wert signifikante Prädiktoren von Lampenfieber sind. Abgeleitet von der Theorie wurde davon ausgegangen, dass geringere Kontrolle und höherer Wert zu höherem Lampenfieber führen. Die Kontrollkomponente wurde dabei mittels der Konstrukte Selbstkonzept und Selbstwirksamkeit operationalisiert. Der Wert wurde anhand von drei Subskalen erhoben: Intrinsische Valenz, Bedeutung der Leistung und Persönliche Bedeutung. Die Erhebung erfolgte über einen online Fragebogen und die Stichprobe bestand aus insgesamt 214 Orchestermusiker*innen ($M = 36.3$ Jahre, $SD = 14.9$ Jahre, 54.67% weiblich, 44.86% männlich, 0.47% divers), darunter 104 Berufs- und 110 Hobbymusiker*innen. Es konnte ein signifikant negativer Zusammenhang zwischen Kontrolle und Lampenfieber gefunden werden, insbesondere mit der Subskala Selbstkonzept. Die Ergebnisse bezüglich der Wertkomponente sind sehr heterogen und unterscheiden sich je nach Subskala. Während Intrinsische Valenz einen negativen Zusammenhang mit Lampenfieber aufweist, zeigt die Bedeutung der Leistung eine positive Korrelation. In der explorativen Analyse erfolgte eine Validierung des Fragebogens zur Angst bei Aufführungen von Götz (2022) anhand eines Ausschnittes des Music-Performance Anxiety Inventory's nach Kenny (2017). Es konnte eine gute Validität mittels einer Korrelation von .793 zwischen den beiden Skalen festgestellt werden. Weiters geben Berufsmusiker*innen im Vergleich zu Laienmusiker*innen an, höhere Kontrolle, Wert und Motivation zu empfinden. Hinsichtlich der Lampenfieberwerte unterscheiden sich die beiden Musiker*innengruppen nicht.

Abschließend lässt sich sagen, dass die Kontroll-Wert Theorie eine interessante Grundlage für das Verständnis von Lampenfieber bei Orchestermusiker*innen bietet. Die Ergebnisse zeigen, dass sowohl Kontrolle als auch Wert in einem Zusammenhang mit Lampenfieber stehen. Diese Arbeit soll zur Enttabuisierung von Lampenfieber beitragen und zukünftige Forschung zur Entwicklung von Präventionsprogrammen anregen, um die Angst langfristig zu minimieren.

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

Abstract

Stage fright is a commonly present phenomenon, which goes along with far-reaching negative consequences. This problem is especially widespread among musicians and manifests itself as a fear related to the specific situation of performing. This thesis investigated whether stage fright among orchestra musicians can be explained in the framework of the control-value theory by Pekrun (2006). It was examined whether subjective control and value are significant predictors of stage fright. Derived from the theory, it was assumed that lower control and higher value lead to higher stage fright. The control component was operationalized using the constructs of self-concept and self-efficacy. The value was assessed by three subscales: intrinsic value, importance of achievement and personal importance. The survey was conducted by an online questionnaire and the total sample consisted of 214 orchestra musicians ($M = 36.3$ years, $SD = 14.9$ years, 54.67% female, 44.86% male, 0.47% diverse), including 104 professional musicians and 110 amateur musicians. A significant negative correlation was found between control and stage fright, especially with the subscale of self-concept. The results regarding value are very heterogeneous and differ depending on the subscale. While intrinsic value shows a negative correlation with stage fright, importance of achievement is positively connected. In the exploratory analysis, the questionnaire on performance anxiety by Götz (2022) was validated using an excerpt of the Music-Performance Anxiety Inventory by Kenny (2017). A correlation of .793 between the two scales was established, indicating a good validity. Furthermore, professional musicians report higher control, value and motivation than amateur musicians. With regard to stage fright, there is no difference between the two groups of musicians.

In conclusion, the control-value theory provides an interesting basis for the understanding of stage fright among orchestra musicians. The results show that control and value are both related to stage fright. This thesis aims to contribute to the destigmatization of stage fright and to encourage future research to develop prevention programs to minimize anxiety in the long term.

Keywords: Stage fright, control-value theory, orchestra musicians

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung.....	5
2 Lampenfieber	7
2.1 Definition und Abgrenzung.....	7
2.2 Komponentenmodell.....	8
2.3 Entstehung von Lampenfieber	9
2.4. Auswirkungen von Lampenfieber	11
2.5 Prävalenz.....	14
2.6 Einflussgrößen auf Lampenfieber	14
2.7 Umgang mit Lampenfieber	16
3 Erhebungsinstrumente und Validierung	18
3.1 Skalen zur Messung von Lampenfieber	18
3.2 Skalvalidierung	21
4 Lampenfieber und die Kontroll-Wert Theorie	25
4.1 Die Kontroll-Wert Theorie.....	25
4.2 Lampenfieber in der Kontroll-Wert Theorie	26
4.3 Forschungsstand und bisherige Arbeiten	28
5 Fragestellungen und Hypothesen.....	31
6 Methodik.....	32
6.1 Stichprobenbeschreibung	32
6.2 Operationalisierung und Skalen	35
7 Ergebnisse	39
7.1 Hypothesenprüfung.....	39
7.1.1 Deskriptive Statistik.....	39
7.1.2 Inferenzstatistische Ergebnisse	40
7.2 Explorative Analysen	43
7.2.1 Skalvalidierung.....	43
7.2.2 Gruppenvergleich.....	45
8. Diskussion.....	47
9. Literaturverzeichnis	52

1 Einleitung

Lampenfieber ist eine weitverbreitete Problematik und bei vielen Menschen ein häufig auftretendes Phänomen. Jeder, der schon mal einen Auftritt hatte oder etwas vor Publikum präsentieren musste, wird diese Erfahrung möglicherweise erlebt haben. Besonders Musiker*innen, Sänger*innen, Schauspieler*innen, Redner*innen oder Tänzer*innen werden damit regelmäßig konfrontiert, da es mit dem Berufsalltag verbunden ist (Kenny, 2011; Spahn, 2011). Dabei tritt die Angst vor dem Performen in unterschiedlichen Intensitäten auf und führt bei starkem Ausmaß zu schwerwiegenden negativen Konsequenzen (Barbar et al., 2014; Götz, 2022). Speziell im Musiksektor gehört es zu den gängigsten Beschwerden, welche dazu führen, dass Aufführungen vermieden oder sogar Karrieren dadurch zerstört werden. Dabei sind auch populäre Musiker*innen unterschiedlicher Genres davon betroffen, beispielsweise ist hier George Harrison, ein Musiker der weltbekannten Band „The Beatles“ zu nennen (Abromeit, 2014; Kenny, 2011). In einem systematischen Review von Fernholz et al. aus dem Jahre 2019 wurde eine Prävalenzrate von 16.5%-60% bei Profimusiker*innen gefunden.

Lampenfieber kann als ein multidimensionales Konstrukt verstanden werden, welches sich anhand von unterschiedlichen Komponenten äußert (Götz, 2022; Papageorgi, 2022). Dabei teilt sich Lampenfieber mit der Prüfungsangst dieselbe Grundlage, da sich diese Phänomene mit derselben Symptomatik äußern und auf die Angst vor Bewertungen beziehen (Götz, 2022; Metzger & Schuster, 2017). Trotz unzähliger Studien darüber verbleiben viele offene Fragen hinsichtlich der Ursachen von Lampenfieber, um dadurch im weiteren Sinne auch die Prävention und Behandlung der Angst besser in den Griff zu bekommen.

Ziel dieser Arbeit ist es daher die Thematik aus der psychologischen Perspektive zu betrachten und zwar vor dem Hintergrund der Kontroll-Wert Theorie nach Pekrun (2006). Die Emotionstheorie untersucht dabei die Faktoren Kontrollierbarkeit und Valenz bei der Entstehung von Leistungsemotionen (Pekrun, 2006). Lampenfieber wurde bereits vor diesem theoretischen Rahmen bei Musiker*innen und Schauspieler*innen untersucht und es konnte gezeigt werden, dass beide Konstrukte mit Lampenfieber in Verbindung gebracht werden konnten. Daher liefern die Prädiktoren Kontrolle und Wert eine wertvolle Basis für die Entstehung von Lampenfieber (Bruckner, 2024; Schreiber, 2025). Um die Forschung diesbezüglich weiter voranzutreiben, soll diese Arbeit als Erweiterung und Folgeprojekt angesehen werden, indem Lampenfieber nun im Rahmen der Kontroll-Wert Theorie bei Orchestermusiker*innen erforscht werden soll. Orchester stellen nämlich eine große Gruppe an Musiker*innen dar,

welche eine veraltete Ergebnislage bezüglich Lampenfieber aufweisen, da sie auf schwer zugänglichen Erhebungsinstrumenten und auf einer nachsichtigen Beurteilung der Gütekriterien basiert (Kenny, 2011).

Diese Arbeit soll nun untersuchen, ob das Ausmaß an Lampenfieber bei Orchestermusiker*innen durch Kontrolle und Wert hervorgesagt werden kann. Weiters soll durch das Abfragen des Musikstatus` eine Gegenüberstellung zwischen Laien- und Berufsmusiker*innen aus Orchestern ermöglicht werden. Dadurch soll die Variable *Musik als Beruf* als möglicher Einflussfaktor auf Lampenfieber, Kontrollierbarkeit, Valenz und Motivation untersucht werden. Zusätzlich liegt der Schwerpunkt auf der Validierung der Lampenfieber Skala von Götz (2022), welcher bereits in den Arbeiten von Bruckner im Jahre 2024 und bei Schreiber 2025 Verwendung fand. Da dieser in der Forschung nun bisher erst zweimal zum Einsatz kam, soll er mittels eines Ausschnitts aus dem Kenny-Music Performance Anxiety Inventory (2017) validiert werden, um die Eignung zu überprüfen und die Genauigkeit sicherzustellen. Zusammengefasst sollen all diese Analysen zu einem tieferen Verständnis führen und mehr Einsicht in die Thematik Lampenfieber bei Orchestermusiker*innen verschaffen.

2 Lampenfieber

In diesem Kapitel soll Lampenfieber bei Musiker*innen definiert und beschrieben werden, um durch die genaue Benennung dieses Phänomens einen ersten und wesentlichen Schritt zum gemeinsamen Verständnis beizutragen. Darüber hinaus soll das Komponentenmodell, die Entstehung, die Auswirkungen und die Prävalenzen vorgestellt werden. Abschließend werden noch mögliche Einflussgrößen und Ansätze für den Umgang mit der Angst diskutiert.

2.1 Definition und Abgrenzung

Ursprünglich stammt das deutsche Wort Lampenfieber vom französischen Begriff „fièvre de rampe“ ab und wird mit Fieber an der Rampe übersetzt. Das stammt daher, dass man sagte Schauspieler*innen würden unter den Scheinwerfern auf der Bühne erhitzen und kommt somit eigentlich aus dem Bereich des Theaters. Im Laufe der Zeit hat sich dieser Ausdruck allerdings gewandelt und heutzutage versteht man darunter eine Angst, welche sich kurz vor oder während eines Auftritts in der Öffentlichkeit zeigt. Davon können somit alle Menschen sowohl im privaten als auch beruflichen Umfeld betroffen sein (Bührer, 2012). Bei Musiker*innen bezieht sich das Lampenfieber dabei auf die typische Situation einer Aufführung vor einem Publikum (Götz, 2022). Da auch Auftritte durch Konzertkritiker*innen und Besucher*innen bewertet werden, kann man im weiteren Sinne auch von Prüfungsangst sprechen (Zeidner, 2014). Daher werden Begriffe wie Bewertungsangst häufig im Kontext von Lampenfieber verwendet, denn die Emotion dieses Phänomens ist Angst (Metzig und Schuster, 2017). Weiters wird dieses Gefühl auch häufig von einem Schamempfinden, Ohnmacht oder Hilflosigkeit begleitet (Abromeit, 2014; Reinhardt & Rötter, 2013).

Salmon (1990) spricht von der Angst vor einer musikalischen Leistung, die als eine anhaltende, belastende Befürchtung oder tatsächliche Beeinträchtigung der Leistungsfähigkeit im öffentlichen Kontext erfahren wird. Barlow fügte hinzu, dass es sich bei Lampenfieber um ein Gefühl handelt, welches daher rührt, dass die Person einen Mangel an Kontrolle über bevorstehende für sie wichtige Ereignisse empfindet (Barlow, 2000). Außerdem ist bereits bekannt, dass sich Lampenfieber auf der kognitiven, affektiven, somatischen und behavioralen Ebene manifestieren kann und häufig dann auftritt, wenn Versagensängste, Bewertungsdruck und ein hohes Ego-Investment vorhanden sind (Kenny, 2010).

Zuletzt soll erwähnt werden, dass Lampenfieber stark situationsabhängig ist und die individuellen Ausprägungen sich auf einem breiten Kontinuum wiederfinden. Wird die Angst besonders stark verspürt, sodass sie einschneidende Konsequenzen mit sich bringt,

leistungsschädigend und als eine erhebliche Belastung empfunden wird, dann spricht man von Auftrittsangst. Dieses Ausmaß an Angst ist als pathologisch einzustufen und sollte von „normalem“ Lampenfieber abgegrenzt werden. Im ICD-10 und im DSM5 wird die Auftrittsangst als eine Diagnose unter den Sozialen Phobien eingeordnet (Kenny, 2011; Spahn, 2019).

2.2 Komponentenmodell

Lampenfieber sowie Prüfungsangst sind Emotionen, welche in der Forschung oftmals in unterschiedliche Facetten gegliedert werden (Götz, 2022). Diese fünf Komponenten werden nun genauer aufgeschlüsselt und das gesamte Modell ist in Abbildung 1 ersichtlich.

Um überhaupt von einer Emotion sprechen zu können, muss die affektive Komponente präsent sein, da diese den wesentlichen Kern eines jeden emotionalen Zustands repräsentiert. Ohne diese Gefühlskomponente würde man nicht von Lampenfieber sprechen, selbst, wenn die anderen Facetten vorhanden wären. Dabei tritt diese mit einem Empfinden von Angst, Nervosität, Unsicherheit, Panik, Reizbarkeit, Furcht, Besorgnis oder Anspannung auf. Das unangenehme Gefühl speist sich dabei auch manchmal aus der Angst vor Spott, Verlegenheit, Scham oder Versagen. Die affektive Komponente stellt dabei das zentrale Erleben eines Gefühls im inneren einer Person dar (Götz, 2022; Kenny, 2011; Nagel, 2018). Bei der kognitiven Komponente handelt es sich um alle Gedanken und Sorgen, welche man im Zuge von Lampenfieber entwickelt. Dabei drehen sich die Befürchtungen oftmals darum, nicht ausreichend geprobt zu haben, möglicherweise scheitern zu können oder die Erwartung negativer Konsequenzen. Kognitionen zeigen sich hierbei als störende Gedanken und Besorgnisse über die Aufführungssituation, welche zu Gedächtnislücken und Konzentrationsproblemen führen können. Bei Berufsmusiker*innen beziehen sich die sorgenvollen Bedenken auch teilweise darauf einen Auftrag beziehungsweise eine Stelle nicht zu erhalten oder sein gutes Image zu zerstören durch einen missglückten Auftritt (Götz, 2022; Kenny, 2011; Roos et al., 2021). Der weitere Bestandteil von Lampenfieber bezieht sich auf die Expressionen der Personen, also alle sichtbaren und hörbaren Reaktionen der Angst. Die expressive Komponente umfasst dabei die Gestik, Mimik, Stimme und Körperhaltung, beispielsweise ein verzogener Gesichtsausdruck, eine zitterige Stimme oder eine verkrampfte Haltung (Götz, 2022). Die vierte Facette bezieht sich auf alle körperlichen Empfindungen und wird daher als die physiologische Komponente bezeichnet. Reaktionen, die mit Lampenfieber einhergehen, sind eine erhöhte Atemfrequenz, kühle und schwitzige Gliedmaßen, Mundtrockenheit, erhöhter Muskeltonus, Herzrasen, Schweißausbrüche, Übelkeit, Schwindel, erhöhter Blutdruck, Durchfall, Harndrang oder Kopfschmerzen

(Bührer, 2012; Kenny, 2011; Nagel, 2018; Spahn, 2011). Die Körperreaktionen können dabei deutlich von außen erkennbar sein oder nicht sichtbar vonstattengehen, wie beispielsweise eine erhöhte Körpertemperatur (Götz, 2022). Und zu guter Letzt, gehört noch die motivationale Komponente zu dem Modell, welche sich bei Lampenfieber anhand einer Vermeidungstendenz zeigt. Evolutionär betrachtet reagieren Menschen nämlich bei Gefahrensituationen mit der sogenannten „fight or flight“ Reaktion und im musikalischen Kontext stellt die Aufführungssituation die potentielle Bedrohung dar. Somit bezieht sich die Motivation darauf, sich zu wünschen, verschwinden zu können und oftmals weit davon entfernt zu sein (Götz, 2022; Roos et al., 2023).



Abbildung 1. Komponenten von Prüfungsangst (Götz, 2022)

Abschließend sei gesagt, dass das spezifische Angsterleben von Musiker*in zu Musiker*in unterschiedlich ausgeprägt ist und interindividuell differenziert werden muss. Bei manchen Personen zeigt sich die Angst beispielsweise vermehrt anhand der äußeren Reaktionen wie dem Gesichtsausdruck oder Zittern, wohingegen andere wiederum mehr von inneren Sorgenfluten überwältigt werden (Götz, 2022).

2.3 Entstehung von Lampenfieber

Nun soll auf die Entstehung von Lampenfieber näher eingegangen werden, um das Phänomen in seiner Gesamtheit nachvollziehbar zu machen. Zuerst sollen die neurologischen Vorgänge und die damit einhergehenden körperlichen Reaktionen vorgestellt werden, und anschließend psychologische Faktoren als mögliche Ursachen besprochen werden.

Neurobiologische Seite

Nachdem eine Aufführung als eine potentielle Gefahrensituation wahrgenommen wird, gelangt der Stimulus durch unsere Sinnesorgane in den sogenannten Thalamus. Dieser gehört zum limbischen System unseres Gehirns und ist für die emotionale Beurteilung von Reizen zuständig. Anschließend kann dieser Eindruck entweder auf schnellem Wege zur Amygdala gereicht werden, in welcher die Informationen rasch überprüft werden und bei Gefahr den Körper sofort alarmieren. Oder die Informationen gelangen vom Thalamus über einen langsameren Weg zum Cortex, in diesem Teil des Gehirns werden die Informationen detaillierter einer Untersuchung unterzogen und auf mögliche Gefährdungen genaustens überprüft. Der Cortex greift dabei auch auf ähnliche, vergangene Situationen zurück, um sie mit der jetzigen Lage zu vergleichen. Die Aktivierung der Amygdala erfolgt dabei schnell und automatisch, während die Bewertung durch den Neocortex langsamer und rational vonstattengeht (Abromeit, 2014). Sobald eine Situation tatsächlich als Bedrohung eingeschätzt wird, wird von der Amygdala Glutamin freigesetzt und bewirkt eine Aktivierung des sogenannten Blauen Kerns im Stammhirn, welcher wiederum Noradrenalin ausschüttet. Durch den Botenstoff kommt es zur Alarmierung des Sympathikus, welcher mit dem Parasympathikus als Gegenspieler zum vegetativen Nervensystem gehört und die Funktion besitzt den Körper in Aktivität zu versetzen. Der sympathische Zweig bereitet den Körper auf die sogenannte „fight or flight“ Situation vor, was dazu führt, dass sich die Verdauung verlangsamt, die Pupillen erweitern, der Speichelfluss reduziert, das periphere Sehvermögen einschränkt, die Herzfrequenz und die Atmung beschleunigen. Zusätzlich kommt es zu einer Erweiterung der Blutgefäße in den Arbeitsmuskeln und des Gehirns, wodurch der rote Hals und Kopf bei Personen mit Lampenfieber erklärt werden kann. Periphere Blutgefäße in den Händen oder Füßen hingegen verengen sich, weshalb diese oftmals ganz kalt werden. Durch das Noradrenalin, die Aktivierung des Sympathikus' und das freigesetzte Adrenalin durch die Nebennieren, kommt es zu vielen der typischen Lampenfieber-Symptome wie sie bereits bei der physiologischen Komponente genannt wurden. In Kombination mobilisiert dieses Alarmsystem den Organismus für eine Flucht oder einen Kampf (Abromeit, 2014; Bühner, 2012; Kenny, 2011; Spahn, 2015).

Psychische Seite

Aus der psychologischen Perspektive werden diverse Faktoren als mögliche Ursachen von Lampenfieber angenommen. Denn Lampenfieber entsteht nie, wenn man alleine ist, sondern immer im sozialen Kontext, wenn andere Personen involviert sind. Im musikalischen

Bereich hat die Angst somit etwas mit dem Publikum, Konzertkritiker*innen oder Mitgliedern des Orchesters selbst zu tun. Da es ein Grundbedürfnis der Menschen ist zu einer Gemeinschaft dazuzugehören, speist sich Lampenfieber aus der frühzeitlichen Urangst, von der sozialen Gruppe ausgeschlossen oder bewertet zu werden. Dabei könnte man Gefahr laufen, Kritik zu erhalten, Fehler zu begehen, Blamage zu erfahren, zu versagen oder den Erwartungen anderer nicht gerecht zu werden (Bührer, 2012). Neben solchen Urängsten können aber auch frühere negative Erfahrungen das Entstehen von Lampenfieber erklären. Denn teilweise verspüren Musiker*innen Angst, verursacht durch eigene bisherige Auftritte und negative Erlebnisse damit, anstatt dass die tatsächliche Gefahr auf der Bühne besteht. Beispielsweise können unverarbeitete Auftrittstraumata bei späteren Konzerten reaktiviert werden und die Angst davor dies erneut zu erleben, entwickelt ein Eigenleben (Brennan, 2020). Abschließend wird auch häufig das familiäre Umfeld inklusive der Elternerziehung und -bindung als ursächlicher Faktor angenommen. Dabei wird der Großteil des sozialen Verhaltens, die Einstellung zu Leistung und der Umgang mit Emotionen sprich der Selbstpräsentation in starkem Maße von unseren engsten Bezugspersonen geprägt (Abromeit, 2014). Wuchs man mit einer besonders strengen Erziehung mit Bestrafungen bei Misserfolgen auf (Bührer, 2012), waren Gefühle ein Tabuthema, durfte man Leistungen nicht präsentieren (Abromeit, 2014) oder fielen immer wieder entmutigende Redensarten, dann kann dies dazu führen, dass familiäre Glaubenssätze zu einer tiefsitzenden Überzeugung werden. Besonders Entmutigung mittels stereotyper Redensarten, die den Leistungsbereich betreffen, können sich zu Gefühlen der Minderwertigkeit entwickeln und zu internalisierten Überzeugungen werden (Metzig & Schuster, 2017). Daher sollte das Verhalten der Eltern als Risikofaktor für das Auftreten von Angstzuständen wie Lampenfieber nicht unberücksichtigt bleiben. Kenny (2011) bezog dabei die frühen Lebenserfahrungen im elterlichen Umfeld in ihrem weltbekannten Inventar zur Untersuchung von Lampenfieber bei Musiker*innen mit ein (Aubry & Küssner, 2023).

