

# Sport und Persönlichkeitsentwicklung – Förderung des Selbstkonzepts





## Doppelauftrag Schulsport:

Entwicklungsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport  
und  
Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)
- Etwas wagen und verantworten (C)
- Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)
- Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)



## Doppelauftrag Schulsport:

Entwicklungsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport  
und  
Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)
- Etwas wagen und verantworten (C)
- Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)
- Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

# Differentielle Psychologie - Persönlichkeitspsychologie

## Grundfrage: Wie und warum unterscheiden sich Menschen?

Mögliche Unterscheidungskategorien

- Genetische Ausstattung
- Persönlichkeitseigenschaften/Temperament (States und Traits)
- Leistungs-/Fähigkeitsmerkmale (Intelligenz, Begabung/Talent)
- Kognitionen (Werte, Einstellungen, Motivation, Volition, Selbstkonzept)

# Selbstkonzept

Unterscheidung von *I* (*aktives Bewusstsein*) und *Me* (*reflektierte und reflektierbare Identität*) bereits bei William James (1890)

„Gesamtheit der auf die eigene Person bezogenen Beurteilungen und Bewertungen eines Individuums, also die Gesamtheit aller Einstellungen zu sich selbst“ (Mummendey, 2006)

Spezifisch für einzelne Fähigkeits-/Verhaltensbereiche

Entwicklung ab Kindesalter

# Entwicklung des Selbstkonzepts

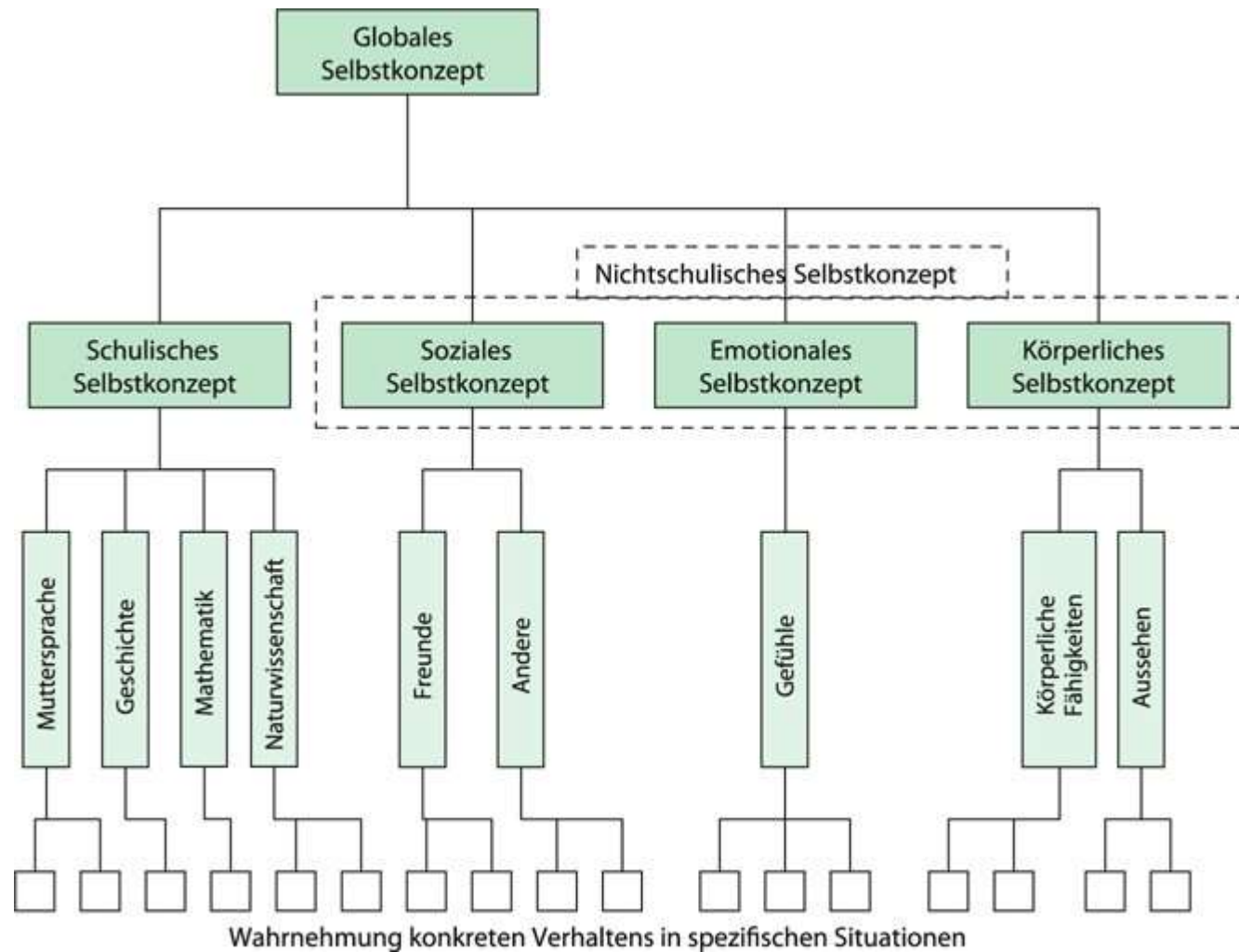
Schon im Kleinkindalter Bewusstsein von eigenen Fähigkeiten