2.4. Auswirkungen von Lampenfieber

Über die positiven Auswirkungen von Lampenfieber gibt es in der Literatur vermehrt Uneinigkeiten. Das rührt daher, dass das Sprichwort „Ein wenig Angst schadet niemanden.“ weite Verbreitung erfahren hat und sich von dem allgemeinen Gesetz nach Yerkes und Dodson 1908 ableiten ließ (Götz, 2022). Dieser Grundsatz gehört zu einer der frühesten experimentell fundierten Aussagen über den Zusammenhang zwischen Antrieb und Lernen, welcher von einer umgekehrten U-Form zwischen physiologischer Erregung und Leistungsfähigkeit ausgeht. Dabei wird behauptet, dass sehr niedrige und sehr hohe Levels an Erregung die Leistung

hemmen, wohingegen die optimale Leistungsqualität bei mittlerem Erregungsniveau ausgeschöpft werden kann (Papageorgi et al., 2013). Spahn (2019) geht davon aus, dass bei einem optimalen Ausmaß an Lampenfieber die Konzentration, die Körperbeherrschung, der Ausdruck und die Spielfreude positiv beeinflusst und unterstützt werden können. Man spricht dann von einem leistungssteigernden Grad an Lampenfieber (Spahn, 2015), wenn es das geistige sowie körperliche Leistungsvermögen steigert und Musiker*innen in kreative Anspannung versetzt (Bührer, 2012). Auch frühere Studien fanden, dass Angst für erfahrene Musiker*innen motivierende Eigenschaften besitzen kann, da die einhergehende physiologische Erregung als Vorbereitung für die bevorstehende Handlung dienen und die Wachsamkeit erhöhen soll (Papageorgi et al., 2013).

Unbeachtet sollte dabei jedoch nicht bleiben, dass das Yerkes-Dodson-Gesetz auf Experimenten mit Labormäusen basiert (Götz, 2022). Und nach heutigem Wissensstand, in diesem Zusammenhang die Faktoren Grundängstlichkeit als Eigenschaft der Person, die Schwierigkeit der Performance, der vorherrschende Grad an situativem Stress und das Ausmaß an Vorbereitung unberücksichtigt bleiben (Papageorgi et al., 2013; Spahn, 2015). Außerdem kann dabei das mittlere Aktivitätslevel auch durch andere Handlungen wie sportliche Betätigung, ein warmes Getränk oder positive Emotionen wie Freude herbeigeführt werden. Es handelt sich bei Lampenfieber nämlich um eine stark negative Empfindung, welche unangenehme Gefühle herbeiführt und sich schädlich auf die Leistung auswirkt (Götz, 2022). Es ist daher bekannt, dass Lampenfieber nicht nur auf die Performance einen schwerwiegenden Einfluss hat, sondern auch auf die musikalische Karriere der Person und die mentale Gesundheit (Barbar et al., 2014). Eine Minderung der Lebensqualität sowie des Wohlbefindens sind oftmals langfristige Folgen neben dem Verlust der Freude am Musizieren (Götz, 2022).

Neben den körperlichen und mentalen Beeinträchtigungen bei anhaltender Angst besitzt Lampenfieber auch eine hinderliche Wirkungskraft auf drei große Bereiche, welche sich direkt auf eine Aufführung bei Musiker*innen beziehen. Nun soll der Einfluss von Lampenfieber auf die Ressourcen, die Motivation und die Auftrittsstrategien, welche für ein Konzert benötigt werden, vorgestellt werden (Götz, 2022).

Ressourcen. Unter den Ressourcen werden alle Fähigkeiten und Kräfte verstanden, welche Musiker*innen als Gesamtmaß an Energie bei einem Auftritt zur Verfügung stehen. Körperliche Ressourcen wie das Erzeugen von Luftdruck, das schnelle Bewegen der Finger, die Körperhaltung oder die Druck- und Schlagkraft werden durch die Aktivierung von Angst

im Körper reduziert. Durch das Lampenfieber haben Personen ihren Körper nicht mehr unter Kontrolle, indem man anfängt zu schwitzen, zittern oder Kurzatmigkeit erleidet. Feinmotorische Fähigkeiten, die bei vielen Orchestermusiker*innen höchst relevant sind, werden durch Lampenfieber erheblich geschwächt. Hierbei kann man von einer Ressourceneinschränkung auf der physiologischen und teilweise expressiven Komponente sprechen (verkrampfte Körperhaltung). Aber auch die kognitiven Reserven werden durch ein ständiges Sorgenmachen verbraucht. Beim Musizieren in einem Orchester muss gut auf seine Mitspieler*innen geachtet, die Noten sollen aufmerksam gespielt und mental sollten bereits gelernte Passagen eines Stückes abgerufen werden. All diesen dafür benötigten kognitiven Ressourcen kann aber aufgrund bestehender Angst nicht nachgegangen werden, da sie für das Sorgenmachen verbraucht werden. Wie bereits erwähnt, äußert sich die affektive Komponente bei Lampenfieber mit Scham, Ohnmacht oder Unsicherheit. Diese Angst steht dabei dem hingebungsvollen und leidenschaftlichen Musizieren im Wege, bei welchem oftmals Gefühle wie Heiterkeit oder Freude übermittelt werden sollten. Die musikalischen Ressourcen werden durch das erlebte Lampenfieber blockiert und die emotionale Hingabe kann nicht zum Ausdruck gebracht werden. Interaktive Ressourcen werden dahingehend geschwächt, dass man sich schwerer auf seine Mitspieler*innen im Orchester konzentrieren kann. Beim Spielen mit anderen Musiker*innen wird nämlich verlangt, präzise hinzuhören, wie andere spielen und wann eigene Einsätze vorkommen. Bei Lampenfieber ist man nun aber sehr mit der eigenen Person und seinen Ängsten beschäftigt, sodass die Interaktion mit den anderen Orchestermusiker*innen und letztlich auch die Gesamtleistung darunter leidet (Götz, 2022).

Motivation. Weiters ist der Bereich der Motivation gestört, da man durch die Angst eine sogenannte Vermeidungsmotivation verspürt und versucht möglichst schnell ohne Fehler durch die Aufführung zu kommen oder am liebsten ohnehin nicht auftreten würde. Vorteilhafter wäre jedoch eine Annäherungsmotivation, sprich wenn man gerne voller Motivation auf der Bühne musizieren und das Publikum erfreuen würde. Somit ist der Einfluss von Lampenfieber auf die motivationale Tendenz von Musiker*innen besonders nachteilig (Götz, 2022).

Aufführungsstrategien. Alle Musiker*innen besitzen eine Grundausstattung an bestimmten Strategien, die ihnen helfen gut durch ein Konzert zu kommen. Beispielsweise spielen manche ein Stück oder Fingersätze von vereinzelt Passagen nochmal in ihrem Kopf geistig durch. Oftmals muss in der Musik auch improvisiert werden, indem spontan und kreativ gehandelt wird. All diese Vorgehensweisen werden durch die Angst blockiert und man kann die gewohnten Strategien nicht mehr abrufen (Götz, 2022).

Insgesamt lässt sich somit die schädliche Wirkung von Lampenfieber bei den verschiedenen Prozessen wie den Ressourcen, der Motivation sowie den Aufführungsstrategien deutlich erkennen. Das Ergebnis ist eine reduzierte Leistung hinsichtlich der Aspekte Technik, Melodie, musikalischem Ausdruck, Rhythmus und Zusammenspiel mit anderen Orchestermusiker*innen. Diese Ergebnisse zeigen deutlich, dass Lampenfieber bei weitem nicht förderlich für Musiker*innen ist und es unwahrscheinlich zu einem mittleren Erregungsniveau führt. Allerdings lässt sich ein mittleres Aktivitätslevel durch positive Emotionen wie Stolz, Vorfreude oder auch Motivation herbeiführen, ohne dabei jedoch Angst empfinden zu müssen (Götz, 2022).

2.5 Prävalenz

Die Bestimmung genauer Prävalenzraten von Lampenfieber bei Musiker*innen ist eine schwierige Aufgabe und die Ergebnisse in der Literatur variieren von Studie zu Studie. Diese Problematik beruht darauf, dass z.T. unterschiedliche Definitionen als Ausgangslage verwendet wurden und auch die Messmethoden zur Erhebung und Bewertung von Lampenfieber voneinander abweichen. Weiters spielen die Merkmale der untersuchten Stichprobe, die Antwortquoten der Studien und auch die Gewichtung diverser Aspekte von Lampenfieber eine Rolle (Barbar et al., 2014). Aufgrund mangelnder Standardisierung und großer Methodenvielfalt sollten die Ergebnisse mit Vorsicht interpretiert werden. Bei erwachsenen Orchestermusiker*innen wurde eine Prävalenzrate von 15%-70% gefunden, welche von mehreren Studien unterstützt wird (Papageorgi, 2022). In einem systematischen Review von Fernholz et al. (2019) wurde Lampenfieber bei professionellen Musiker*innen erforscht und ergab eine Häufigkeit von 16.5%-60%. Ein Drittel davon gaben an, dass es sich bei ihrem Lampenfieber um ein schwerwiegendes Problem handelt, während rund 60% davon berichteten, dass sie mindestens einmal in ihrer Karriere eine Art von Lampenfieber erlebt haben (Fernholz et al., 2019). Eine weitere Studie über die Untersuchung von 56 Orchestern ergab, dass 70% der Musiker*innen von leistungsbeeinträchtigenden Ängsten berichten, wodurch die negativen Konsequenzen von Lampenfieber erneut zur Deutung kommen (James, 1997).

2.6 Einflussgrößen auf Lampenfieber

In der Forschung wird eine Vielzahl an Faktoren diskutiert, welche als mögliche Einflussgrößen auf die Entstehung von Lampenfieber wirken können, darunter Personen- als auch Kontextbezogene Aspekte. Im Folgenden werden potentielle Determinanten vorgestellt.

Geschlecht. Die meisten Studien zeigen signifikant höhere Levels an Angst bei weiblichen Teilnehmer*innen (Barbar et al., 2014; Barros et al., 2024). In Übereinstimmung mit der breiten Literatur fanden ungefähr zwei Drittel der Studien, dass Frauen tatsächlich von mehr Lampenfieber berichten im Gegensatz zu männlichen Musikern. Rund ein Drittel fanden jedoch keine signifikanten Geschlechterdifferenzen (Sokoli et al., 2022).

Alter. Das Alter scheint eine signifikante Rolle beim Verständnis der Phänomenologie von Lampenfieber zu spielen. Die Forschung ergibt gemischte Ergebnisse, denn manche Studien behaupten jüngere Musiker*innen seien von Lampenfieber mehr betroffen als Ältere, wohingegen andere Untersuchungen eine positive Korrelation zwischen Alter und Lampenfieber gefunden haben. Teilweise wurde auch keine signifikante Beziehung zwischen den beiden Konstrukten gefunden (Sokoli et al., 2022).

Musikstil. Das Musikgenre als Einflussfaktor ist bisher noch wenig erforscht. Allerdings gibt es Annahmen, dass westliche Klassikmusik zu höheren Lampenfieberwerten führen soll als die Musikrichtungen Jazz und Pop. Klassische Musiker*innen seien davon geplagt, ständig nach technischer Perfektion zu streben und den bekannten Musikmeistern nachzueifern, was zu leistungsbezogenen Problemen führt und oft mit Kosten der Kreativität verbunden ist (Papageorgi et al., 2013; Papageorgi, 2022).

Musik als Beruf. In einer Studie mit professionellen Orchestermusiker*innen, Musikstudent*innen und Mitgliedern eines Amateuorchesters ließ sich zeigen, dass Berufsmusiker*innen am wenigsten Lampenfieber berichteten und Musikstudent*innen am meisten davon betroffen sind (Stephoe & Fidler, 1987). Bei Castiglione et al. (2018) hingegen, zeigten professionelle Musiker*innen die höheren Angstwerte im Vergleich zu Amateurmusiker*innen. Daher benötigt es in diesem Bereich dringend weitere Forschung, um mögliche Unterschiede aufdecken zu können.

Spieljahre. Die Anzahl der Jahre des Studiums beziehungsweise der Ausbildung und die Auftrittserfahrung wirken sich scheinbar positiv auf die Lampenfieberwerte aus. Desto höher das Erfahrungslevel der Musiker*innen umso geringer das Angstempfinden (Barros et al., 2024).

Orchestergröße. Hinsichtlich der Orchestergröße gibt es keine Befunde, die auf einen Zusammenhang mit empfundener Angst hinweisen. Angenommen wird jedoch, dass Soloauftritte mehr Lampenfieber generieren sollen als Gruppenaufführungen (Papageorgi et al., 2013).

Publikumsgröße. Der Zusammenhang von Publikumsgröße und Lampenfieber wurde anhand von Schauspieler*innen untersucht. Es konnte gezeigt werden, dass der selbstberichtete Stress im Verhältnis zur Zuschaueranzahl ansteigt (Lemasson et al., 2018).

Motivation. Motivation ist als eine besonders relevante Determinante im Zusammenhang mit musikalischen Darbietungen bekannt. Es ergab sich eine negative Korrelation zwischen Motivation und Lampenfieber im musikalischen Kontext (Hu, 2024).

2.7 Umgang mit Lampenfieber

Nur 15% der Musiker*innen, welche unter Lampenfieber leiden, suchen sich Hilfe (Fernholz et al., 2019). Dieser Prozentsatz ist schockierend, wenn man daran denkt, welche negativen Konsequenzen Lampenfieber mit sich bringen kann. Das nicht Beachten einer ständigen Angst vor Auftritten kann zu einem Karrierebruch oder Substanzmissbrauch führen. Besonders bei Orchestermusiker*innen scheint die Einnahme von Beta-Rezeptoren im Sinne einer Selbstmedikation sehr beliebt zu sein und findet mit einer Häufigkeit von 20%-30% große Verbreitung (Spahn, 2019). Daher sollen in aller Kürze einige wertvolle Tipps und Umgangsstrategien hinsichtlich Lampenfieber vorgestellt werden, gewährleisten aber keine vollständige Liste an möglichen Ansätzen.

Entspannungs- und Atemtechniken wurden von Musiker*innen als hilfreiche Methoden gegen Lampenfieber bewertet. Die Möglichkeiten reichen dabei von autogenem Training, muskulärer Entspannung, Yoga, Pilates, diversen Atemübungen bis hin zu Meditation (Bührer, 2012; Fernholz et al., 2019). Neben diesen körperlichen Ansätzen gibt es auch Taktiken, wie man sich psychisch stärken kann. Erstens sollte man negative Programmierungen, welche oftmals als veraltete Einstellungen über sich selbst bestehen, löschen und mit neuen positiven Glaubenssätzen ersetzen. Weiters kann man lernen seine Erfolge zu visualisieren, dadurch wird die Vorstellung einer optimalen Aufführung zu einer motivierenden Kraft und gelangt in das Unterbewusstsein. Zusätzlich kann es der Psyche helfen besonders den Anfang eines Stückes gut einzuüben, denn wenn gleich zu Beginn Fehler vermieden werden, ist der erste Schritt bereits geschafft und es kann mental mehr Ruhe einkehren (Bührer, 2012). Die Stopp-Technik dient dazu immer wieder aufdrängende negative Gedanken zu entmächtigen. Sobald einem unangenehme Katastrophenfantasien einholen, muss man dabei innerlich „Stopp“ rufen, tiefe Atemzüge machen und die Aufmerksamkeit auf etwas Positives lenken. Dies kann eine geliebte Person oder ein bisheriges Erfolgserlebnis sein. Eine bewährte Methode mit einem hohen Wirkungsgrad stellt auch die Klopfakupressur dar, um negative Emotionen auf positive Art und

Weise zu beeinflussen. Zuerst erfolgt eine detaillierte Fokussierung, Visualisierung und Skalierung des Problems. Weitere Elemente stellen dann die Selbstakzeptanz mit positiven Affirmationen und die Klopftechnik mit den relevanten Punkten am Körper dar (Abromeit, 2014). Generell kann es hilfreich sein einen offenen Umgang mit Lampenfieber zu pflegen, sich realistische Ziele für den musikalischen Auftritt zu formulieren, positive Aspekte einer Aufführung zu verinnerlichen (Spahn, 2015), ausführlich zu planen sowie vorzubereiten und eine positive Einstellung an den Tag zu legen (Abromeit, 2014).

Bei einer schwerwiegenden Belastung und Einschränkung durch das Lampenfieber spricht man von Auftrittsangst, da es sich schon in einem pathologischen Ausmaß äußert (Spahn, 2019). In solchen Fällen sollte man sich professionelle Hilfe von Expert*innen suchen. Wirkungsvolle Ansätze können dabei psychologische Beratung, Verhaltenstherapie, Musiktherapie, Psychoanalytische/Psychodynamische Therapie, Kognitive Verhaltenstherapie, Hypnotherapeutische Interventionen, Medikamente, Akzeptanz- und Commitment-Therapie oder Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion sein. Eine Kombination aus verschiedenen Ansätzen wird als besonders erfolgreich eingestuft (Fernholz et al., 2019; Kenny, 2011). Dabei sind zentrale Elemente sich seinen Ängsten systematisch zu stellen, sich zu entspannen, Gedanken kritisch zu hinterfragen und durch Rationale auszutauschen, aufdrängende Selbstbewertungen und Katastrophenfantasien auszuschalten und einen selbstfürsorglichen Umgang mit sich zu erlernen (Metzig & Schuster, 2017).

Abschließend soll gesagt werden, dass auf natürliche Art und Weise zu Beginn der Karriere und auch im Laufe des Berufslebens Unsicherheiten und Leistungseinbußen (Sorgen, Nervosität) aufkommen werden. Speziell bei Orchestermusiker*innen liegt daher der präventive Ansatz gegen die Entwicklung einer Auftrittsangst in einer wertschätzenden Kommunikationskultur und der gegenseitigen Unterstützung innerhalb des Orchesters. Weiters sollte der Umgang wieder mehr am Respekt den Orchestermusiker*innen gegenüber orientiert sein, anstatt an unrealistischen Perfektionsansprüchen (Spahn, 2019).

3 Erhebungsinstrumente und Validierung

In der Praxis werden eine Reihe an unterschiedlichen Messverfahren angewendet, um Lampenfieber im Musiksektor zu erheben. In diesem Kapitel soll auf die gängigsten Skalen aus der Literatur eingegangen und die verwendeten Lampenfieberskalen aus dieser Masterarbeit genauer vorgestellt werden. Der Einsatz zwei verschiedener Fragebögen zur Messung von Lampenfieber diene der Validierung, dadurch soll die Messgenauigkeit verbessert werden und sichergestellt sein, dass das Konstrukt korrekt erfasst wird.

3.1 Skalen zur Messung von Lampenfieber

Vorerst sollen einige Verfahren zur Thematik Lampenfieber präsentiert werden. Der Fokus liegt hierbei auf Fragebögen, welche im englisch- und deutschsprachigen Bereich am häufigsten angewendet wurden und daher auch zentral für die wissenschaftliche Erhebung von Lampenfieber im musikalischen Kontext sind. Dabei muss berücksichtigt werden, dass jeweils unterschiedliche Aspekte im Vordergrund stehen und auch der Einsatzbereich voneinander abweicht, weshalb eine Gegenüberstellung nur mit Vorsicht vorgenommen werden sollte.

Performance-specific Questionnaire for Musicians (PQM)

Die Originalversion des Fragebogens stammt aus einer unveröffentlichten Dissertation von Biwer und bezieht sich direkt auf einen Auftritt und das damit verbundene Lampenfieber bei Musiker*innen. Insgesamt besteht die Erhebung aus 42 Items, wobei sich nur die ersten 32 Fragen auf die drei Hauptskalen der Angst beziehen. Erstens das funktionale Coping mit der Angst vor dem Auftreten, sprich welche positive Handlungen im Umgang damit gesetzt wurden (9 Items). Zweitens die Symptome von Lampenfieber, also welche körperlichen Reaktionen beobachtet werden konnten (12 Items). Und drittens die Selbstwirksamkeit bezogen auf die Performance, welche beispielsweise das Selbstbewusstsein der eigenen Person adressiert (11 Items). Das Antwortformat besteht dabei aus einer fünfstufigen Likert-Skala. Die vierte Skala dient der Selbsteinschätzung der musikalischen Qualität des Auftritts und beinhaltet Fragen zur Dynamik, Intonation und Ausdruck (7 Items). Und die letzten drei Fragen beziehen sich schließlich auf die Bedeutung und Schwierigkeit der Performance. Alle Fragen sollen dabei unmittelbar nach einer Aufführung ausgefüllt werden. Die Teilnehmer*innen werden darum gebeten, retrospektiv Angaben über die Zeit vor, während und nach dem Auftritt zu machen. Der PQM ist auch bereits als der „Fragebogen zum Auftritt für MusikerInnen“ (FZAM) in deutscher Sprache verfügbar und fand bei unterschiedlichen Musikergruppen seine Anwendung (Spahn et al., 2021a; Spahn et al., 2021b).

Mazzarolo Music Performance Anxiety Scale (M-MPAS)

Aufgrund der weiten Verbreitung von Angst im Zusammenhang mit musikalischen Auftritten bestand ein großer Bedarf an einer raschen Beurteilung von Lampenfieber. Daher wurde die Mazzarolo Music Performance Anxiety Scale zur retrospektiven Selbstauskunft entwickelt, um eine simple, schnelle und effektive Methode anzubieten. Mittels fünf Items werden die Aspekte Intensität, Häufigkeit und Abneigung gegen Auftritte abgedeckt. Verwendet wird eine siebenstufige Likert-Skala, wodurch ein Skalenwert von 0 bis 30 erreicht werden kann. Ab einem Wert von 11 oder höher spricht man davon, dass eine Diagnose einer potentiellen Auftrittsangst gestellt werden kann, wobei jedoch weitere Untersuchungen diesbezüglich erforderlich sind. Trotz alledem bietet die M-MPAS mit ihrer enormen Kürze ein relevantes Verfahren zur gezielten Einschätzung von Lampenfieber (Mazzarolo & Schubert, 2022).

Performance Anxiety Questionnaire (PAQ)

Die Basis des Performance Anxiety Questionnaires (PAQ) bildet der Cognitive-Somatic Anxiety Questionnaire von Schwartz et al. aus dem Jahre 1978 und das Performance Anxiety Inventory (PAI) von Nagel et al. von 1981. Durch die Ableitung und Weiterverarbeitung entstand daraus der PAQ, welcher insgesamt 20 Aussagen beinhaltet und dabei auf zwei verschiedene Dimensionen fokussiert. 10 Fragen nehmen Bezug auf die Kognitionen und 10 Statements beschreiben körperliche Symptome während musikalischen Darbietungen. Dabei kann zwischen Gruppenaufführungen, Soloauftritten und Proben differenziert werden. Das Antwortformat besteht aus einer fünfstufigen Likert-Skala und außerdem sind noch zwei zusätzliche Fragen im PAQ inkludiert, welche auf die Copingstrategien und die schädliche Wirkung der Angst auf die Leistung abzielen (Cox & Kenardy, 1993). Auf der Grundlage des PAQs wurde auch bereits eine deutsche Version unter dem Namen „Bühnenangstfragebogen“ (BAF) entwickelt. Dabei sollen die Teilnehmer*innen auf Basis ihrer persönlichen Erlebnisse und Erfahrungen angeben, wie häufig sie bestimmte Gedanken und Gefühle während eines musikalischen Auftritts erleben (Fehm et al., 2002).

Music Performance Anxiety Inventory for Adolescents (MPAI-A)

Es gab lange Zeit kein veröffentlichtes Messinstrument, um Lampenfieber im musikalischen Kontext bei Kindern und Jugendlichen im voruniversitären Alter zu erheben. Um diese defizitäre Lücke in dem Forschungsbereich zu schließen, machten es sich Osborne und Kenny zum Ziel, eine valide Selbstauskunftsmethode für Jugendliche im Alter von 12 bis 19 Jahren zu entwickeln. Dadurch soll einerseits das Screening von Schüler*innen mit einer potentiellen

schwerwiegenden Auftrittsangst unterstützt werden, und andererseits als Vorher-Nachher Interventionsmaßstab bei Behandlungen gegen Lampenfieber dienen. Bewertet werden die somatische, kognitive und behaviorale Komponente von Lampenfieber. Insgesamt besteht das MPAI-A aus 15 Items, welche auf einer siebenstufigen Likert-Skala zu beantworten sind (Osborne & Kenny, 2005).

Adolescent Musicians' Performance Anxiety Scale (AMPAS)

Der AMPAS besteht aus 20 Items, welche auf einer fünfstufigen Skala beantwortet werden sollen. Daraus ergibt sich ein Score zwischen 20 bis 100, mit höheren Werten für stärkeres Lampenfieber. Die Aussagen im Fragebogen spiegeln die Multidimensionalität von Angst vor Auftritten wider. Dabei adressiert dieser 6 verschiedene Faktoren: negative Ergebniserwartungen, negative Erfahrungen mit Auftritten, Anzeichen von Angst vor der Bewertung, physiologische Symptome der Angst, Sorge um die Beurteilung durch andere und negative Wahrnehmung der Angst. Entwickelt wurde dieser Fragebogen ebenfalls explizit für Lampenfieber bei jugendlichen Musiker*innen, um mehr über die Prävalenzraten in dieser Stichprobe mit ihren Untergruppen hinsichtlich Geschlecht, Alter und Nationalität herauszufinden. Und um Vergleiche zwischen jugendlichen Musiker*innen mit niedrigem, mittlerem und hohem Lampenfieber ziehen zu können (Papageorgi, 2022).

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass mehrere unterschiedliche Messinstrumente für Lampenfieber bei Musiker*innen vorhanden sind. Zu beachten ist dabei die individuelle Stichprobe, der spezifische Einsatzbereich und die theoretische Basis, auf welche sich der Fragebogen bezieht. Einige Verfahren sind lediglich für bestimmte Instrumentengruppen ausgelegt, wie die Piano Performance Anxiety Scale für Pianist*innen oder die Stage Fright Rating Scale für Streicher*innen. Andere hingegen wieder nur für Solo- oder Gruppenauftritte oder eine gezielte Altersgruppe. Auch der theoretische Hintergrund sollte berücksichtigt werden, beispielsweise möchte man State oder Trait Angst erheben und auch von welcher Theorie beziehungsweise Definition die Messmethode ausgeht. Grundsätzlich kann allerdings festgestellt werden, dass viele der heute verfügbaren Skalen Adaptionen und Erweiterungen von früheren Fragebögen sind. Je nach Forschungsschwerpunkt sollte darauf geachtet werden, dass das passende Erhebungsinstrument gewählt wird. Viele der Verfahren sind bereits veraltet oder es mangelt an Reliabilitäts- sowie Validitätsnachweisen (Osborne & Kenny, 2005). Das präzise Abwägen der geeigneten Skala sollte daher hohe Priorität bei der Untersuchung von Lampenfieber genießen.

3.2 Skalvalidierung

Nach detaillierter Begutachtung diverser Messmethoden aus der Literatur, sollen in diesem Teil nun die beiden Fragebögen vorgestellt werden, welche für diese Masterarbeit zum Einsatz kamen. Dabei wurde ein Vergleich des *Fragebogens zur Angst bei Aufführungen* nach Götz (2022) und des *Kenny-Music Performance Anxiety Inventorys* (Kenny, 2017) angestrebt. Im Folgenden sollen nun der theoretische Rahmen, die Skalenstruktur und bisherige empirische Studien zur Validität und Reliabilität der jeweiligen Fragebögen erläutert werden. Abschließend soll noch auf den Zweck der Validierung näher eingegangen werden.

Fragebogen zur Angst bei Aufführungen

Der Fragebogen wurde von Götz im Jahre 2022 entwickelt und ist in dem Buch „Lampenfieber und Prüfungsangst bei Musiker*innen“ zu finden. Abgeleitet wurde dieser von dem *Academic Emotions Questionnaire* (AEQ) nach Pekrun, bei welchem verschiedene Emotionen im schulischen und universitären Bereich erhoben werden. Dabei fand eine Adaption der Prüfungsangst-Subskala an den Kontext von Musiker*innen statt. Insgesamt beinhaltet die Skala 12 Items, welche sich explizit auf einen musikalischen Auftritt beziehen. 5 Fragen zielen auf das Erleben vor einer Aufführung und 7 Fragen auf die Empfindungen während einer Aufführung ab. Jeweils drei Aussagen beziehen sich auf eine Komponente des Modells von Prüfungsangst, welches bereits in Kapitel 2 vorgestellt wurde. Lediglich die expressive Komponente wird nicht erfasst, da diese bei sich selbst oftmals sehr schwierig zu beobachten ist. Somit bilden die affektive, kognitive, motivationale und physiologische Komponente die theoretische Struktur des Fragebogens. Das Antwortformat besteht aus einer fünfstufigen Likert-Skala von (1) stimmt gar nicht, (2) stimmt kaum, (3) stimmt teilweise, (4) stimmt überwiegend und (5) stimmt genau. Dadurch ist eine Berechnung eines individuellen Angst-Scores möglich, indem die Antworten aller Items aufaddiert und schließlich durch die Gesamtzahl 12 dividiert werden. Somit ergibt sich ein Range von 1-5, in welchem man seinen persönlichen Wert einordnen kann. Der Fragebogen dient der Selbsteinschätzung und um einen Vergleich mit anderen Musiker*innen zu erhalten (Götz, 2022).

Die Skala wurde bisher zweimal in Studien angewendet und zwar bei einer Stichprobe von Musiker*innen und bei Schauspieler*innen. Da der Fragebogen bis dahin noch nicht in der Forschung eingesetzt wurde, konnte erstmalig eine Reliabilität von 0.928 für den musikalischen Kontext und 0.832 für Darsteller*innen berechnet werden. Beide Cronbachs Alpha wiesen somit eine gute Zuverlässigkeit auf (Bruckner, 2024; Schreiber, 2025).

Kenny-Music Performance Anxiety Inventory-R (K-MPAI-R)

Dianna Theadora Kenny ist eine australische Professorin für Musik und Psychologie, welche die Thematik des Lampenfiebers bei Musiker*innen langjährig erforscht hat. 2004 entwickelte sie das Kenny-Music Performance Anxiety Inventory mit insgesamt 26 Items. Die Originalskala wies jedoch einige Limitationen auf und bildete die multidimensionale Natur von Lampenfieber nicht adäquat ab. Um diese Einschränkung zu überwinden, überarbeitete sie das Inventar 2009 erneut und veröffentlichte eine revidierte Version mit samt 40 Items (Pan et al., 2025). Das Inventar stützt sich auf die emotionsbasierte Theorie von Barlow, welche von drei verschiedenen Vulnerabilitäten für die Entwicklung einer Angst ausgeht. Die dafür relevanten Faktoren sind eine generalisierte biologische Vulnerabilität, eine generalisierte psychologische Vulnerabilität und bestimmte Lebenserfahrungen, welche zu einer spezifischen psychologischen Anfälligkeit führen. Die biologische Komponente geht von einem genetischen Beitrag aus, welcher zu einer Entwicklung bestimmter Temperamente führen kann. Diese biologischen Prädispositionen können beispielsweise eine vererbbar bedingte übertriebene Reaktionsfähigkeit auf Stress, eine Verhaltenshemmung oder eine negative Affektivität auslösen. Die psychologische Vulnerabilität bezieht sich auf das Konzept des Kontrollempfindens und auf Bindungstheorien. Es gab Beweise, dass frühe Elternstyle zu der Entwicklung eines Sinns für Kontrolle im Leben beitragen. Wenn ein Familienumfeld also durch limitierte Möglichkeiten für persönliche Kontrolle charakterisiert ist, steht es mit der Entwicklung von Angst und Depression in Verbindung. Bei der spezifischen psychologischen Vulnerabilität geht es um frühe Lernerfahrungen, die in Bezug zu potentiell gefährlichen Situationen oder Objekten stehen. Frühe negative Kindheitserlebnisse veranlassen die Person dazu ihre Angst auf spezifische Objekte oder Events zu fokussieren. Diese können zu mangelnden Selbstvertrauen, Angst vor Bewertungen, Katastrophendenken, Selbstkritik, Sorgen um die Leistung und einem Sinn für Unvorhersehbarkeit führen. Abschließend lässt sich sagen, dass beim Vorhandensein der dreifachen Vulnerabilitäten das Risiko für die Entwicklung einer Angststörung oder im Speziellen einer Leistungsangst erhöht ist (Barlow, 2000; Chang-Arana et al., 2018; Kantor-Martynuska & Kenny, 2018).

Die Fragen werden dabei auf einer siebenstufigen Likert-Skala von 0 (stimme überhaupt nicht zu) bis 6 (stimme sehr zu) beantwortet. Höhere Werte stehen dabei für eine stärker empfundene Angst und Stress. Insgesamt wurde das Inventar nach Kenny bereits in ungefähr 400 Studien und 39 Doktorarbeiten eingesetzt und fand bereits internationale Anwendung. Weiters wurde die Skala in 22 Sprachen übersetzt, darunter auch Deutsch (Kenny, 2023).

Die ersten Studien der englischsprachigen Version fanden mit einer Stichprobe von professionellen Orchestermusiker*innen aus Australien und Musikstudent*innen aus Neuseeland statt. Für Orchestermusiker*innen konnten mittels einer explorativen Faktorenanalyse mit Varimax Rotation sechs stark ladende Faktoren und zwei zusätzlich etwas schwächere Faktoren gefunden werden. Bei den tertiären Musikstudent*innen wurden hingegen zwölf Faktoren sichtbar, welche sich drei Metafaktoren unterordnen ließen. Die meisten darauffolgenden Studien in unterschiedlichen Sprachen konnten diese Faktorenstruktur der englischsprachigen Version bestätigen und haben auch die zugrunde liegende theoretische Struktur des Inventars unterstützt (Kenny, 2023). Die Items erwiesen eine exzellente Reliabilität (Cronbachs Alpha = 0.94) und eine robuste Faktorenstruktur in jeweils beiden Musikgruppen (Chang-Arana et al., 2018).

Nun soll spezifisch darauf eingegangen werden, welche Teile des K-MPAI-R in dieser Masterarbeit verwendet wurden. Da diese Erhebung Orchestermusiker*innen untersuchte, wurde als Basis die Faktorenstruktur der 379 professionellen Orchestermusiker*innen der revidierten Version verwendet. Wie bereits erwähnt, konnten 8 Faktoren gefunden werden: (1) Proximal somatische Ängste und Sorgen über die Leistung, (2) Sorgen/Ängste (negative Kognitionen), die sich auf die Selbst- und Fremdprüfung beziehen, (3) Depression/Hoffnungslosigkeit (psychologische Vulnerabilität), (4) Parentale Empathie, (5) Gedächtnis, (6) Generationale Übertragung von Angst, (7) Ängstliche Befürchtungen und (8) Biologische Vulnerabilität (Kenny, 2023). Da jedoch die Untersuchung früherer Bindungsstyle und genetischer Faktoren als ätiologische Bedingungen keine Schwerpunkte dieser Arbeit abbildeten, wurden nur einzelne Subskalen aufgenommen. Inkludiert wurden die proximal somatischen Ängste (1), die Sorgen/Ängste (2) und die ängstlichen Befürchtungen (7). Insgesamt bestand die Lampenfieber Skala nach Kenny schließlich aus 22 Items, um die Skala nach Götz (2022) zu validieren.

Auswahl der Skalen

Das Ziel der Arbeit war es die Skala nach Götz (2022) anhand der Teilskalen von Kenny (2017) zu validieren. Die Wahl fiel dabei auf das K-MPAI-R, da es über die Jahre von vielen Forscher*innen für ihre Studien verwendet wurde und daher auch bereits an einer breiten Variation an Musiker*innen getestet wurde. Darunter Sänger*innen, Pop- und Klassikmusiker*innen, Musikstudent*innen, Solist*innen, Orchester-, Ensemble-, Band- und Berufsmusiker*innen (Kenny, 2023). Generell ist das K-MPAI-R das wohl weit verbreitetste Erhebungsinstrument für Lampenfieber bei Musiker*innen, weshalb es auch bereits eine offizielle

deutsche Veröffentlichung des Fragebogens gab. Dadurch wurde die Version nur noch gegen-
geprüft und musste nicht mehr selbst übersetzt werden, da sie von der Autorin Kenny selbst
publiziert wurde (2017). Weiters konnte beim K-MPAI-R eine kulturübergreifende Validität
und Reliabilität nachgewiesen werden und auch die Faktorenstruktur liefert über verschiedene
Stichproben hinweg konsistente Ergebnisse (Chang-Arana, 2018; Kantor-Martynuska &
Kenny, 2018).

Das K-MPAI-R wurde außerdem auch schon für einige Validierungen anderer Mess-
verfahren aus dem Musiksektor benutzt, beispielsweise bei dem AMPAS (Papageorgi, 2022).
Die Vergleichbarkeit ist auch aufgrund der theoretischen Mehrdimensionalität der Angst gege-
ben, da beide Skalen die kognitive, emotionale und physiologische Komponente integrieren.
Und auch die zeitliche Einordnung bezüglich eines Auftrittes sind ähnlich, da beide nach dem
Empfinden vor oder während einer Aufführung fragen (Götz, 2022; Kantor-Martynuska &
Kenny, 2018).

Zweck der Validierung ist somit die Sicherstellung, dass das beabsichtigte Konstrukt
des Lampenfiebers in der Skala von Götz (2022) auch tatsächlich zuverlässig erhoben wird.
Anhand von Korrelationen soll untersucht werden, ob die Skala von Götz (2022) ein qualitativ
wertvolles Messinstrument hinsichtlich Lampenfieber darstellt. Bei einem niedrigen Zusam-
menhang, kann man davon ausgehen, dass unterschiedliche Phänomene gemessen werden.
Und bei einer sehr hohen Korrelation, spricht man von einer Redundanz.

4 Lampenfieber und die Kontroll-Wert Theorie

Dieses Kapitel widmet sich der theoretischen Verankerung von Lampenfieber in der Kontroll-Wert Theorie. Nachdem die Theorie nach Pekrun (2006) mit ihren Faktoren erläutert wird, soll die spezifische Angst vor Auftreten in diesem Kontext behandelt werden. Dabei wird auch der dazu bisherige Forschungsstand eingehend vorgestellt.

4.1 Die Kontroll-Wert Theorie

Über die Jahre entstanden eine Reihe an verschiedenen Emotionstheorien, welche sich mit der Entwicklung von emotionalen Zuständen beschäftigten. Darunter liefert die Kontroll-Wert Theorie einen besonders integrativen Rahmen, um Prädiktoren und Effekte von Emotionen im Leistungskontext zu analysieren. Dabei werden Annahmen verschiedener Ansätze, wie der Erwartungs-Wert-Theorie, Attributionstheorien, Theorien über die wahrgenommene Kontrolle und Modellen über die Auswirkungen von Emotionen auf das Lernen und die Leistung, miteinander vereint (Pekrun, 2006).

Die Kontroll-Wert Theorie wurde explizit für Leistungsemotionen entwickelt, weshalb eine Definierung dieser speziellen Art von Emotionen vorrangig geklärt werden muss. Leistungsemotionen sind affektive Erregungen, welche direkt an Leistungsaktivitäten oder Leistungsergebnissen gebunden sind. Diese treten dann häufig in Settings auf, in denen eine bestimmte Performance erfordert wird. Weitere Leistungsemotionen können aber auch Freude beim Lernen, Langeweile im Unterricht oder Frustration nach einem Misserfolg sein. All diese Emotionen werden im Rahmen der Kontroll-Wert Theorie in einer dreidimensionalen Taxonomie eingeordnet. Leistungsemotionen beziehen sich immer auf einen Objektfokus, das kann dabei entweder eine Leistungsaktivität oder ein Leistungsergebnis sein (Pekrun & Perry, 2014). Der Objektfokus einer Emotion kann dabei in der Gegenwart, der Zukunft oder der Vergangenheit lokalisiert werden (Pekrun, 2024). Der zeitliche Bezug kann dann entweder antizipatorisch prospektive Emotionen wie Hoffnung und Angst oder retrospektive Emotionen wie Scham und Stolz inkludieren (Pekrun, 2006). Zusätzlich können Leistungsemotionen anhand der Valenz kategorisiert werden, sprich diese werden als positiv/angenehm oder negativ/unangenehm empfunden. Zuletzt unterscheidet man noch anhand der physiologischen Aktivierung, aktivierend wäre beispielsweise Aufregung und deaktivierend wie Entspannung (Pekrun & Perry, 2014). Lampenfieber kann nach dieser Klassifikation als eine negative und aktivierende Leistungsemotion verstanden werden, welche an ein prospektives Outcome gebunden ist (Pekrun, 2024).

In der Emotionsforschung geht man davon aus, dass selbstbezogene und situationale Bewertungen wichtige proximale Faktoren bei der Entstehung sind (Pekrun, 2006). Die Kontroll-Wert Theorie geht bei Leistungsemotionen von zwei Determinanten aus, einerseits der subjektiven Kontrolle und andererseits dem subjektiven Wert. Die Kontrollierbarkeit bezieht sich dabei auf Leistungsaktivitäten sowie die damit verbundenen Outcomes und Konsequenzen. Dieser Faktor schätzt die subjektiv wahrgenommene Kontrolle über eine Situation ein, entweder durch die Person selbst oder durch externe Bedingungen. Die Valenz wird durch die wahrgenommene Relevanz einer Aktivität, eines Ergebnisses oder einer Konsequenz bestimmt. Die Grundidee der Theorie postuliert, dass der Grad an empfundener Kontrolle über eine Situation und die zugeschriebene Wichtigkeit darüber entscheiden, welche Emotion schließlich erlebt wird (Pekrun & Perry, 2014). Dabei sollte auch die dementsprechende Interaktion dieser beiden Determinanten nicht außer Acht gelassen werden. Die Ergebnisse zeigten, dass Leistungsemotionen durch eine Kombination aus Kontrollierbarkeit und Valenz gesteigert werden können (Pekrun, 2024).

Der Appraisal-Ansatz der Kontrolle und Valenz geht davon aus, dass diese beiden Faktoren als proximale Prädiktoren fungieren und daher die Emotion direkt beeinflussen. Während man von Leistungszielen, Glaubenssätzen oder dem Geschlecht als distale Elemente spricht, da diese die Leistungsemotion über die Einschätzung der Kontrollierbarkeit und des Wertes verändern können (Pekrun & Perry, 2014).

Abschließend sei noch erwähnt, dass die Kontroll-Wert Theorie in ihrer Originalversion lediglich auf Leistungsemotionen bezogen war. Kürzlich wurde der Ansatz jedoch auch auf epistemische, soziale und existentielle Emotionen ausgeweitet (Pekrun, 2024).

4.2 Lampenfieber in der Kontroll-Wert Theorie

Wie bereits erwähnt, kann Lampenfieber aufgrund der Ähnlichkeit zur Prüfungsangst als Leistungsemotion verstanden werden. Dabei bezieht sich die spezifische Angst auf die Leistung eines Auftritts oder einer musikalischen Darbietung. Götz hat daher die Kontroll-Wert Theorie als ein Ursachenmodell für die Entstehung von Lampenfieber verwendet, indem eine adaptierte Version entwickelt wurde (Götz, 2022).

Lampenfieber ist hochgradig individuell, denn die gleiche Situation kann bei zwei verschiedenen Personen zu völlig unterschiedlichen Reaktionen führen. Diese Differenzierung beim Ausmaß von Lampenfieber kann auf die Persönlichkeit zurückgeführt werden. Das bedeutet, dass Menschen eine bestimmte Neigung zu Ängstlichkeit und somit Lampenfieber

besitzen können. Neben der Persönlichkeit gibt es allerdings Faktoren, die als universal gültige Ursachen für alle Musiker*innen gelten. Und zwar den jeweiligen Einschätzungen einer Situation hinsichtlich der Kontrollierbarkeit und der Valenz, wie es bereits aus dem Namen der Kontroll-Wert Theorie hervorgeht. Lampenfieber entsteht daher nicht aufgrund der Situation an sich, sondern infolge der individuellen Interpretationen eines Menschen (Götz, 2022).

Kontrolle. Die Kontrollierbarkeit nimmt dabei Bezug auf Aspekte bei einem selbst, als auch auf Dinge außerhalb der eigenen Person. Die Einschätzung bei sich betrifft die Unkontrollierbarkeit hinsichtlich seines Körpers, der Gedanken und auch des Instrumentes. Möglicherweise hat man das Gefühl durch physiologische Symptome wie Zittern oder Schwitzen, sein Instrument nicht mehr gut spielen zu können oder ist durch gewaltige Sorgenfluten unkonzentriert. Durch die Wahrnehmung, keine Kontrolle zu besitzen, wirkt der Misserfolg durch eine schlechte Leistung als logische Konsequenz. Die Einschätzung externer Bedingungen können unrealistisch hohe Erwartungen eines Komitees oder besonders strenge Konzertkritiker*innen betreffen. Also hierbei könnte man davon ausgehen, dass man ohnehin keine Möglichkeit des Einflusses hat und daher diese externalen Faktoren als unkontrollierbar bewertet werden (Götz, 2022).

Valenz. Die Wertkomponente stützt sich darauf, wieviel Relevanz eine Person der jeweiligen Situation zuschreibt. Wenn Musiker*innen ein Konzert als besonders wichtig einschätzen, dann werden sie im Zuge dessen auch mehr Lampenfieber verspüren. Wäre einem die Aufführung nämlich absolut unwichtig, dann würde man auch keine Angst empfinden. Ein besonders hoher Wert einer Situation kann daher unterschiedliche positive als auch negative Emotionen verstärken. Im musikalischen Bereich steht daher der Erfolg eines Konzertes oder eine positive Bewertung im Zentrum, da man möglicherweise seinen Job oder seinen guten Ruf nicht verlieren möchte (Götz, 2022).

Weiters spielen Aspekte der Umwelt eine entscheidende Rolle, da diese einen Einfluss auf die Einschätzungen der Situation haben können, welche wiederum auf das Lampenfieber wirken. Es handelt sich dabei somit um ein Mediationsmodell, da der Einfluss der Umweltfaktoren auf das Lampenfieber über die Interpretation der Situation mediiert wird. Die Gestaltung von Probespielen oder Konzerten ist dabei besonders wichtig, beispielsweise dass Raum für Übungsmöglichkeiten gegeben wird und eine offene Kommunikation zwischen Musiker*innen und Jury oder Dirigent*innen gepflegt wird. Weiters können Leistungserwartungen von sich selbst oder anderen Personen die Kontrollierbarkeit und den Wert einer Situation beeinflussen.

Die wahrgenommene Valenz und die Kontrolle können außerdem durch Leistungsrückmeldungen, welche Musiker*innen beim vorherigen Proben erhalten, verändert werden. Und zuletzt können auch noch Leistungskonsequenzen die Wahrnehmung von Situationen beeinflussen (Götz, 2022).

Der Zusammenhang zwischen Umweltaspekten und der Einschätzung von Kontrolle und Wert auf die Entwicklung von Lampenfieber ist in Abbildung 2 dargestellt. Die Beurteilung eines Auftritts ist dabei jedoch höchst subjektiv und unterscheidet sich von Musiker*in zu Musiker*in. Die Basis bilden dabei vorhergehende Leistungserfahrungen und Bedingungen der Situation, welche auf einem breiten Spektrum interpretiert werden können (Götz, 2022).

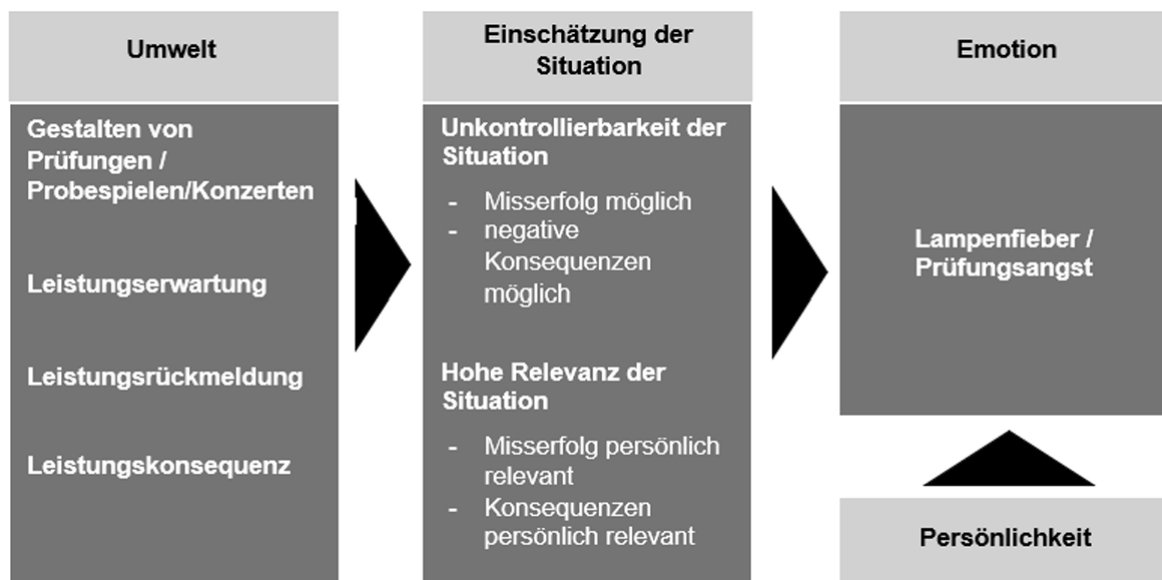


Abbildung 2. Ursachen von Lampenfieber (Götz, 2022)

4.3 Forschungsstand und bisherige Arbeiten

Der Bestand an Forschung bezüglich der Kontroll-Wert Theorie hat sich über die Jahre hinweg immer mehr erweitert, indem Prüfungs- oder Testangst in diesem Kontext untersucht wurden. Dezidiert zu musikalischem Lampenfieber, eingebettet in den theoretischen Rahmen nach Pekrun (2006), gab es bis vor Kurzem so gut wie keine Studien. Daher soll im Folgenden nun der Wissensstand anhand einiger ausgewählter Studien wiedergegeben werden und schließlich auch die zwei Arbeiten explizit zu Lampenfieber in der Kontroll-Wert Theorie zusammengefasst werden.

Zu erwähnen sei dabei, dass die Einschätzung der Kontrollkomponente oft anhand der Konstrukte Selbstwirksamkeit und Selbstkonzept operationalisiert wird. Das Selbstkonzept definiert sich dabei als das Urteil über die eigenen Fähigkeiten in einem Bereich und die Selbstwirksamkeit als der Glaube daran etwas bewirken zu können oder nicht (Pekrun & Perry, 2014). Im Folgenden soll nun die Datenlage hinsichtlich der Emotion Angst dargestellt werden. In einer Studie mit Volksschulkindern ließ sich zeigen, dass hohe Prüfungsangst in verschiedenen Fächern durch ein niedriges Selbstkonzept erklärt werden kann (Lohbeck et al., 2016). Ebenso wurde bezüglich dem Mathematikunterricht der negative Zusammenhang zwischen dem Selbstkonzept und der Selbstwirksamkeit mit der Angst gefunden. Diese Befunde deuten darauf hin, dass höhere Kontrollbewertungen mit einem Rückgang der Angst einhergehen (Liu et al., 2024). Diese Ergebnisse ließen sich neben der Mathematik auch auf andere Fächer wie Englisch oder Chinesisch übertragen, bei welchen ebenfalls ein niedriges akademisches Selbstkonzept mit einer erhöhten Angsterfahrung zusammenhing (Zhang, 2022). Weiters fand man auch die negative Korrelation zwischen Kontrolle und den verschiedenen Angstkomponenten (Roos et al., 2021). Die Ergebnisse zum Prädiktor Kontrolle konnten in weiteren Studien repliziert werden (Li et al., 2021; Yue et al., 2024). Dieser kurze Überblick über die vorhandene Literatur verschafft ein relativ gutes Bild davon, dass die Kontrollkomponente und Prüfungsangst miteinander negativ korrelieren.

Hinsichtlich der Wertkomponente sind die Ergebnisse jedoch sehr heterogen. Dies könnte an der Verwendung unterschiedlicher Definitionen liegen, welche zu den kontrastierenden Resultaten der Studien geführt haben. Beispielsweise operationalisierte Ringeisen et al. (2016) Wert anhand der Relevanz von Erfolg, während Pekrun darauf hinwies, dass zwischen intrinsischem und extrinsischem Wert unterschieden werden muss (Pekrun, 2006). Dabei wurde gefunden, dass die Bewertung intrinsischer Valenz die Angst im Mathematikunterricht mindern könnte, wohingegen der extrinsische Wert diese verstärken könnte (Liu et al., 2024). Bei der Verwendung von Interesse als Messung für Wert wurde kein Zusammenhang mit Prüfungsangst gefunden (Lohbeck et al., 2016). Bei Zhang wurde hingegen ein negativer Zusammenhang zwischen akademischen Interesse und der Angst in verschiedenen Schulfächern gefunden (Zhang, 2022). Die gemischte Befundlage könnte somit auch daraufhin deuten, dass die Kombination von Wert- und Kontrollbewertungen zu beachten ist. Der Wert steht eng in Zusammenhang mit Prüfungsangst, wenn subjektive Kontrollierbarkeit niedrig ist und im Gegensatz bei hoher Kontrolle nur schwach mit der Angst in Beziehung steht (Boehme et al., 2017).

Während Prüfungsangst als Leistungsemotion bereits ausgiebig im Rahmen der Kontroll-Wert Theorie erforscht wurde, blieben Ergebnisse hinsichtlich Lampenfieber lange aus. Im Jahre 2024 hat Bruckner Lampenfieber bei Musiker*innen schließlich erstmalig im Rahmen der Theorie nach Pekrun (2006) untersucht. Es konnte gezeigt werden, dass beide Prädiktoren sowohl Kontrolle als auch Wert in Zusammenhang mit Lampenfieber stehen. Bei der Betrachtung der einzelnen Subfacetten, konnte eine erklärte Varianz von fast 40 Prozent gefunden werden, welche auf einen starken Effekt hindeutet. Die Variable Kontrolle zeigte dabei kohärente Ergebnisse und zwar mit einer negativen Korrelation mit Lampenfieber, insbesondere in Bezug auf die Subskala Selbstkonzept. Hinsichtlich der Wertkomponente zeigten sich erneut komplexe Resultate, da die Subskala Intrinsische Valenz negativ mit Lampenfieber korrelierte und die Bedeutung der Leistung positiv damit zusammenhing (Bruckner, 2024).

Darauffolgend wurde Lampenfieber bei Schauspieler*innen und Musicaldarsteller*innen im Rahmen der Kontroll-Wert Theorie betrachtet. Erneut konnte durch alle Subskalen von Kontrolle und Wert ein erklärter Varianzanteil von knapp 20 Prozent gefunden werden. Der Prädiktor Kontrolle zeigte dabei den erwarteten Effekt, indem eine signifikant negative Beziehung zu Lampenfieber gefunden wurde. Der starke Einfluss des Selbstkonzepts konnte dabei erneut repliziert werden. Bezüglich des Wertes ergaben sich ähnliche Ergebnisse wie bei Bruckner (2024), indem es zu inkohärenten Ergebnissen kam, die auf unzureichende Reliabilität und Deckeneffekte schließen ließen (Schreiber, 2025).

Abschließend zum theoretischen Teil lässt sich sagen, dass Lampenfieber ein zentrales Phänomen bei Orchestermusiker*innen repräsentiert, welches zu weitreichenden Konsequenzen führen kann. Es kann zu Leistungseinbußen, Karriereeinschränkungen und Schwierigkeiten mit der mentalen Gesundheit kommen. Trotz hoher Bedeutsamkeit mangelt es weiterhin an empirischen Studien, welche sich auf die Ätiologie von Lampenfieber fokussieren. Aufgrund dessen hat es sich diese Masterarbeit zum Ziel gesetzt, die Ausprägungen von Lampenfieber bei Orchestermusiker*innen im Rahmen der Kontroll-Wert Theorie (Pekrun et al., 2023) zu prüfen. Der folgende Teil wird sich somit der Empirie der Studie widmen, um dadurch zu einem besseren Ursachenverständnis bei dieser speziellen Musiker*innengruppe beizutragen.

5 Fragestellungen und Hypothesen

Ziel dieser Masterarbeit ist es ein tieferes Verständnis über Lampenfieber bei Orchestermusiker*innen zu gewinnen. Dabei wird das Phänomen vor dem Hintergrund der Kontroll-Wert Theorie beleuchtet, um zu erforschen, ob Kontrolle und Valenz als potentielle Prädiktoren für Lampenfieber gelten. Die Basis für den empirischen Teil bilden dabei das Buch „Lampenfieber und Prüfungsangst bei Musiker*innen“ von Götz (2022) und die Arbeit von Bruckner (2024). Durch die Untersuchung des darin postulierten Modells soll ein wertvoller Beitrag zum Ursachenverständnis von Lampenfieber bei Orchestermusiker*innen geleistet werden. Folgende Fragestellung wurde formuliert:

- ➔ Inwiefern sind Kontrolle und Wert signifikante Prädiktoren für die Entstehung von Lampenfieber bei Orchestermusiker*innen?

Wodurch zwei Hypothesen abgeleitet werden konnten:

H1: Je höher der wahrgenommene Wert, desto höher ist das erlebte Lampenfieber.

H2: Je höher die wahrgenommene Kontrolle, desto niedriger ist das erlebte Lampenfieber.

Explorativ soll die Validierung des Fragebogens von Götz (2022) anhand eines Ausschnittes des K-MPAI-R (Kenny, 2017) erfolgen. Weiters liegt ein besonderer Schwerpunkt auf der Untersuchung des Faktors *Musik als Beruf*. Es soll untersucht werden, ob sich die Gruppe der Berufsmusiker*innen von jener der Laienmusiker*innen hinsichtlich der Aspekte Lampenfieber, Kontrollierbarkeit, Wertempfinden und Motivation unterscheidet.

Analysemethoden

Um diesem Forschungsvorhaben nachzugehen, werden mithilfe des Programms JASP die statistischen Verfahren durchgeführt. Für die Hypothesenprüfung werden Korrelationen und Regressionen berechnet. Dabei sind Kontrollierbarkeit und Valenz die beiden Prädiktoren und Lampenfieber die Outcome Variable. Die Skalenvvalidierung wird mittels Korrelationen zwischen den Gesamtskalen und der Subskalen überprüft. Für den Gruppenvergleich wird ein unabhängiger Stichproben t-Test durchgeführt und versucht mehr Einsicht in die Differenzierung der beiden Gruppen zu bringen.

6 Methodik

Dieses Kapitel beschäftigt sich mit der methodischen Herangehensweise zur Überprüfung der aufgestellten Hypothesen. Vorerst soll die Datenerhebung näher erläutert und die Stichprobenzusammensetzung beziehungsweise -rekrutierung genauer beleuchtet werden. Abschließend soll auf die Operationalisierung eingegangen werden, indem die zur Anwendung gekommenen Skalen und Items vorgestellt werden.

Der Fragebogen wurde in deutscher Sprache verfasst und über die Plattform SoSci Survey der Universität Wien erstellt und veröffentlicht. Die Befragung beinhaltete zu Beginn einige offene Fragen, um mehr Informationen zur Person und dem jeweiligen Orchester zu erhalten. Anschließend durchliefen die Teilnehmenden mehrere Skalen zu Lampenfieber, Valenz, Kontrolle, Motivation und abschließend einen Ausschnitt aus dem Music-Performance Anxiety Inventory nach Kenny (2017). Im Zeitraum von Ende Mai bis Anfang September 2025 wurden die Daten gesammelt.

6.1 Stichprobenbeschreibung

Untersucht wurden ausschließlich Musiker*innen, welche in einem Orchester musizieren. Dabei wurde zwischen Laien- und Berufsmusiker*innen unterschieden, sprich Personen, deren Profession die Musik ist, aber auch Hobbymusiker*innen sowohl als auch Musikstudierende. Diese Differenzierung der Musikergruppen soll eine Gegenüberstellung mittels explorativer Analysen ermöglichen.

Die Befragung fand online statt, indem die Orchestermusiker*innen einen digitalen Link zugesendet bekommen haben. Die Rekrutierung der Hobbymusiker*innen erfolgte durch persönliche Kontakte und das eigene soziale Netzwerk. Durch den Bezug zur Musikschule und der Mitgliedschaft in einem Orchester konnten diverse Personen kontaktiert werden. Mit der Bitte um Weiterleitung an geeignete Personen, kam das Schneeballsystem zur Anwendung, um dadurch an mehr Teilnehmer*innen zu gelangen. Weiters wurde der Fragebogen auf sozialen Medien wie Instagram und Whats-App veröffentlicht.

Um die Musiker*innen aus den Berufsorchestern zu erreichen, wurde falls möglich telefonisch Kontakt über das Orchesterbüro, die Geschäftsführung, die Obmänner/-frauen oder die Dirigent*innen aufgenommen. Dadurch konnte geklärt werden, welche Person für das Anliegen der richtige Ansprechpartner ist und um das weitere Vorgehen zu besprechen. Nach Absprache, ob das Orchester dafür Kapazitäten besitzt, wurde ein offizielles

Informationsschreiben mit allen Details zur Studie samt Link zugesendet. Dieses Schreiben wurde dann durch den jeweiligen Ansprechpartner an die einzelnen Orchestermusiker*innen weitergeleitet. Falls keine Telefonnummer ersichtlich war, wurde die offizielle E-Mail Adresse oder das Kontaktformular auf der Website des Orchesters verwendet, um die Einladung zur Studie zu versenden. Dabei wurden vorrangig Orchester aus den verschiedensten Bundesländern Österreichs adressiert, aber vereinzelt auch aus Deutschland. Da beide Musikergruppen anhand ihrer Verfügbarkeit rekrutiert wurden und keine Randomisierung stattgefunden hat, kann man von einer Gelegenheitsstichprobe sprechen.

Bevor mit der offiziellen Erhebung gestartet wurde, kam ein Pretest zur Anwendung, um potentielle Verständnisprobleme und unklare Formulierungen zu erkennen. Dadurch sollte die Qualität des Fragebogens verbessert und auftretende Probleme behoben werden. Personen, die den Pretest durchliefen, wiesen auf unverständliche Ausdrucksformen in einigen Fragen hin und waren zusätzlich durch die Ähnlichkeit der Items irritiert. Daher wurde ein Disclaimer in der Instruktion eingefügt, um die Teilnehmer*innen über die Gleichheit einiger Fragestellungen aufzuklären und zu informieren, dass dies dem tieferen Verständnis und einer genaueren Auswertung dient. Uneindeutige Formulierungen wurden durch aufklärende Anmerkungen neben der Frage oder zusätzliche Erweiterungen des Antwortformats verbessert. Abschließend hatte der Pretest auch die Funktion einen Mittelwert der Bearbeitungszeit zu berechnen, welcher zur Information der zukünftigen Teilnehmer*innen benötigt wurde.

Zu Beginn des Fragebogens erhielten die Musiker*innen eine genaue Instruktion zu Ablauf und Ziel der Studie. Die Grundvoraussetzungen für eine Teilnahme war das Spielen eines Instrumentes in einem Orchester, ein Mindestalter von 18 Jahren und das Verständnis der deutschen Sprache. Dadurch wurden Personen aus vielen verschiedenen Orchestern kontaktiert, um eine möglichst breite Masse an Orchestermusiker*innen zu erreichen.

Vorangehende Studien haben bereits Lampenfieber im Rahmen der Kontroll-Wert Theorie bei Musiker*innen und Schauspieler*innen untersucht. Dabei wurde eine erklärte Varianz von .293 bei Musiker*innen und .163 bei Schauspieler*innen bei Einbezug von Kontrolle und Wert als Prädiktoren für Lampenfieber gefunden. Diese weisen auf einen moderaten bis starken Effekt hin (Bruckner, 2024; Schreiber, 2025). Die Stichprobengröße wurde mittels eines mittleren Effekts ($f^2 = 0.15$), einer Power von 95% und einem Alpha Niveau von 0.01 berechnet. Es wurde geschätzt, dass mindestens 108 Teilnehmer*innen rekrutiert werden müssen.

Die berechnete Stichprobengröße von mindestens 108 Musiker*innen konnte mit insgesamt 273 Teilnehmer*innen erreicht werden. Davon beantworteten 27 Personen jedoch lediglich die offenen Fragen, weshalb diese aus der Analyse exkludiert werden mussten. Aus rechtlichen Gründen dürfen auch nur die Daten von volljährigen Personen verwendet werden, wodurch weitere 13 Musiker*innen unter 18 Jahren ausgeschlossen wurden. Trotz Instruktion und Informationsschreiben über den Inhalt dieser Studie haben auch Personen, welche mit nur sehr wenigen Mitspieler*innen auf der Bühne auftreten, teilgenommen. Da der Zweck dieser Studie aber die Untersuchung von Orchestermusiker*innen ist, wurde versucht eine Grenze zu ziehen. Eine genaue Definition darüber ab wie vielen Musiker*innen man von einem Orchester spricht, ist in der Literatur sehr schwierig aufzufinden und hat sich auch über die Zeit sehr gewandelt. Man spricht allerdings von einem Orchester, wenn mehrere Personen gemeinsam musizieren und die Stimmen beziehungsweise Instrumente mehrfach besetzt sind. Dabei kann die Größe und auch die Art der Musik stark variieren (Lusted, 2013). Musical Orchester oder kleine Salonorchester bestehen schon aus ungefähr 5 Personen, während man ab ungefähr 15 Musiker*innen von einem Kammerorchester spricht und große Symphonie- beziehungsweise Opernorchester aus mehreren Dutzenden bis hin zu hunderten Spielenden reicht (Mertens, 2010; Gibbs, 2019). Aufgrund der erschwerten Definierung einer Orchestergröße haben wir uns dafür entschieden, eine Gruppengröße von 10 Personen mit in die Analysen aufzunehmen. Dadurch soll auch eine größere Variabilität der Orchestergröße gewährleistet werden. Somit wurden weitere 19 Musiker*innen exkludiert, welche angaben mit weniger als 9 weiteren Musiker*innen auf der Bühne zu stehen.

Nach Ausschluss der drei oben genannten Kriterien ergab sich eine Stichprobengröße von 214 Personen, wovon 203 den Fragebogen vollständig bis zum Ende ausgefüllt haben. Nach jeder Skala haben 2-3 Teilnehmer*innen die Erhebung abgebrochen und es wurden auch vereinzelt Fragen ausgelassen. Nach genauerer Drop-out Analyse konnten bei den abgebrochenen Teilnehmer*innen keine wesentlichen gemeinsamen Merkmale gefunden werden, welche darauf schließen lassen würden, weshalb sie die Erhebung abgebrochen beziehungsweise Fragen ausgelassen haben. Die Items der Kenny-Skala waren die am wenigsten beantworteten Fragen, welche allerdings auch die letzte Skala des Fragebogens bildeten und nach Feedback der Teilnehmer*innen der Fragebogen auch zu lang war. Somit können alle Daten der 214 Personen beibehalten und den weiteren Analysen unter Betrachtung eines Alphaniveaus von 0.01 unterzogen werden.

Die Geschlechterverteilung der Stichprobe war relativ ausgeglichen mit 117 Personen, welche sich mit dem weiblichen und 96 mit dem männlichen Geschlecht identifiziert haben. Lediglich eine Person wählte die Kategorie divers. Die Altersspanne reicht von einem Minimum von 18 Jahren bis hin zu einem Maximum von 85 Jahren. Das Durchschnittsalter lag bei 36.3 Jahren mit einer Standardabweichung von 14.9 Jahren. 104 Teilnehmer*innen gaben an momentan beruflich in einem Orchester zu musizieren und 110 hobbymäßig Musik zu machen. Von den Berufsmusiker*innen identifizierten sich 48.1 Prozent als weiblich und 51.92 Prozent als männlich. Bei den Hobbymusiker*innen ergab sich eine Verteilung von 60.91 Prozent weiblicher Zuordnung, 38.18 Prozent männlicher Identifizierung und 0.91 Prozent mit der Option divers. Rund die Hälfte der Personen studieren momentan Musik beziehungsweise ein Instrument oder haben bereits ein derartiges Studium abgeschlossen. Rund ein Drittel gab an ihr gesamtes Einkommen aus der Musik zu ziehen, während ein Drittel überhaupt kein Geld mit dem Musizieren verdient. Im Durchschnitt spielen die Teilnehmer*innen ihr Instrument seit 25.47 Jahren. Insgesamt stehen die Musiker*innen mit mindestens 9 und maximal 250 weiteren Personen auf der Bühne. Die durchschnittliche Orchestergröße lag bei weiteren 44.96 Personen. Weitere Informationen bezüglich der Stichprobe hinsichtlich der Aspekte Spieljahre, Musikstil, Orchester- und Publikumsgröße können dem Anhang entnommen werden.

6.2 Operationalisierung und Skalen

Diese Arbeit ist als Folgearbeit zu jener von Frau Bruckner (2024) anzusehen, welche bereits die Kontroll-Wert Theorie im Rahmen von Lampenfieber untersucht hat. Die Zielgruppe waren dabei Musiker*innen im Generellen, sprich Hobbymusiker*innen, Studierende, Sänger*innen und auch professionelle Musiker*innen. Da diese Arbeit als aufbauende Forschung dazu dienen soll, wurde der Fragebogen stark von Bruckner (2024) übernommen und an den Kontext der Orchestermusiker*innen adaptiert. Der Fragebogen wurde dabei durch eine weitere Lampenfieber Skala ergänzt, um eine Validierung des Lampenfieber Fragebogens nach Götz (2022) zu ermöglichen. Dabei wurde außerdem aufgrund des besseren Verständnisses die Reihenfolge der Skalen verändert, um dadurch einen inhaltlich aufbauenden Ablauf der Items zu gewährleisten. Das vollständige Codebuch mit allen Items kann im Anhang nachgelesen werden.

Stichprobenvariablen und deskriptive Variablen

Der Fragebogen begann mit einer Reihe an offenen Fragen, um die demographischen Daten der Personen zu erheben. Es wurde nach Geschlecht, Alter, Musikstil, Musik als Beruf,

Spieljahre, Anzahl der Spielenden und Publikumsgröße gefragt. Insgesamt wurden 16 Items vorgegeben, dabei wurde lediglich ein neues Item zu den bestehenden Variablen von Bruckner (2024) ergänzt, welches sich darauf bezieht welchen Status die Musiker*innen besitzen.

Beispielitems der Stichprobenvariablen:

- Spielen Sie derzeit hauptberuflich oder hobbymäßig in einem Orchester? (Musik als Beruf)
- Seit wie vielen Jahren spielen Sie Ihr Instrument? (Spieljahre)
- Mit wie vielen weiteren Personen stehen Sie meist auf der Bühne? (Orchestergröße)
- Ungefähr wie viel Prozent Ihres Einkommens verdienen Sie mit Ihrer Musik? (Musik als Beruf)

Das Antwortformat war bei 11 Fragen offen, bei 2 Fragen bestand es aus einem Schieberegler mit Prozentangaben und bei 3 Fragen wurden verschiedene Kategorien vorgegeben beispielsweise bei der Frage nach dem Geschlecht.

Lampenfieber Skala (Götz, 2022)

Zur Erhebung des Lampenfiebers wurde der Fragebogen von Götz (2022) verwendet, in Kapitel 3 können die genauen Details dazu nachgelesen werden. Das Antwortformat bestand aus einer fünfstufigen Likert-Skala von (1) stimmt gar nicht, (2) stimmt kaum, (3) stimmt teilweise, (4) stimmt überwiegend bis zu (5) stimmt genau. Um einen Personenscore zu berechnen, müssen alle Antworten der Items aufsummiert und durch die Gesamtzahl der Items 12 dividiert werden. Dabei können Personen einen Score zwischen 1-5 erlangen, wohingegen 1 für sehr niedriges Lampenfieber steht und 5 sehr hohes Lampenfieber repräsentiert. Aufgrund einer neuen Stichprobe wurde für diese Skala erneut die Reliabilität berechnet und ergab ein Cronbachs Alpha von 0.91. Die Subskala *Vor der Aufführung* erhielt ein Cronbachs Alpha von 0.81 und die *Während der Aufführung* von 0.86.

Beispielitems für die Lampenfieber Skala:

- Vor Aufführungen bin ich beunruhigt und fühle mich unwohl. (Vor der Aufführung)
- Ich bin sehr nervös. (Während der Aufführung)

Valenz Skala

Die Skala zur Valenz wurde von der Arbeit von Bruckner (2024) übernommen, welche die Items von Gaspard et al. (2017) verwendet und an den musikalischen Kontext angepasst

hat. Dabei wird das Konstrukt des Wertes durch drei Subskalen erhoben. Der Intrinsischen Valenz mit 3 Items, der Bedeutung der Leistung mit 4 Items und der persönlichen Bedeutung mit 3 Items. Das Antwort- und Auswertungsschema wird dabei wie bei der Lampenfieber Skala beibehalten. Die Gesamtskala Wert weist dabei eine Reliabilität von einem Cronbachs Alpha von 0.82 auf. Die Subskala Intrinsische Valenz besitzt eine Reliabilität von einem Cronbachs Alpha von 0.84, die Bedeutung der Leistung von 0.83 und die persönliche Bedeutung von 0.74.

Beispielitems für die Valenz Skala:

- Auf der Bühne zu stehen und zu musizieren, macht mir Spaß. (Intrinsische Valenz)
- Es ist mir wichtig, gut mit meinem Instrument aufzutreten. (Bedeutung der Leistung)
- Ein guter Auftritt ist mir persönlich sehr wichtig. (Persönliche Bedeutung)

Kontrolle Skala

Um das Konstrukt Kontrolle zu untersuchen, wurde eine Skala von Marsh et al. (2019) benutzt, welche durch Bruckner (2024) erneut bereits an die musikalische Thematik adaptiert und auf Deutsch übersetzt wurde. Dabei wurden die Selbstwirksamkeit und das Selbstkonzept als gute Indikatoren für den Faktor Kontrolle verwendet. Operationalisiert wurde die Selbstwirksamkeit anhand von 3 Items, während das Selbstkonzept 5 Fragen beinhaltete. Das Antwortformat verlief wieder nach derselben fünfstufigen Likert-Skala. Die Gesamtskala weist ein Cronbachs Alpha von 0.91 auf. Betrachtet man die zwei Subskalen getrennt, dann weist sowohl die Selbstwirksamkeit mit 0.79 und das Selbstkonzept mit 0.89 eine gute Reliabilität auf.

Beispielitems für die Kontrolle Skala:

- Ich bin mir sicher, dass ich auch die schwierigsten Stücke auf der Bühne spielen kann. (Selbstwirksamkeit)
- Ich bin ein talentierter Musiker oder eine talentierte Musikerin. (Selbstkonzept)

Motivation Skala

Um die Motivation zu erheben, wurde die Skala von Pekrun et al. (2002) verwendet. Dabei wurden erneut die Adaptionen durch Bruckner (2024) übernommen, da diese Skala ursprünglich für den Mathematikunterricht vorgesehen war. Die Beantwortung und die Auswertung verliefen nach dem bisherigen Muster. Die Berechnung der Reliabilität wies ein Cronbachs Alpha von 0.92 auf und die Gesamtskala beinhaltet 6 Items.

Beispielitem der Motivation Skala:

- Es bereitet mir Freude, auf der Bühne zu stehen.

Kenny-Skala (2017)

Zur Validierung des Lampenfieber Fragebogens von Götz (2022) wurden einige Teilskalen aus dem Kenny-Music Performance Anxiety Inventory der deutschen Übersetzung (2017) eingesetzt. Detaillierte Informationen dazu, sind im Kapitel 3 nachzulesen. Diese Skala zur Messung des Lampenfiebers umfasste schließlich 22 Items mit 11 Fragen zu proximalen somatischen Ängsten und Sorgen um die Leistung, 8 Items zu Sorgen/Ängste (negative Kognitionen), die sich auf die Selbst- und Fremdprüfung bezogen und schließlich 3 Fragen zu ängstlichen Befürchtungen. Gleichweise wie bei den vorherigen Skalen kann ein individueller Score einer Person berechnet werden und die Beantwortung sowie die Auswertung erfolgen nach demselben Schema. Da in der Erhebung nur Teilskalen und nicht das gesamte Inventar verwendet wurde, fand eine neue Berechnung der Reliabilität von einem Cronbachs Alpha von 0.93 für die Gesamtskala statt. Betrachtet man die Subskalen getrennt voneinander, dann besitzt die Subskala *Proximal somatische Ängste* eine Reliabilität von 0.90, die Teilskala *Sorgen/Ängste* 0.85 und die Subskala *Ängstliche Befürchtungen* 0.63.

Beispielitems der Kenny-Skala:

- Vor oder während einer Aufführung erlebe ich eine erhöhte Herzfrequenz wie ein Pochen in meiner Brust. (Proximal Somatische Ängste)
- Ich bin oft über eine negative Reaktion vom Publikum besorgt. (Sorgen/Ängste)
- Aus Ängstlichkeit lasse ich lohnenswerte Aufführungsgelegenheiten aus. (Ängstliche Befürchtungen)

Insgesamt beinhaltete die Erhebung 74 Fragen, welche auf sieben verschiedenen Seiten zu beantworten waren. Die Teilnehmer*innen durchliefen den Fragebogen im Durchschnitt innerhalb von 10 Minuten mit einer Standardabweichung von 3,74 Minuten. Nach der Rekrutierungsphase wurden die Daten von der Plattform SoSci Survey der Universität Wien heruntergeladen, um schließlich die statistischen Verfahren durchzuführen.

7 Ergebnisse

Im folgenden Kapitel soll auf die Deskriptive Statistik und die Ergebnisse der Hypothesenprüfung eingegangen werden. Abschließend werden in der explorativen Analyse die Resultate der Skalensvalidierung und des Gruppenvergleichs zwischen Berufs- und Laienmusiker*innen vorgestellt.

7.1 Hypothesenprüfung

Dieser Teil widmet sich der anschaulichen Beschreibung und den statistischen Analysen der drei Variablen Lampenfieber, Wert und Kontrolle, die zur Überprüfung der Hypothesen essentiell sind.

7.1.1 Deskriptive Statistik

Die Outcome Variable Lampenfieber wurde von allen 214 Teilnehmer*innen anhand von 12 Items ausgefüllt, wobei das Antwortformat aus einer fünfstufigen Likert-Skala bestand. Höhere Werte indizieren dabei auch höheres Lampenfieber. Die aggregierten Daten reichen dabei von 1 bis 4.17, mit einem Mittelwert von 1.95 und einer Standardabweichung von 0.64. Insgesamt gaben 61.22% einen Gesamtscore von 2 oder niedriger an, während nur 7.48% einen Wert von 3 oder höher berichteten. In dieser Stichprobe an Orchestermusiker*innen zeigt sich somit eher niedrig empfundenes Lampenfieber.

Der erlebte Wert wurde anhand der drei Subskalen Intrinsischer Valenz, Bedeutung der Leistung und Persönlicher Bedeutung quantifiziert. Alle Skalen wurden von 211 Teilnehmer*innen durchlaufen und kamen zu ähnlichen Ergebnissen. Die Subskala Intrinsische Valenz erreichte einen Mittelwert von 4.31 und einer Standardabweichung von 0.68. Die zweite Skala über die Bedeutung der Leistung erzielte einen durchschnittlichen Wert von 4.52 und 0.61 Standardabweichung. Die dritte Subskala der Persönlichen Bedeutung ergab einen Mittelwert von 4.62 und einer Standardabweichung von 0.55. Mittels dieser drei Konstrukte konnte ein Gesamtscore für den subjektiven Wert berechnet werden, der Mittelwert liegt hier bei 4.49 und die Standardabweichung bei 0.46. Generell entsprechen höhere Scores der Skalen auch einem höheren Niveau auf dem gemessenen Konstrukt. Da hier der Range bei 3 bis 5 lag, kann davon ausgegangen werden, dass die Stichprobe ein hohes Wertempfinden hat.

Kontrolle wurde dabei über die zwei Subskalen Selbstkonzept und Selbstwirksamkeit operationalisiert und wurde schließlich von 208 Personen ausgefüllt. Die Skala des Selbstkonzepts erreichte dabei einen Mittelwert von 3.74 und einer Standardabweichung von 0.71. Die

Selbstwirksamkeit erzielte dabei ähnliche Ergebnisse, mit einem Durchschnitt von 3.8 und einer Standardabweichung von 0.77. Zusammengefasst bildeten sie die Hauptskala Kontrolle ab, wobei der Mittelwert hier bei 3.76 und die Standardabweichung bei 0.69 lag. Das Kontrollempfinden war in dieser Stichprobe somit mittel bis hoch ausgeprägt. Alle deskriptiven Werte zu den drei Skalen sind in Tabelle 1 ersichtlich und die Häufigkeitsverteilungen können der Abbildung 3 entnommen werden.

Tabelle 1. Deskriptive Statistik der Variablen Lampenfieber, Wert und Kontrolle

Variable	M	SD	min/max
Lampenfieber	1.95	0.64	1-4.17
Wert	4.49	0.46	3-5
Intrinsische Valenz	4.31	0.68	1.67-5
Bedeutung der Leistung	4.52	0.61	1.5-5
Persönliche Bedeutung	4.62	0.55	1.67-5
Kontrolle	3.76	0.69	1.75-5
Selbstkonzept	3.74	0.71	1.80-5
Selbstwirksamkeit	3.80	0.77	1.67-5

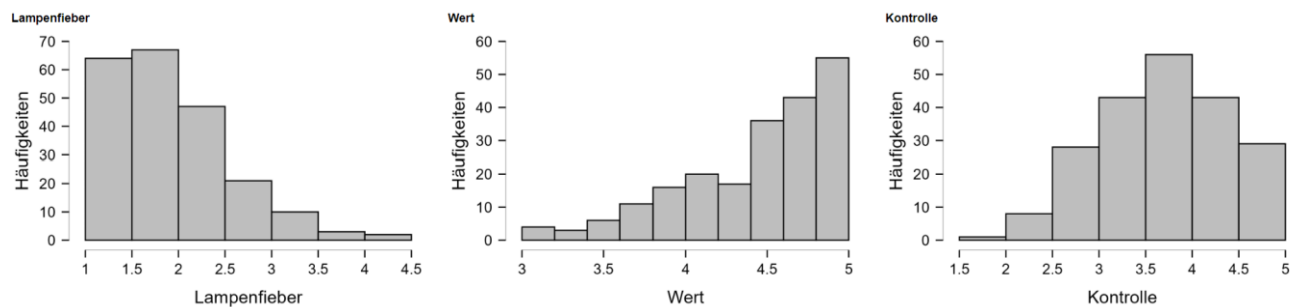


Abbildung 3. Häufigkeitsverteilung der Skalen Lampenfieber, Wert und Kontrolle

7.1.2 Inferenzstatistische Ergebnisse

Um die statistischen Verfahren durchführen zu können, müssen die Daten im Vorhinein auf bestimmte Voraussetzungen überprüft werden. Es wurde auf Linearität, Normalverteilung, Ausreißer, Homoskedastizität und Multikollinearität getestet.

Um einen ersten Einblick in die Zusammenhänge der drei Hauptvariablen zu erhalten, wurde vorerst eine Korrelationsmatrix erstellt. Tabelle 2 zeigt, dass Lampenfieber und Kontrolle signifikant miteinander korrelieren ($r = -.419, p < .001$), während der Zusammenhang mit Wert nicht signifikant ausfiel ($r = -.049, p = .483$). Die Subskalen von Kontrolle und die Intrinsische Valenz korrelieren ebenso negativ mit Lampenfieber, die Bedeutung der Leistung zeigt hingegen eine signifikant positive Korrelation ($r = .182, p = .008$) und die Persönliche Bedeutung weist keinen signifikanten Zusammenhang mit Lampenfieber auf. Die beiden Prädiktoren Kontrolle und Wert korrelieren signifikant positiv miteinander ($r = .423, p < .001$), genauso wie sie mit ihren jeweiligen Subskalen positiv zusammenhängen. Untereinander korrelieren ebenso die Subskalen, Selbstkonzept und Selbstwirksamkeit, der Variable Kontrolle positiv miteinander. Beim Prädiktor Wert korrelieren die Subvariablen Intrinsische Valenz, Bedeutung der Leistung und Persönliche Bedeutung auch signifikant positiv miteinander. Die Ausnahme bildet dabei jedoch die Korrelation der Intrinsischen Valenz und der Bedeutung der Leistung, welche nicht signifikant miteinander zusammenhängen.

Tabelle 2. Korrelationsmatrix der Variablen Lampenfieber, Wert und Kontrolle

Variable		1	2	3	4	5	6	7	8
1.Selbstwirksamkeit	Pearsons r	-							
	p-Wert	-							
2.Selbstkonzept	Pearsons r	.783	-						
	p-Wert	< .001*	-						
3.Kontrolle	Pearsons r	.917	.966	-					
	p-Wert	< .001*	< .001*	-					
4.Intrinsische Valenz	Pearsons r	.409	.451	.459	-				
	p-Wert	< .001*	< .001*	< .001*	-				
5.Bedeutung der Leistung	Pearsons r	.245	.195	.227	.111	-			
	p-Wert	< .001*	.005*	< .001*	.108	-			
6.Persönliche Bedeutung	Pearsons r	.275	.251	.275	.310	.629	-		
	p-Wert	< .001*	< .001*	< .001*	< .001*	< .001*	-		
7.Wert	Pearsons r	.411	.394	.423	.617	.804	.832	-	
	p-Wert	< .001*	< .001*	< .001*	< .001*	< .001*	< .001*	-	
8.Lampenfieber	Pearsons r	-.303	-.457	-.419	-.351	.182	.033	-.049	-
	p-Wert	< .001*	< .001*	< .001*	< .001*	.008*	.634	.483	-

*signifikant

Um schließlich die aufgestellten Hypothesen zu überprüfen und die Korrelationen besser verstehen zu können, wurden mehrere lineare und multiple Regressionen berechnet.

Wert. Hypothese 1 befasst sich mit dem Zusammenhang des Prädiktors Wert und der Outcome Variable Lampenfieber, welche davon ausgeht, dass eine höher empfundene Valenz auch zu einem erhöhten Lampenfieber führt. Dafür wurde eine lineare Regression durchgeführt und das Modell wies keine Signifikanz auf ($p = .483$, $F = .494$, $df = 1$). Daraufhin wurde eine multiple Regression mit den drei Subskalen der Variable Wert errechnet, welche die untergeordneten Skalen als Prädiktoren verwendet. Dabei fiel die Subskala Intrinsische Valenz und die Bedeutung der Leistung signifikant aus, wobei Erstere auf einen negativen Zusammenhang ($t = -5.67$, $\beta = -.379$) und Zweitere auf einen positiven Einfluss ($t = 2.62$, $\beta = 0.21$) hindeutet. Die Subskala Persönliche Bedeutung fiel dabei allerdings nicht signifikant aus. Insgesamt konnte eine erklärte Varianz von $R^2 = .173$ gefunden werden.

Kontrolle. Die Hypothese 2 formulierte den Zusammenhang zwischen dem Prädiktor Kontrolle und dem Lampenfieber als Outcome. Eine höher wahrgenommene Kontrollierbarkeit soll zu einem niedriger ausgeprägten Lampenfieber führen. Zur Überprüfung wurde vorerst wieder eine lineare Regression durchgeführt, bei welcher das Modell signifikant ausfiel ($p < .001$, $F = 43.86$, $df = 1$). Der standardisierte Koeffizient β ($-.419$) und der t-Wert (-6.623) lassen einen negativen Zusammenhang zwischen Kontrolle und Lampenfieber vermuten. Die erklärte Varianz beträgt in dieser Regression $R^2 = .176$. Um einen genaueren Einblick zu erlangen, wurde ebenfalls eine multiple Regression mit den jeweiligen Subskalen als Prädiktoren berechnet. Insgesamt wurde das Modell signifikant ($p < .001$, $F = 28.376$, $df = 2$), jedoch wies nur die Subskala Selbstkonzept einen signifikanten Einfluss auf ($p < .001$, $t = -5.716$, $\beta = -.568$, $SE = .089$). Die Koeffizienten weisen dabei auf einen negativen Zusammenhang hin und die erklärte Varianz hat sich mit dem Einschluss der Subskalen auf $R^2 = .217$ erhöht.

Wert und Kontrolle. Um schließlich einer anschaulichen Betrachtung der Prädiktoren der Kontroll-Wert Theorie getreu zu werden, wurden zusätzlich die beiden Variablen in Kombination multiplen Regressionen unterzogen. In diesem Fall wurde das Modell auch signifikant ($p < .001$, $F = 25.887$, $df = 2$), mit einer erklärten Varianz von $R^2 = .202$. Die Testwerte des Prädiktors Kontrolle weisen auf einen negativen Zusammenhang hin ($p < .001$, $t = -7.178$, $\beta = -.494$), während die des Prädiktors Werts auf einen positiven Einfluss schließen lassen ($p = .01$, $t = 2.588$, $\beta = .178$). Beim Einbezug aller 5 Subskalen der beiden Prädiktoren im Vergleich zu den Gesamtskalen wird das Modell auch signifikant ($p < .001$, $F = 18.853$, $df = 5$) und erklärt

schließlich $R^2 = .318$ an Varianz. Allerdings werden wieder nur drei Subskalen signifikant; Selbstkonzept ($p < .001$, $t = -5.297$), Intrinsische Valenz ($p = .004$, $t = -2.916$) und Bedeutung der Leistung ($p = .002$, $t = 3.205$). Insgesamt kann man hier aber von einer hohen Varianzaufklärung durch die unabhängigen Variablen sprechen.

Abschließend lässt sich bezüglich der Hypothese 1 (“Je höher der wahrgenommene Wert, desto höher ist das erlebte Lampenfieber.“) nun sagen, dass die Ergebnisse ein sehr heterogenes Bild liefern. Die Analysen zeigen vermehrt gemischte Resultate anhand der Korrelationsmatrix und der Regressionen. Mit Valenz als alleinigen Prädiktor im Regressionsmodell konnte kein Einfluss gezeigt werden, nur in Kombination mit Kontrolle wurde dieser signifikant. Und auch die Subskalen zeigen entweder einen positiven, negativen oder keinen Zusammenhang mit Lampenfieber. Aufgrund dieser uneinheitlichen Datenlage lässt sich auf Basis dieser Stichprobe die Hypothese 1 nicht aufrechterhalten und konnte somit nicht bestätigt werden. Bezüglich der Hypothese 2 (“Je höher die wahrgenommene Kontrolle, desto niedriger ist das erlebte Lampenfieber.“) ließen sich klare negative Zusammenhänge mit Lampenfieber erkennen. Da anhand der Korrelationen und der verschiedenen Regressionsmodelle die Richtung des Effekts deutlich erkennbar war, kann die Hypothese 2 angenommen werden.

7.2 Explorative Analysen

Dieser Teil befasst sich mit den Ergebnissen der Skalvalidierung und der Untersuchung der Gruppenunterschiede bei Orchestermusiker*innen.

7.2.1 Skalvalidierung

Bevor auf die Validierung des Lampenfieber Fragebogens nach Götz (2022) anhand einer adaptierten Version des K-MPAI-R (Kenny, 2017) eingegangen wird, sollen vorerst die deskriptiven Daten der Kenny-Skala vorgestellt werden.

Die verwendete Skala war eine gekürzte Form des originalen Inventars und bestand aus insgesamt 22 Items. Das Antwortformat war wie gewohnt eine fünfstufige Likert-Skala, bei welcher höhere Werte für eine höhere Ausprägung an Lampenfieber sprechen. Die Gesamtskala bestand aus drei Subskalen: Proximal Somatische Ängste, Sorgen und Ängstliche Befürchtungen. Die Subskala Proximal Somatische Ängste wurde von insgesamt 202 Teilnehmer*innen ausgefüllt, mit einem Mittelwert von 2.01 und einer Standardabweichung von 0.75. Der Faktor Sorgen wurde von 203 Personen beantwortet und wies einen Durchschnitt von 2.42 und einer Standardabweichung von 0.81 auf. Die Werte der dritten Subskala der Ängstlichen

Befürchtungen konnten für 202 Musiker*innen berechnet werden, mit 2.01 als Mittelwert und 0.70 als Standardabweichung. Aus diesen drei Unterskalen ließ sich schließlich eine Gesamtskala aufsummieren, welche sich für samt 201 Personen bilden ließ. Der Mittelwert der eingesetzten Kenny-Skala betrug 2.16 und die Standardabweichung 0.68. Insgesamt sprechen die Werte für ein eher gering ausgeprägtes Lampenfieber bei dieser Stichprobe. Mit einem Mittelwert von 1.95 wurde anhand der Lampenfieber Skala nach Götz (2022) im Vergleich zur Kenny-Skala jedoch etwas weniger Lampenfieber angegeben.

Zur Skalenvvalidierung wurde eine Korrelationsmatrix erstellt, um zu untersuchen inwiefern die Subskalen der Kenny-Skala und auch die Gesamtskala mit dem Lampenfieber Fragebogen (Götz, 2022) zusammenhängen. Dabei korrelierten alle drei Unterkategorien nach Kenny signifikant positiv mit der Lampenfieber Skala. Proximal Somatische Ängste und Sorgen über die Leistung mit .831; Sorgen/Ängste, die sich auf die Selbst- und Fremdprüfung beziehen mit .595 und Ängstliche Befürchtungen mit .56. Die adaptierte Gesamtskala nach Kenny und der Lampenfieber Fragebogen nach Götz (2022) korrelierten mit .793 signifikant positiv miteinander.

Abschließend lässt sich somit sagen, dass sich der Fragebogen zur Angst bei Aufführungen nach Götz (2022) mit einem Ausschnitt des Kenny-Music Performance Anxiety Inventory's gut validieren ließ. Bei einer hohen Korrelation von .793 kann man von einer guten Qualität des Fragebogens sprechen, somit stellt es ein relevantes Messinstrument für den deutschsprachigen Raum in Bezug auf Lampenfieber im Musiksektor dar. Besonders als Kurzscreening und als Selbsteinschätzungsmethode kann es einen wertvollen Beitrag leisten.

Tabelle 3. Korrelationsmatrix der Skalenvvalidierung

Variable		1	2	3	4	5
1.Proximal Somatischen Ängste	Pearsons r	-				
	p-Wert	-				
2.Sorgen/Ängste	Pearsons r	.698	-			
	p-Wert	< .001*	-			
3.Ängstliche Befürchtungen	Pearsons r	.594	.560	-		
	p-Wert	<.001*	<.001*	-		
4.Kenny-Skala	Pearsons r	.935	.895	.708	-	-
	p-Wert	< .001*	< .001*	< .001*	-	-
5.Lampenfieber	Pearsons r	.831	.595	.560	.793	-
	p-Wert	< .001*	< .001*	< .001*	< .001*	-

*signifikant

7.2.2 Gruppenvergleich

Zur Untersuchung des Faktors *Musik als Beruf* wurden jeweils zwei unterschiedliche Musikergruppen rekrutiert, zum einen Berufsmusiker*innen und zum anderen Laien. Da es zu dieser Thematik bisher nur sehr wenig Forschung gibt, soll in dieser Arbeit explorativ eine Differenzierung angestrebt werden, um somit ein Stück mehr Einsicht in dieses Feld zu bringen. Dabei soll untersucht werden, ob sich Hobbymusiker*innen und Personen aus einem professionellen Orchester in den Skalen Lampenfieber, Wert, Kontrolle und Motivation voneinander unterscheiden.

Zur Überprüfung wurde ein unabhängiger Stichproben t-Test angewendet, wodurch erkennbar sein soll, ob sich die Gruppen in ihren Mittelwerten signifikant voneinander unterscheiden. In der Skala von Götz (2022) zu Lampenfieber ($p = .842$) und in der Kenny-Skala ($p = .991$) konnten keine Unterschiede gefunden werden, beide wurden nicht signifikant. Hingegen fiel der Wert ($p < .001$), die Kontrolle ($p < .001$) und die Motivation ($p < .003$) signifikant aus, das auf Unterschiede in diesen drei Skalen hindeuten lässt. Um genauer zu untersuchen, inwiefern sich die Gruppen voneinander unterscheiden, wurde explorativ in die Deskriptive Statistik gesehen.

Anhand der Deskriptiven Werte ist ersichtlich, dass sich die Gruppen in beiden Lampenfieber Skalen tatsächlich nicht voneinander unterscheiden und beinahe gleiche Daten aufweisen. Bezüglich des Wertes, der Kontrolle und der Motivation wird deutlich, dass die Berufsmusiker*innen höhere Mittelwerte besitzen. In der Valenzskala haben Berufsmusiker*innen einen Durchschnitt von 4.63 im Gegensatz zu Laien, welche nur einen Wert von 4.35 haben. Genauso bei der Kontrolle gaben Profimusiker*innen mit 4.07 im Vergleich zu Hobbymusiker*innen mit 3.47, eine subjektiv höhere Kontrollierbarkeit an. Und abschließend besitzen Musiker*innen aus professionellen Orchestern mit einem Durchschnitt von 4.32 mehr Motivation als Musiker*innen, welche nur hobbymäßig musizieren, mit 4.02. Gesamt lässt sich somit über diese Stichprobe sagen, dass Berufsmusiker*innen die Aufführungen als wichtiger bewerten, sie mehr Kontrolle empfinden und auch motivierter erscheinen. Ein Einblick in die deskriptiven Werte der Gesamtskalen zwischen den beiden Musikergruppen wird in Tabelle 4 gewährleistet. Im Anhang ist noch die deskriptive Statistik der Subskalen von Kontrolle und Wert zu finden, bei welchen sich ebenfalls zeigte, dass die Berufsmusiker*innen durchschnittlich höhere Werte als die Hobbymusiker*innen erzielten.

Tabelle 4. Deskriptive Statistik der Gesamtskalen des Gruppenvergleichs

Variable	Lampenfieber		Kenny		Wert		Kontrolle		Motivation	
	Beruf	Hobby	Beruf	Hobby	Beruf	Hobby	Beruf	Hobby	Beruf	Hobby
Gültig	104	110	100	101	102	109	101	107	101	104
M	1.96	1.94	2.16	2.16	4.63	4.35	4.07	3.47	4.32	4.02
SD	0.65	0.64	0.67	0.70	0.36	0.51	0.54	0.70	0.69	0.74
min	1	1	1.05	1	3.4	3	2.38	1.75	2.67	1.67
max	4.17	4.08	4.27	4.5	5	5	5	5	5	5

8. Diskussion

Während über die Physiologie, die unterschiedlichen Komponenten und die Auswirkungen von Lampenfieber bereits viel Wissen herrscht, ist die Datenlage bezüglich der Ätiologie noch mangelhaft. Lampenfieber kann zu schwerwiegenden körperlichen und mentalen Beeinträchtigungen führen, auch die Karriere kann darunter enorm leiden. Trotz alledem suchen sich leider nur ungefähr 15 Prozent der Musiker*innen professionelle Unterstützung (Fernholz et al., 2019). Angesichts dessen hat es sich diese Masterarbeit zum Ziel gesetzt, mehr über die Ursachen von Lampenfieber bei Orchestermusiker*innen herauszufinden, indem das Phänomen in der Kontroll-Wert Theorie eingebettet werden soll. Die Theorie nach Pekrun (2006) beschäftigt sich mit der Entstehung von Leistungsemotionen. Da Lampenfieber und Prüfungsangst dieselbe Symptomatik aufweisen und es sich um die Angst vor Bewertungen handelt, kann Lampenfieber ebenfalls als Leistungsemotion verstanden werden. Die Thematik des Lampenfiebers wurde bereits bei Musiker*innen und Schauspieler*innen vor dem Hintergrund dieser Theorie beleuchtet (Bruckner, 2024; Schreiber, 2025). Allerdings bleiben noch Ergebnisse bezüglich der Gruppe der Orchestermusiker*innen aus, welche bisher unterrepräsentiert waren und nicht isoliert betrachtet wurden. Dies ist von großer Relevanz, denn Orchester stellen nicht nur eine große Musikergruppe dar, sondern sie musizieren auch in einem komplexen sozialen System mit spezifischen strukturellen Bedingungen, die eine eigenständige Betrachtung unabdingbar machen. Diese Forschungslücke wurde damit ein wenig geschlossen, indem diese bedeutende Musikergruppe erstmalig wissenschaftlich abgebildet wurde.

Diese Masterarbeit liefert nun hinsichtlich der Entstehung von Lampenfieber bei Orchestermusiker*innen relevante Ergebnisse, indem betrachtet wird, ob und wie das Phänomen durch die Kontroll-Wert Theorie erklärt werden kann. Es hat sich gezeigt, dass sowohl der Prädiktor Kontrolle als auch Wert in Zusammenhang mit Lampenfieber als Outcome stehen. Bei Einbezug aller Subskalen der beiden Variablen ergab sich eine Varianzaufklärung von 31.8 Prozent, wohingegen der Anteil bei Einschluss beider Gesamtskalen nur bei 20.2 Prozent lag. In Anbetracht dessen, ist es essentiell, die jeweiligen Facetten von Kontrolle und Wert zu berücksichtigen.

Hinsichtlich der Kontrollkomponente konnten signifikant negative Korrelationen zwischen den beiden Subskalen, der Gesamtskala und dem Lampenfieber gefunden werden. Bei den Regressionen hingegen fiel nur die Subskala Selbstkonzept signifikant aus, dementsprechend geht ein höheres Selbstkonzept mit einer Verminderung der Angst einher. Der negative

Zusammenhang zwischen der Kontrollbewertung und der Ausprägung an Lampenfieber lässt sich mit den Ergebnissen von Bruckner (2024) decken. Mögliche Hilfestellungen gegen Lampenfieber sollten somit darauf abzielen das Kontrollempfinden, insbesondere das Selbstkonzept, zu stärken.

Der subjektive Wert lieferte dabei keine kohärenten Ergebnisse bezüglich der aufgestellten Hypothese. Nur auf Subskala Niveau konnte der Wert als signifikanter Prädiktor für Lampenfieber beobachtet werden. Die Facette Intrinsische Valenz fiel dabei signifikant negativ aus, was auf einen gegensätzlichen Zusammenhang als erwartet hindeutet. Die Subskala Bedeutung der Leistung wies jedoch eine signifikant positive Korrelation mit Lampenfieber auf. Und die dritte Skala der Persönlichen Bedeutung brachte keinen Zusammenhang mit Lampenfieber hervor. Diese Resultate gehen mit denen aus Bruckner (2024) konform, da in dieser Studie ebenfalls der negative Effekt der Intrinsischen Valenz und der positive Zusammenhang mit der Bedeutung der Leistung gefunden wurde. Ebenfalls wurden in der Literatur zu Prüfungsangst diese konträren Daten bezüglich der Wertkomponente berichtet. Die Differenzierung unterschiedlicher Werte erscheint daher durchaus sinnvoll, doch die Zusammenführung dieser Teilaspekte zu einer Gesamtskala kann dabei problematisch sein. Diese Masterarbeit unterstreicht dabei somit erneut, dass der Wert durch unterschiedliche Subfacetten operationalisiert werden kann, welche auch zu widersprüchlichen Zusammenhängen führen können. Außerdem muss erwähnt werden, dass die erhobene Stichprobe allgemein ein sehr hohes Wertempfinden von durchschnittlich 4.46 angab. Das bedeutet, dass wenig Variabilität erhoben wurde, da Orchestermusiker*innen ihre Aufführungen generell als sehr relevant bewertet haben. Möglicherweise wurden Effekte durch diese Einschränkung beeinträchtigt, daher sollten die Ergebnisse nur mit Bedacht interpretiert werden.

In der explorativen Analyse wurde die Skalvalidierung des Fragebogens für Lampenfieber nach Götz (2022) anhand einer gekürzten Version des Kenny-Music Performance Anxiety Inventory's (Kenny, 2017) erforscht. Es konnte herausgefunden werden, dass sowohl die drei Subskalen als auch die Gesamtskala von Kenny signifikant positiv mit dem Fragebogen nach Götz (2022) korrelieren. Die Subskala Ängstliche Befürchtungen wies dabei die geringste Korrelation mit .56 auf, allerdings wurde bei dieser auch eine ungenügende Reliabilität gefunden. Der Zusammenhang zwischen der Subskala Ängstliche Befürchtungen und der Gesamtskala Lampenfieber (Götz, 2022) sollte daher nur mit Vorsicht gesehen werden, besonders da diese Subfacette bereits einen eher schwächeren Faktor in der gefundenen Faktorenstruktur der Originalversion präsentiert (Kenny, 2023). Anhand der Gesamtskalen konnte ein

Zusammenhang von 0.793 beobachtet werden, was auf eine gute Validität hinweist. Bei einer niedrigen Korrelation wäre das Erhebungsinstrument unbrauchbar, da sie unterschiedliche Konstrukte messen und bei einem sehr starken Zusammenhang Richtung 1 gehend, würden die Verfahren exakt dasselbe erheben. Somit kann gesagt werden, dass der Fragebogen für Angst bei Aufführungen (Götz, 2022) ein valides Erhebungsinstrument für Lampenfieber im Musiksektor repräsentiert.

Weiters wurde eine Gegenüberstellung zwischen Berufs- und Hobbymusiker*innen angestrebt, um mögliche Unterschiede aufdecken zu können. Es hat sich gezeigt, dass sich die Gruppen im subjektiven Lampenfieber nicht signifikant voneinander unterscheiden und bei nahe ähnliche Durchschnittswerte erzielten. Hinsichtlich der Kontrolle, des Wertes und der Motivation hingegen erzielten die Berufsmusiker*innen höhere Mittelwerte im Vergleich zu den Laienmusiker*innen. Diese Ergebnisse ergeben intuitiv Sinn, da professionelle Musiker*innen ihr Geld mit der Musik verdienen und somit auch die Relevanz der Aufführung an den Erfolg ihrer Karriere geknüpft ist. Auch die Kontrolle könnte durch mehr Spielerfahrung und dadurch, dass das Musizieren zum Berufsalltag gehört, erhöht sein. Hinsichtlich der Motivation sollte allerdings mit Vorsicht interpretiert werden, da die beiden Gruppen aus unterschiedlichen Gründen motiviert sein können. Hobbymusiker*innen nehmen das Musizieren als Freizeitaktivität wahr und könnten eher intrinsisch angetrieben werden, wohingegen Berufsmusiker*innen Aufführungen als Arbeit ansehen könnten und somit eher durch die Bezahlung extrinsisch motiviert werden (Juniu et al., 1996). Da zu der Differenzierung zwischen Profi- und Laienmusiker*innen aus Orchestern hinsichtlich Lampenfieber, Wert, Kontrolle und Motivation noch nicht wirklich Studien vorhanden sind, sollte dahingehend weiter Forschung betrieben werden. Diese Studie bringt jedoch schon bereits erste Einblicke in potentielle Gruppenunterschiede.

Limitationen

Bei dem Versuch, die Ergebnisse dieser Studie jedoch zu verallgemeinern, müssen einige Limitationen berücksichtigt werden. Erstens handelt es sich bei der Stichprobe um ein Gelegenheitsample, weshalb die Generalisierbarkeit auf die Population aller Musiker*innengruppen wesentlich eingeschränkt ist. Weiters wurde anhand des Selbstberichts erhoben, wodurch es zu Problemen wie der sozialen Erwünschtheit oder retrospektiven Verzerrungen gekommen sein könnte. Lampenfieber ist leider immer noch ein Tabu-Thema, weshalb Musiker*innen sich gezwungen haben könnten, bestimmte Antworten zu liefern. Durch die

freiwillige Teilnahme könnte es auch zu einem Risiko eines Selektionsbias gekommen sein, da nur Musiker*innen mit bestimmten Merkmalen teilgenommen haben. Möglicherweise haben sich eher Orchestermusiker*innen beteiligt, die besonders motiviert sind und eher weniger Lampenfieber empfinden. Besonders die Skalen Wert und Motivation wurden stark Richtung Maximum beantwortet, wodurch Störungen durch Deckeneffekte nicht ausgeschlossen werden können.

Weiters kam es zu einem enormen Datenverlust, da aufgrund der Kriterien Alter und Orchestergröße einige Teilnehmer*innen entfernt werden mussten. Eine genaue Definition über den Begriff der Orchestergröße wäre dabei hilfreich und auch die Instruktion der Altersbeschränkung sollte verstärkt hervorgehoben werden. Außerdem kam es zu einem Verlust an Informationen, da viele Personen vorzeitig abgebrochen haben. Zukünftig sollte darauf geachtet werden, dass der Fragebogen nicht zu viele Items beinhaltet. Im Zuge des Pretests wurde nämlich kritisiert, dass sich einige der Fragen ähneln und die Befragung allgemein zu lang sei. Generell konnte mithilfe der Anmerkungen durch den Pretest einigen Unklarheiten gegengewirkt werden, allerdings kann nicht gänzlich ausgeschlossen werden, dass Fragen missverstanden wurden.

Ein weiterer limitierender Aspekt ist die Möglichkeit kausale Schlüsse zu ziehen, da ein Querschnittsdesign angewendet wurde. Zukünftige Längsschnittstudien könnten dahingehend mehr Einsicht bringen. Auch die Geschlechtskategorie *divers* konnte nicht adäquat abgebildet werden.

Die Skalenvvalidierung ist dahingehend eingeschränkt, da sie nur in einer spezifischen Population untersucht wurde und zwar anhand von Orchestermusiker*innen. Sodass die Generalisierbarkeit auf andere musikalische Bereiche begrenzt ist. Außerdem wurde lediglich ein Ausschnitt aus dem Inventar nach Kenny (2017) angewendet, welches aufgrund der englischsprachigen Faktorenstruktur ausgewählt wurde. Dadurch könnten die Ergebnisse beeinflusst worden sein. Und wie bereits erwähnt, beruhen die Ergebnisse ausschließlich auf Selbstberichten, welche Verzerrungen in den Daten nicht ausschließen lassen.

Ausblick

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Masterarbeit wichtige Erkenntnisse in Bezug auf die Entstehung von Lampenfieber bei Orchestermusiker*innen gebracht hat. Besonders da Lampenfieber ein heikles Thema ist, über das viel zu selten gesprochen wird und sich

aufgrund der Tabuisierung viel zu wenig Betroffene Hilfe holen. Die Studie hat nicht nur mehr Einsicht in die Facetten des Phänomens gegeben, sondern auch dazu beigetragen darüber mehr ins Gespräch zu kommen. Die gefundenen Ergebnisse liefern außerdem mehrere praktische Implikationen, da der Faktor Kontrolle dazu verwendet werden kann die Orchestermusiker*innen dahingehend zu stärken. Trainings zur Steigerung des Selbstkonzepts und eine wertschätzende Feedbackkultur könnten dabei mitwirken, Lampenfieber in Orchestern zu reduzieren. Weiters kann es für präventive Ansätze verwendet werden, indem bereits in der Ausbildung das Vertrauen in die eigene Leistung gefördert wird. Bezüglich der Wertkomponente sollte aufgrund der konträren Ergebnisse weiter erforscht werden, welche Konstrukte darunter subsumiert werden und eine klare Definition davon festlegen. Dadurch könnten die potentiellen Einflüsse des Wertes auf Lampenfieber besser hervorgehoben und die Zusammenhänge nachvollziehbarer werden.

Zukünftige Forschung sollte möglichst viele verschiedene Musiker*innengruppen untersuchen, um dadurch zur Generalisierbarkeit der Ergebnisse beizutragen. Weiters könnten qualitative Ansätze für das Verständnis von Lampenfieber wertvoll sein, da die Teilnehmer*innen dadurch offen über ihre Erfahrungen sprechen könnten, ohne an fixe Vorgaben gebunden zu sein. Insgesamt konnten durch die Masterarbeit wichtige Erkenntnisse bezüglich Orchestermusiker*innen gesammelt werden und auch die explorativen Analysen bieten die Möglichkeit für weitere Forschungsansätze.

9. Literaturverzeichnis

- Abromeit, J. (2014). *Lampenfieber und Prüfungsangst besiegen*. Haufe-Lexware.
- Aubry, L., & Küssner, M. B. (2023). Music performance anxiety and its relation to parenting style and sensory processing sensitivity. *Jahrbuch Musikpsychologie*, 31, e155. <https://doi.org/10.5964/jbdgm.155>
- Barbar, A. E. M., De Souza Crippa, J. A., & De Lima Osório, F. (2014). Performance anxiety in Brazilian musicians: Prevalence and association with psychopathology indicators. *Journal of Affective Disorders*, 152–154, 381–386. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.09.041>
- Barlow, D. H. (2000). Unraveling the mysteries of anxiety and its disorders from the perspective of emotion theory. *American Psychologist*, 55(11), 1247–1263. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.55.11.1247>
- Barros, S., Marinho, H., França, A. B., & Pereira, A. (2024). Music performance anxiety: A study of anxiety predictors in higher education music students in Portugal. *International Journal of Music Education*, 02557614241280040. <https://doi.org/10.1177/02557614241280040>
- Boehme, K. L., 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. (2020). *Stage fright in the actor* (1.Aufl.). Routledge. <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://theses.univie.ac.at/detail/71913>
- Bührer, D. (2012). *30 Minuten Lampenfieber* (1st ed.). Gabal Verlag.
- Castiglione, C., Rampullo, A., & Cardullo, S. (2018). Self representations and music performance anxiety: A study with professional and amateur musicians. *Europe's Journal of Psychology*, 14(4), 792–805. <https://doi.org/10.5964/ejop.v14i4.1554>

- Chang-Arana, Á. M., Kenny, D. T., & Burga-León, A. A. (2018). Validation of the Kenny Music Performance Anxiety Inventory (K-MPAI): A cross-cultural confirmation of its factorial structure. *Psychology of Music*, 46(4), 551–567. <https://doi.org/10.1177/0305735617717618>
- Cox, W. J., & Kenardy, J. (1993). Performance anxiety, social phobia, and setting effects in instrumental music students. *Journal of Anxiety Disorders*, 7(1), 49–60. [https://doi.org/10.1016/0887-6185\(93\)90020-L](https://doi.org/10.1016/0887-6185(93)90020-L)
- Fehm, L., Hille, C., & Becker, E. S. (2002). *Der Bühnenangstfragebogen (BAF)* [German Version of the Performance Anxiety Questionnaire] [Unveröffentlichtes Manuskript].
- Fernholz, I., Mumm, J. L. M., Plag, J., Noeres, K., Rotter, G., Willich, S. N., Ströhle, A., Berghöfer, A. & Schmidt, A. (2019). Performance anxiety in professional musicians: a systematic review on prevalence, risk factors and clinical treatment effects. *Psychological Medicine*, 49(14), 2287–2306. <https://doi.org/10.1017/s0033291719001910>
- 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.
- Gibbs, L. E. (2019). Synthesizers, Virtual Orchestras, and Ableton Live: Digitally Rendered Music on Broadway and Musicians' Union Resistance. *Journal of the Society for American Music*, 13(03), 273–304. <https://doi.org/10.1017/S1752196319000208>
- Hu, M. (2024). Delving into the structural model of students' music performance anxiety, self-efficacy, and motivation based on a self-determination theory. *Learning and Motivation*, 87, 102011. <https://doi.org/10.1016/j.lmot.2024.102011>
- James, I. (1997). *Federation Internationale des Musiciens 1997 Survey of 56 orchestras worldwide*. London: British Association for Performing Arts Medicine.
- Juniu, S., Tedrick, T., & Boyd, R. (1996). Leisure or Work?: Amateur and Professional Musicians' Perception of Rehearsal and Performance. *Journal of Leisure Research*, 28(1), 44–56. <https://doi.org/10.1080/00222216.1996.11949760>

- Kantor-Martynuska, J., & Kenny, D. T. (2018). Psychometric properties of the “Kenny-Music Performance Anxiety Inventory” modified for general performance anxiety. *Polish Psychological Bulletin*, 49(3). <https://doi.org/10.24425/119500>
- Kenny, D. T. (2010). The Role of Negative Emotions in Performance Anxiety. In *Handbook of Music and Emotion: Theory, Research, Applications*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199230143.003.0016>
- Kenny, D. (2011). *The psychology of music performance anxiety* (1st ed.). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199586141.001.0001>
- Kenny, D. T. (2017). *Kenny Music Performance Anxiety Inventory—Certified German translation*. Unpublished. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.22381.59367>
- 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*, 14, 1143359. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1143359>
- 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>
- Li, Q., Cho, H., Cosso, J., & Maeda, Y. (2021). Relations Between Students’ Mathematics Anxiety and Motivation to Learn Mathematics: A Meta-Analysis. *Educational Psychology Review*, 33(3), 1017–1049. <https://doi.org/10.1007/s10648-020-09589-z>
- Liu, S., Leung, F. K. S., & 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>
- Lohbeck, A., Nitkowski, D., & Petermann, F. (2016). A Control-Value Theory Approach: Relationships Between Academic Self-Concept, Interest, and Test Anxiety in Elementary School Children. *Child & Youth Care Forum*, 45(6), 887–904. <https://doi.org/10.1007/s10566-016-9362-1>
- Lusted, M. A. (2013). What is an orchestra? In *Calliope (Peterborough, N.H.)* (Vol. 23, Number 8, p. 2). Cricket Media.

- 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>
- Mazzarolo, I., & Schubert, E. (2022). A Short Performance Anxiety Scale for Musicians. *Frontiers in Psychology*, *12*, 781262. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.781262>
- Mertens, G. (2010). *Orchestermanagement*. VS Verlag für Sozialwissenschaften. <https://doi.org/10.1007/978-3-531-92317-8>
- 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>
- Nagel, J. J. (2018). Memory Slip: Stage Fright and Performing Musicians. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, *66*(4), 679–700. <https://doi.org/10.1177/0003065118795432>
- Osborne, M. S., & Kenny, D. T. (2005). Development and validation of a music performance anxiety inventory for gifted adolescent musicians. *Journal of Anxiety Disorders*, *19*(7), 725–751. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2004.09.002>
- Pan, L., Chen, Q., Lou, L., Gu, Q., Luo, H., Li, P., & Liu, Y. (2025). Re-validation of the Kenny Music Performance Anxiety Inventory-revised among Chinese university students majoring in vocal music. *Frontiers in Psychology*, *16*, 1667404. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1667404>
- Papageorgi, I. (2022). Prevalence and predictors of music performance anxiety in adolescent learners: Contributions of individual, task-related and environmental factors. *Musicae Scientiae*, *26*(1), 101–122. <https://doi.org/10.1177/1029864920923128>
- Papageorgi, I., Creech, A., & Welch, G. (2013). Perceived performance anxiety in advanced musicians specializing in different musical genres. *Psychology of Music*, *41*(1), 18–41. <https://doi.org/10.1177/0305735611408995>

- 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. (2024). Control-Value Theory: From Achievement Emotion to a General Theory of Human Emotions. *Educational Psychology Review*, 36(3), 83. <https://doi.org/10.1007/s10648-024-09909-7>
- Pekrun, R., Goetz, 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., & Perry, R. P. (2014). Control-value theory of achievement emotions. In *International handbook of emotions in education* (pp. 120-141). Routledge.
- Reinhardt, J., & Rötter, G. (2013). Lampenfieber und Scham – eine musikpsychologische Betrachtung. *Technische Universität Dortmund*. <https://doi.org/10.17877/DE290R-10957>
- 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>
- Roos, A.-L., Goetz, T., Krannich, M., Jarrell, A., Donker, M., & Mainhard, T. (2021). Test anxiety components: An intra-individual approach testing their control antecedents and effects on performance. *Anxiety, Stress, & Coping*, 34(3), 279–298. <https://doi.org/10.1080/10615806.2020.1850700>
- Roos, A., Goetz, T., Krannich, M., Donker, M., Bieleke, M., Caltabiano, A., & Mainhard, T. (2023). Control, anxiety and test performance: SELF-REPORTED and physiological indicators of anxiety as mediators. *British Journal of Educational Psychology*, 93(S1), 72–89. <https://doi.org/10.1111/bjep.12536>
- Ryan, C., Andrews, N., & Tsang, J. (2025). Music performance anxiety and perfectionism: A comparison of in-person and virtual contexts. *Musicae Scientiae*, 29(2), 330–345. <https://doi.org/10.1177/10298649241297229>

- Salmon, P. G. (1990). A psychological perspective on musical performance anxiety: a review of the literature. *Medical Problems of Performing Artists*, 5, 2–11.
- Schreiber, F. (2025). *Ursachen und Wirkungen von Lampenfieber bei Schauspieler*innen*. [Masterarbeit, Universität Wien]. 10.25365/thesis.78214
- Sokoli, E., Hildebrandt, H., & Gomez, P. (2022). Classical Music Students' Pre-performance Anxiety, Catastrophizing, and Bodily Complaints Vary by Age, Gender, and Instrument and Predict Self-Rated Performance Quality. *Frontiers in Psychology*, 13, 905680. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.905680>
- Spahn, C. (2011). Angst macht den Auftritt zur Tortur: Das Problem kannte schon Caruso. *MMW - Fortschritte der Medizin*, 153(43), 46–49. <https://doi.org/10.1007/BF03368985>
- Spahn, C. (2015). Auftritt und Lampenfieber – Kompetenzerwerb durch musikalische Bildung im Kindes- und Jugendalter. In G. Bernatzky & G. Kreutz (Hrsg.), *Musik und Medizin* (S. 395–406). Springer Vienna. https://doi.org/10.1007/978-3-7091-1599-2_25
- Spahn, C. (2019). Lampenfieber und Auftrittsangst. *Sprache · Stimme · Gehör*, 43(1), 33–37. <https://doi.org/10.1055/a-0790-5056>
- Spahn, C., Krampe, F., & Nusseck, M. (2021a). Classifying Different Types of Music Performance Anxiety. *Frontiers in Psychology*, 12, 538535. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.538535>
- Spahn, C., Krampe, F., & Nusseck, M. (2021b). Live Music Performance: The Relationship Between Flow and Music Performance Anxiety. *Frontiers in Psychology*, 12, 725569. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.725569>
- 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>
- Yue, X., Liu, F., Yang, Y., Zheng, X., & Huang, L. (2024). Examining the antecedent factors and their influences 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>

- Zeidner, M., Pekrun, R., & Linnenbrink-Garcia, L. (2014). Anxiety in Education. In *International Handbook of Emotions in Education* (1st ed., pp. 265–288). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203148211-16>
- Zhang, J. (2022). A longitudinal study of Pekrun's control-value theory and the internal/external frame of reference model in predicting academic anxiety. *Educational Psychology*, 42(4), 479–500. <https://doi.org/10.1080/01443410.2020.1729345>

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1. Komponenten von Prüfungsangst (Götz, 2022)	9
Abbildung 2. Ursachen von Lampenfieber (Götz, 2022)	28
Abbildung 3. Häufigkeitsverteilung der Skalen Lampenfieber, Wert und Kontrolle	40

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1. Deskriptive Statistik der Variablen Lampenfieber, Wert und Kontrolle	40
Tabelle 2. Korrelationsmatrix der Variablen Lampenfieber, Wert und Kontrolle.....	41
Tabelle 3. Korrelationsmatrix der Skalensvalidierung	44
Tabelle 4. Deskriptive Statistik der Gesamtskalen des Gruppenvergleichs.....	46

Anhang

1. Codebuch	2
2. Deskriptive Statistik der Stichprobenvariablen.....	21
3. Deskriptive Statistik der Subskalen des Gruppenvergleichs	21

Codebuch

Salome Jani

Universität Wien

2025

Der Datensatz und das vorliegende Codebuch sind Supplements zur Masterarbeit:

„Ursachen und Wirkungen von Lampenfieber bei Orchestermusiker*innen“

Inhaltsverzeichnis

1 Informationen zur Stichprobe	3
2 STICHPROBENVARIABLEN/DESKRIPTIVE VARIABLEN	4
2.1 GESCHLECHT & ALTER	4
2.2 MUSIKSTIL	4
2.3 MUSIK ALS BERUF	4
2.4 SPIELJAHRE	5
2.5 ANZAHL DER SPIELENDEN	5
2.6 DURCHSCHNITTLICHES PUBLIKUM	6
3 LAMPENFIEBER	6
3.1 DIMENSION 1 – VOR DER AUFFÜHRUNG	6
3.2 Dimension 2 – WÄHREND der Aufführung	7
3.3 GESAMTSKALA – LAMPENFIEBER	7
4 VALENZ	8
4.1 DIMENSION 1 – INTRINSISCHE VALENZ	9
4.2 DIMENSION 2 - DIE BEDEUTUNG DER LEISTUNG	9
4.3 DIMENSION 3 – PERSÖNLICHE BEDEUTUNG	9
4.4 GESAMTSKALA – VALENZ	10
5 KONTROLLE	11
5.1 DIMENSION 1 - SELBSTWIRKSAMKEIT	11
5.2 DIMENSION 2 - SELBSTKONZEPT	11
5.3 KONTROLLE – GESAMTSKALA	12
6 INTRINSISCHE MOTIVATION	13
7 KENNY – MUSIC PERFORMANCE ANXIETY INVENTORY	14
7.1 DIMENSION 1 – PROXIMALE SOMATISCHE ÄNGSTE UND SORGEN UM DIE LEISTUNG	14
7.2 DIMENSION 2 – SORGEN/ÄNGSTE (NEGATIVE KOGNITIONEN), DIE SICH AUF DIE SELBST- UND FREMDPRÜFUNG BEZIEHEN	15
7.3 DIMENSION 3 – ÄNGSTLICHE BEFÜRCHTUNGEN	16
7.4 K-MPAI – GESAMTSKALA	17
9 Literaturverzeichnis	21

1 Informationen zur Stichprobe

Art der Stichprobe: Gelegenheitsstichprobe

Zielgruppe: Orchestermusiker*innen (Hobbymusiker*innen, Berufsmusiker*innen)

	Häufigkeit	Anteile
<i>N</i>	214	100%
Alter (age)		
<i>M</i>	36.3 Jahre	
<i>SD</i>	14.9 Jahre	
Geschlecht (sex)		
weiblich	117	54.67%
männlich	96	44.86%
divers	1	0.47%
Musiker*innen		
Hobbymusiker*innen	110	51.40%
Berufsmusiker*innen	104	48.60%

2 Stichprobenvariablen/Deskriptive Variablen

Items der Stichprobenvariablen wurden für diese Erhebung von Bruckner (2024) übernommen und an die Gruppe der Orchestermusiker*innen angepasst.

2.1 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

2.2 Musikstil

Variablenname	Inhalt	Antwortkategorie
Style1	Welcher ist Ihr primärer Musikstil? (Mehrfachnennung möglich)	Offenes Antwortformat
Style2	Welche Instrumente spielen Sie?	Offenes Antwortformat
Style3	Wenn Sie mehrere Instrumente spielen, mit welchem treten Sie am häufigsten auf?	Offenes Antwortformat

2.3 Musik als Beruf

Variablenname	Inhalt	Antwortkategorie
Occ1	Studieren Sie gerade Musik oder ein Instrument?	1.,„Ja, ich studiere momentan.“ 2.,„Nein, ich habe nichts davon studiert.“ 3.,„Nein, aber ich habe ein solches Studium abgeschlossen.“
Occ2	Ungefähr wie viel Prozent Ihres Einkommens verdienen Sie mit Ihrer Musik?	1 – 100 %
Occ3	Spielen Sie derzeit hauptberuflich oder hobbymäßig in einem Orchester?	1 - Hauptberuflich 2 - Hobbymäßig

2.4 Spieljahre

Wortlaut im Fragebogen: Bitte beziehen Sie sich bei der Beantwortung der folgenden Fragen auf das Instrument, mit dem Sie in Ihrem Orchester hauptsächlich auftreten.

Variablenname	Inhalt	Antwortkategorie
Years1	Seit wie vielen Jahren spielen Sie Ihr Instrument?	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? (Inkludiert Proben im Orchester sowie alleiniges Üben)	Offenes Antwortformat

2.5 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? (Mit Solos sind solistische Passagen innerhalb eines Orchesterstücks gemeint)	1 – 100 %

2.6 Durchschnittliches Publikum

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

2 Lampenfieber

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

Auswertung: Addieren 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

3.1 Dimension 1 – VOR der Aufführung

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

Variablenname	Inhalt	Mittelwert Standardabweichung	Item-Skala Korrelation
ST1vor	Vor der Aufführung bin ich beunruhigt und fühle mich unwohl.	2.23 0.88	.84
ST2vor	Ich mache mir Sorgen, ob ich genug geübt habe.	2.36 1.03	.74
ST3vor	Ich mache mir Sorgen, ob die Aufführung zu schwierig sein wird.	1.94 0.84	.70
ST4vor	Vor lauter Nervosität würde ich am liebsten nicht zur Aufführung kommen.	1.36 0.72	.72
ST5vor	Ich habe ein flaues Gefühl im Magen.	2.22 1.10	.79

3.2 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.	2.29 0.92	.82
ST7währ	Ich gerate schnell in Panik bei einer Aufführung.	1.59 0.77	.75
ST8währ	Ich mache mir Sorgen, ob ich gut durch die Aufführung kommen werde.	2.10 1.03	.79
ST9währ	Ich bin so aufgeregt, dass ich denke: Wenn es bloß vorbei wäre.	1.44 0.77	.68
ST10währ	Ich habe so viel Angst, dass ich mir wünschen würde, weit weg zu sein.	1.24 0.63	.62
ST11währ	Wenn die Aufführung beginnt, habe ich Herzklopfen.	2.67 1.19	.79
ST12währ	Ich habe ganz zitterige Hände.	1.96 0.99	.72

3.3 Gesamtskala – Lampenfieber

Reliabilität: Cronbach's alpha = 0.91

Gesamtmittelwert: 1.95

Standardabweichung: 0.64

Variablenname	Inhalt	Item-Skala Korrelation
ST1vor	Vor der Aufführung bin ich beunruhigt und fühle mich unwohl.	.81
ST2vor	Ich mache mir Sorgen, ob ich genug geübt habe.	.60
ST3vor	Ich mache mir Sorgen, ob die Aufführung zu schwierig sein wird.	.60
ST4vor	Vor lauter Nervosität würde ich am liebsten nicht zur Aufführung kommen.	.70
ST5vor	Ich habe ein flaues Gefühl im Magen.	.78
ST6währ	Ich bin sehr nervös.	.81

ST7währ	Ich gerate schnell in Panik bei einer Aufführung.	.73
ST8währ	Ich mache mir Sorgen, ob ich gut durch die Aufführung kommen werde.	.76
ST9währ	Ich bin so aufgeregt, dass ich denke: Wenn es bloß vorbei wäre.	.70
ST10währ	Ich habe so viel Angst, dass ich mir wünschen würde, weit weg zu sein.	.58
ST11währ	Wenn die Aufführung beginnt, habe ich Herzklopfen.	.73
ST12währ	Ich habe ganz zittrige Hände.	.67

4 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 Musik/Lampenfieber angepasst und auf Deutsch übersetzt.

Auswertung: Addieren 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

4.1 Dimension 1 – Intrinsische Valenz

Reliabilität: Cronbach's alpha = 0.84

Gesamtmittelwert: 4.31

Standardabweichung: 0.68

Variablenname	Inhalt	Mittelwert Standardabweichung	Item-Skala Korrelation
V1iV	Auf der Bühne zu stehen und zu musizieren, macht mir Spaß.	4.51 0.63	.84
V2iV	Ich mag es, auf der Bühne zu stehen.	4.20 0.84	.87
V3iV	Ich genieße es einfach, auf der Bühne zu musizieren.	4.22 0.87	.91

4.2 Dimension 2 - Die Bedeutung der Leistung

Reliabilität: Cronbach's alpha = 0.83

Gesamtmittelwert: 4.52

Standardabweichung: 0.61

Variablenname	Inhalt	Mittelwert Standardabweichung	Item-Skala Korrelation
V4achiev	Es ist mir wichtig, gut mit meinem Instrument aufzutreten.	4.73 0.56	.82
V5achiev	Gut auf der Bühne spielen zu können, bedeutet mir sehr viel.	4.54 0.75	.88
V6achiev	Ein guter Auftritt ist mir wichtig.	4.65 0.58	.86
V7achiev	Gute Bewertungen meines Auftritts sind mir wichtig.	4.15 0.99	.81

4.3 Dimension 3 – Persönliche Bedeutung

Reliabilität: Cronbach's alpha = 0.74

Gesamtmittelwert: 4.62

Standardabweichung: 0.55

Variablenname	Inhalt	Mittelwert Standardabweichung	Item-Skala Korrelation
---------------	--------	----------------------------------	------------------------

V8pers	Der Auftritt hat keine Bedeutung für mich.	4.61 0.72	.84
V9pers	Ein guter Auftritt ist mir persönlich sehr wichtig.	4.53 0.70	.78
V10pers	Um ehrlich zu sein, interessiere ich mich nicht dafür, mit meinem Instrument aufzutreten.	4.72 0.62	.82

Zu invertierende Items: V8pers & V10pers

4.4 Gesamtskala – Valenz

Reliabilität: Cronbach's alpha = 0.82

Gesamtmittelwert: 4.49

Standardabweichung: 0.46

Variablenname	Inhalt	Item-Skala Korrelation
V1iV	Auf der Bühne zu stehen und zu musizieren, macht mir Spaß.	.49
V2iV	Ich mag es, auf der Bühne zu stehen.	.57
V3iV	Ich genieße es einfach, auf der Bühne zu musizieren.	.55
V4achiev	Es ist mir wichtig, gut mit meinem Instrument aufzutreten.	.67
V5achiev	Gut auf der Bühne spielen zu können, bedeutet mir sehr viel.	.72
V6achiev	Ein guter Auftritt ist mir wichtig.	.71
V7achiev	Gute Bewertungen meines Auftritts sind mir wichtig.	.63
V8pers	Der Auftritt hat keine Bedeutung für mich.	.69
V9pers	Ein guter Auftritt ist mir persönlich sehr wichtig.	.69
V10pers	Um ehrlich zu sein, interessiere ich mich nicht dafür, mit meinem Instrument aufzutreten.	.65

5 Kontrolle

Kontrolle wird durch die Selbstwirksamkeit und das Selbstkonzept operationalisiert.

5.1 Dimension 1 - 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 Musik/ Lampenfieber angepasst und auf Deutsch übersetzt.

Auswertung: Addieren 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 = 0.79

Gesamtmittelwert: 3.80

Standardabweichung: 0.77

Variablenname	Inhalt	Mittelwert Standardabweichung	Item-Skala Korrelation
Eff1	Ich bin mir sicher, dass ich auch die schwierigsten Stücke auf der Bühne spielen kann.	3.20 1.12	.89
Eff2	Ich bin überzeugt, gut auftreten zu können.	3.94 0.83	.86
Eff3	Ich bin mir sicher, dass ich die nötigen Fähigkeiten erwerben kann, um gut zu spielen und auftreten zu können.	4.26 0.73	.80

5.2 Dimension 2 - Selbstkonzept

Reliabilität: Cronbach's alpha = 0.89

Gesamtmittelwert: 3.74

Standardabweichung: 0.71

Variablenname	Inhalt	Mittelwert Standardabweichung	Item-Skala Korrelation
SC1	Ich bin ein talentierter Musiker oder eine talentierte Musikerin.	3.89 0.88	.75
SC2	Es ist einfach für mich, auf der Bühne mein Instrument zu spielen.	3.70 0.81	.83
SC3	Ich spiele mein Instrument auch auf der Bühne sehr gut.	3.94 0.80	.88
SC4	Es fällt mir leicht zu spielen und gut aufzutreten.	3.69 0.85	.86
SC5	Es ist einfach für mich, ein neues Stück auf der Bühne zu spielen.	3.47 0.94	.83

5.3 Kontrolle – Gesamtskala

Reliabilität: Cronbach's alpha = 0.91

Gesamtmittelwert: 3.76

Standardabweichung: 0.69

Variablenname	Inhalt	Item-Skala Korrelation
Eff1	Ich bin mir sicher, dass ich auch die schwierigsten Stücke auf der Bühne spielen kann.	.82
Eff2	Ich bin überzeugt, gut auftreten zu können.	.79
Eff3	Ich bin mir sicher, dass ich die nötigen Fähigkeiten erwerben kann, um gut zu spielen und auftreten zu können.	.73
SC1	Ich bin ein talentierter Musiker oder eine talentierte Musikerin.	.75
SC2	Es ist einfach für mich, auf der Bühne mein Instrument zu spielen.	.79
SC3	Ich spiele mein Instrument auch auf der Bühne sehr gut.	.87

SC4	Es fällt mir leicht zu spielen und gut aufzutreten.	.82
SC5	Es ist einfach für mich, ein neues Stück auf der Bühne zu spielen.	.78

6 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 Musik/ Lampenfieber angepasst.

Auswertung: Addieren 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 = 0.92

Gesamtmittelwert: 4.17

Standardabweichung: 0.73

Variablenname	Inhalt	Mittelwert Standardabweichung	Item-Skala Korrelation
Mot1	Es bereitet mir Freude, auf der Bühne zu stehen.	4.37 0.73	.87
Mot2	Ich stehe gerne auf der Bühne.	4.23 0.84	.89
Mot3	Es macht mir Spaß, auf der Bühne zu musizieren.	4.47 0.68	.87
Mot4	Ich trete gerne auf der Bühne auf.	4.31 0.80	.92

Mot5	Es ist eine meiner Lieblingsbeschäftigungen auf der Bühne zu musizieren.	3.58 1.07	.82
Mot6	Ich freue mich bereits auf meinen nächsten Auftritt.	4.05 0.99	.80

7 Kenny – Music Performance Anxiety Inventory

Quelle: Kenny, D. T. (2017). *Kenny Music Performance Anxiety Inventory—Certified German translation*. Unpublished. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.22381.59367>

Änderungen: Es wurden nur diejenigen Faktoren herangezogen, welche sich direkt auf einen Auftritt beziehen. Die Dimensionen *Depressivität/Hoffnungslosigkeit*, *Elterliche Empathie*, *Gedächtnis*, *Generationale Übertragung von Angst* und *biologische Vulnerabilität* wurden nicht verwendet. Das ursprüngliche Antwortformat (7-stufige Skala) wurde an die 5-stufige Skala von Götz (2022) angepasst. Die Instruktion wurde ebenfalls adaptiert.

Auswertung: Addieren der Antwort-Werte und durch die Anzahl der Items (22) 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

7.1 Dimension 1 – Proximale somatische Ängste und Sorgen um die Leistung

Reliabilität: Cronbach's alpha = 0.90

Gesamtmittelwert: 2.01

Standardabweichung: 0.75

Wortlaut im Fragebogen: „Wie fühlen Sie sich in der Regel vor oder während Aufführungen?“

Variablenname	Inhalt	Mittelwert Standardabweichung	Item-Skala Korrelation
K1PS	Vor oder während einer Aufführung habe ich panikartige Gefühle.	1.69 0.89	.77
K2PS	Vor oder während einer Aufführung habe ich einen trockenen Mund.	2.12 1.13	.62
K3PS	Während einer Aufführung geht mir durch den Kopf, ob ich überhaupt durch das Stück komme.	1.95 1.07	.71
K4PS	Vor oder während einer Aufführung fühle ich mich krank oder schwach oder ich habe ein flaues Gefühl im Magen.	1.74 0.96	.77
K5PS	Vor oder während einer Aufführung erlebe ich eine erhöhte Herzfrequenz wie ein Pochen in meiner Brust.	2.69 1.23	.78
K6PS	Meine Sorge und Nervosität über meine Aufführung beeinträchtigen meinen Fokus und meine Konzentration.	2.25 1.09	.81
K7PS	Bei der Vorbereitung auf ein Konzert habe ich oft ein Gefühl von Furcht und einem bevorstehenden Desaster.	1.67 0.96	.72
K8PS	Vor oder während einer Aufführung habe ich eine erhöhte Muskelspannung.	2.45 1.12	.74
K9PS	Vor einer Aufführung mache ich mir so viele Sorgen, dass ich nicht schlafen kann.	1.52 0.84	.67
K10PS	Vor oder nach einer Aufführung leide ich unter Schütteln, Zittern oder Zucken.	1.37 0.76	.63
K11PS	Ich bleibe dem Aufführen verbunden, auch wenn es mir erhebliche Angst bereitet.	2.63 1.56	.63

7.2 Dimension 2 – Sorgen/Ängste (negative Kognitionen), die sich auf die Selbst- und Fremdprüfung beziehen

Reliabilität: Cronbach's alpha = 0.85

Gesamtmittelwert: 2.42

Standardabweichung: 0.81

Wortlaut im Fragebogen: „Wie fühlen Sie sich in der Regel vor oder während Aufführungen?“

Variablenname	Inhalt	Mittelwert Standardabweichung	Item-Skala Korrelation
K12S	Selbst wenn ich hart arbeite, um mich auf eine Aufführung vorzubereiten, werde ich wahrscheinlich Fehler machen.	3.19 1.21	.40
K13S	Der Gedanke an die Beurteilung, die ich bekommen könnte, beeinträchtigt meine Leistung.	2.49 1.16	.82
K14S	Ich bin oft über eine negative Reaktion vom Publikum besorgt.	2.14 1.07	.75
K15S	Ich mache mir Sorgen, dass eine schlechte Aufführung meine Karriere ruinieren könnte.	1.82 1.14	.68
K16S	Nach der Aufführung mache ich mir Sorgen, ob ich gut genug gespielt habe.	2.49 1.09	.79
K17S	Nach einer Aufführung spiele ich sie in Gedanken wieder und wieder durch.	2.08 1.03	.59
K18S	Ich mache mir Sorgen, von anderen bewertet zu werden.	2.67 1.19	.85
K19S	Ich mache mir Sorgen um mein eigenes Urteil über meine Aufführung.	2.52 1.34	.75

7.3 Dimension 3 – Ängstliche Befürchtungen

Reliabilität: Cronbach's alpha = 0.63

Gesamtmittelwert: 2.01

Standardabweichung: 0.70

Wortlaut im Fragebogen: „Wie fühlen Sie sich in der Regel vor oder während Aufführungen?“

Variablenname	Inhalt	Mittelwert Standardabweichung	Item-Skala Korrelation
K20ÄB	Vor einem Konzert weiß ich nie, ob ich das Stück gut aufführen werde.	2.23 0.97	.82

K21ÄB	Sogar in den stressigsten Aufführungssituationen bin ich zuversichtlich, dass ich eine gute Leistung erbringen werde.	2.37 0.95	.79
K22ÄB	Aus Ängstlichkeit lasse ich lohnenswerte Aufführungsgelegenheiten aus.	1.42 0.83	.67

7.4 K-MPAI – Gesamtskala

Reliabilität: Cronbach's alpha = 0.93

Gesamtmittelwert: 2.16

Standardabweichung: 0.68

Variablenname	Inhalt	Item-Skala Korrelation
K1PS	Vor oder während einer Aufführung habe ich panikartige Gefühle.	.71
K2PS	Vor oder während einer Aufführung habe ich einen trockenen Mund.	.56
K3PS	Während einer Aufführung geht mir durch den Kopf, ob ich überhaupt durch das Stück komme.	.64
K4PS	Vor oder während einer Aufführung fühle ich mich krank oder schwach oder ich habe ein flaes Gefühl im Magen.	.70
K5PS	Vor oder während einer Aufführung erlebe ich eine erhöhte Herzfrequenz wie ein Pochen in meiner Brust.	.73
K6PS	Meine Sorge und Nervosität über meine Aufführung beeinträchtigen meinen Fokus und meine Konzentration.	.81
K7PS	Bei der Vorbereitung auf ein Konzert habe ich oft ein Gefühl von Furcht und einem bevorstehenden Desaster.	.70
K8PS	Vor oder während einer Aufführung habe ich eine erhöhte Muskelspannung.	.70
K9PS	Vor einer Aufführung mache ich mir so viele Sorgen, dass ich nicht schlafen kann.	.66
K10PS	Vor oder nach einer Aufführung leide ich unter Schütteln, Zittern oder Zucken.	.57

K11PS	Ich bleibe dem Aufführen verbunden, auch wenn es mir erhebliche Angst bereitet.	.56
K12S	Selbst wenn ich hart arbeite, um mich auf eine Aufführung vorzubereiten, werde ich wahrscheinlich Fehler machen.	.40
K13S	Der Gedanke an die Beurteilung, die ich bekommen könnte, beeinträchtigt meine Leistung.	.75
K14S	Ich bin oft über eine negative Reaktion vom Publikum besorgt.	.66
K15S	Ich mache mir Sorgen, dass eine schlechte Aufführung meine Karriere ruinieren könnte.	.56
K16S	Nach der Aufführung mache ich mir Sorgen, ob ich gut genug gespielt habe.	.70
K17S	Nach einer Aufführung spiele ich sie in Gedanken wieder und wieder durch.	.52
K18S	Ich mache mir Sorgen, von anderen bewertet zu werden.	.79
K19S	Ich mache mir Sorgen um mein eigenes Urteil über meine Aufführung.	.67
K20ÄB	Vor einem Konzert weiß ich nie, ob ich das Stück gut aufführen werde.	.66
K21ÄB	Sogar in den stressigsten Aufführungssituationen bin ich zuversichtlich, dass ich eine gute Leistung erbringen werde.	.43
K22ÄB	Aus Ängstlichkeit lasse ich lohnenswerte Aufführungsgelegenheiten aus.	.53

zu invertierendes Item: K21ÄB

8 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.
- Kenny, D. T. (2017). *Kenny Music Performance Anxiety Inventory—Certified German translation*. Unpublished. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.22381.59367>
- 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., Goetz, 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*.

2. Deskriptive Statistik der Stichprobenvariablen

1. Musikstil

Musikstil	Häufigkeit	Musikstil	Häufigkeit
Barock	5	Musicals	3
Blasmusik	47	Opern/Operetten	3
Blues	2	Pop	14
Funk	1	Rap	1
Indie	1	Rock	3
Jazz	6	Romantik	8
Klassik	150	Schlager	2
Moderne	10	Volksmusik	14

2. Prozent des Einkommens durch die Musik

Einkommen	Häufigkeit	Prozent	Prozent gültig	Prozent kumulativ
0%	73	34.112	34.597	34.597
10%	19	8.879	9.005	43.602
20%	7	3.271	3.318	46.919
30%	3	1.402	1.422	48.341
40%	3	1.402	1.422	49.763
50%	6	2.804	2.844	52.607
60%	1	0.467	0.474	53.081
70%	5	2.336	2.370	55.450
80%	6	2.804	2.844	58.294
90%	17	7.944	8.057	66.351
100%	71	33.178	33.649	100.000
Fehlend	3	1.402		
Gesamt	214	100.000		

3. Gespielte Instrumente

Instrument	Häufigkeit	Instrument	Häufigkeit
Akkordeon	3	Klarinette	24
Alt-Saxofon	2	Klavier	36
Altflöte	2	Kontrabass	10
Blockflöte	7	Mandoline	1
Bratsche/Viola	24	Oboe	12
Cello	22	Pauke	2
Englischhorn	4	Posaune	11
Euphonium	1	Querflöte	24
Fagott	5	Saxophon	10
Flügelhorn	8	Schlagzeug	11
Flöte	4	Tenorhorn	7
Geige/Violine	48	Trompete	22
Gitarre	8	Tuba	5
Horn	6	Waldhorn	1

4. Hauptinstrument

Instrument	Häufigkeit	Prozent	Prozent gültig	Prozent kumulativ
Akkordeon	1	0.467	0.503	0.503
Alt-Saxofon	1	0.467	0.503	1.006
Altflöte	1	0.467	0.503	1.509
Bratsche/Viola	16	7.476	8.042	9.551
C-Flöte	1	0.467	0.503	10.054
Cello	18	8.411	9.045	19.099
Dirigieren	1	0.467	0.503	19.602
Euphonium	1	0.467	0.503	20.105
Fagott	4	1.869	2.010	22.115
Flügelhorn	4	1.869	2.010	24.125
Flöte	2	1.402	1.508	25.633
Geige/Violine	38	19.158	20.604	46.237
Horn	6	2.804	3.015	49.252
Klarinette	23	11.214	12.063	61.315
Kontrabass	8	3.738	4.020	65.335
Oboe	9	4.672	5.026	70.361
Pauke	3	1.401	1.509	71.870
Posaune	7	3.271	3.518	75.388
Querflöte	17	7.944	8.543	83.931
Trommel	1	0.467	0.503	84.434
Saxophon	6	2.803	3.016	87.450
Schlagzeug	4	1.869	2.011	89.461
Tenorhorn	5	2.336	2.513	91.974
Trompete	11	5.607	6.031	98.005
Tuba	3	1.402	1.508	99.513
Waldhorn	1	0.467	0.503	100.000
Fehlend	15	7.005		
Gesamt	214	100.000		

5. Anzahl Solistischer Passagen innerhalb eines Orchesterstücks

Anzahl Solos	Häufigkeit	Prozent	Prozent gültig	Prozent kumulativ
0%	53	24.766	25.118	25.118
10%	68	31.776	32.227	57.346
20%	25	11.682	11.848	69.194
30%	20	9.346	9.479	78.673
40%	12	5.607	5.687	84.360
50%	9	4.206	4.265	88.626
60%	4	1.869	1.896	90.521
70%	6	2.804	2.844	93.365
80%	3	1.402	1.422	94.787
90%	5	2.336	2.370	97.156
100%	6	2.804	2.844	100.000
Fehlend	3	1.402		
Gesamt	214	100.000		

6. Spieljahre, Orchester- und Publikumsgröße

Variable	M	SD	min/max
Years 1	25.472	14.089	3 - 77
Years 2	13.098	6.212	1 - 35
Years 3	20.768	13.029	1 - 61
Years 4	14.421	12.722	0.50 - 70
Nper 1	44.958	25.147	9 - 250
Aa 1	544.463	511.921	15 – 3000
Aa 2	50.357	71.079	1 - 600

*Anmerkung: Years1 = Anzahl der Jahre, die man das Instrument spielt; Years2 = Anzahl der Unterrichtsjahre; Years3 = Anzahl der Bühnenjahre; Years4 = Stundenanzahl der Proben pro Woche; Nper1 = Anzahl weiterer Personen auf der Bühne; Aa1 = Durchschnittliches Publikum; Aa2 = Durchschnitt jährlicher Auftritte

7. Intrinsische Motivation

Variable	M	SD	min/max
Motivation	4.17	0.73	1.67 - 5

*Anmerkung: 5 stufige Likert-Skala, höhere Werte indizieren höhere intrinsische Motivation

3. Deskriptive Statistik der Subskalen des Gruppenvergleichs

Variable	Selbstkonzept		Selbstwirk-samkeit		Intrinsische Va-lenz		Bedeutung d. Leistung		Persönliche Be-deutung	
	Beruf	Hobby	Beruf	Hobby	Beruf	Hobby	Beruf	Hobby	Beruf	Hobby
Gültig	101	107	101	107	102	109	102	109	102	109
M	4.05	3.45	4.11	3.51	4.39	4.24	4.71	4.33	4.76	4.49
SD	0.53	0.74	0.66	0.75	0.69	0.67	0.41	0.70	0.40	0.64
min	2.6	1.8	1.67	1.67	2.33	1.67	3	1.5	3	1.67
max	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5