- meist übertrieben positiv
- Unfähigkeit zwischen Anstrengung und Fähigkeit zu unterscheiden
- Unfähigkeit zwischen Wünschen und Erwartungen zu unterscheiden

Mit Schulalter realistischere Einschätzung

- durch sozialen Vergleich
- durch Erfahrung mit Leistungsbewertung

# Selbstkonzept



Nach Shavelson, 1976

# Berner Interventionsstudie Schulsport (BISS)

(Conzelmann, Schmidt, Valkanover, 2011)

## Untersuchung 2008 (Januar bis November)

Insgesamt 23 5. Klassen aus dem Kanton Bern (CH)

17 Interventionsgruppen, 6 Kontrollgruppen

446 (390) SuS

47,1 % Mädchen, 52,9 % Jungen

Alter 11,91 Jahre (SD = 0,55)

LehrerInnen 60,9 % Frauen, 39,1 % Männer

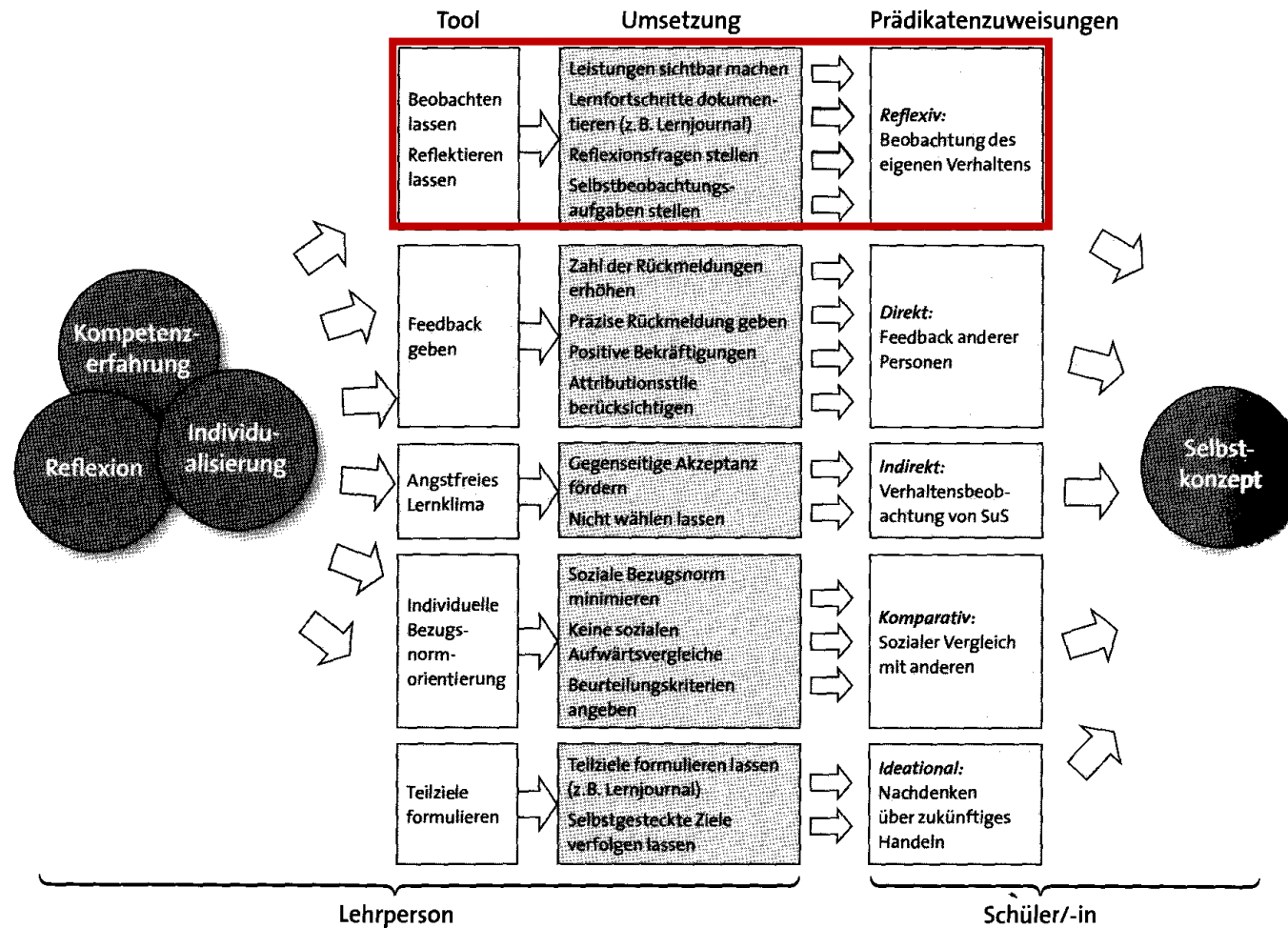
Alter 33,83 Jahre (SD = 9,02)

Quasiexperimentelles Design

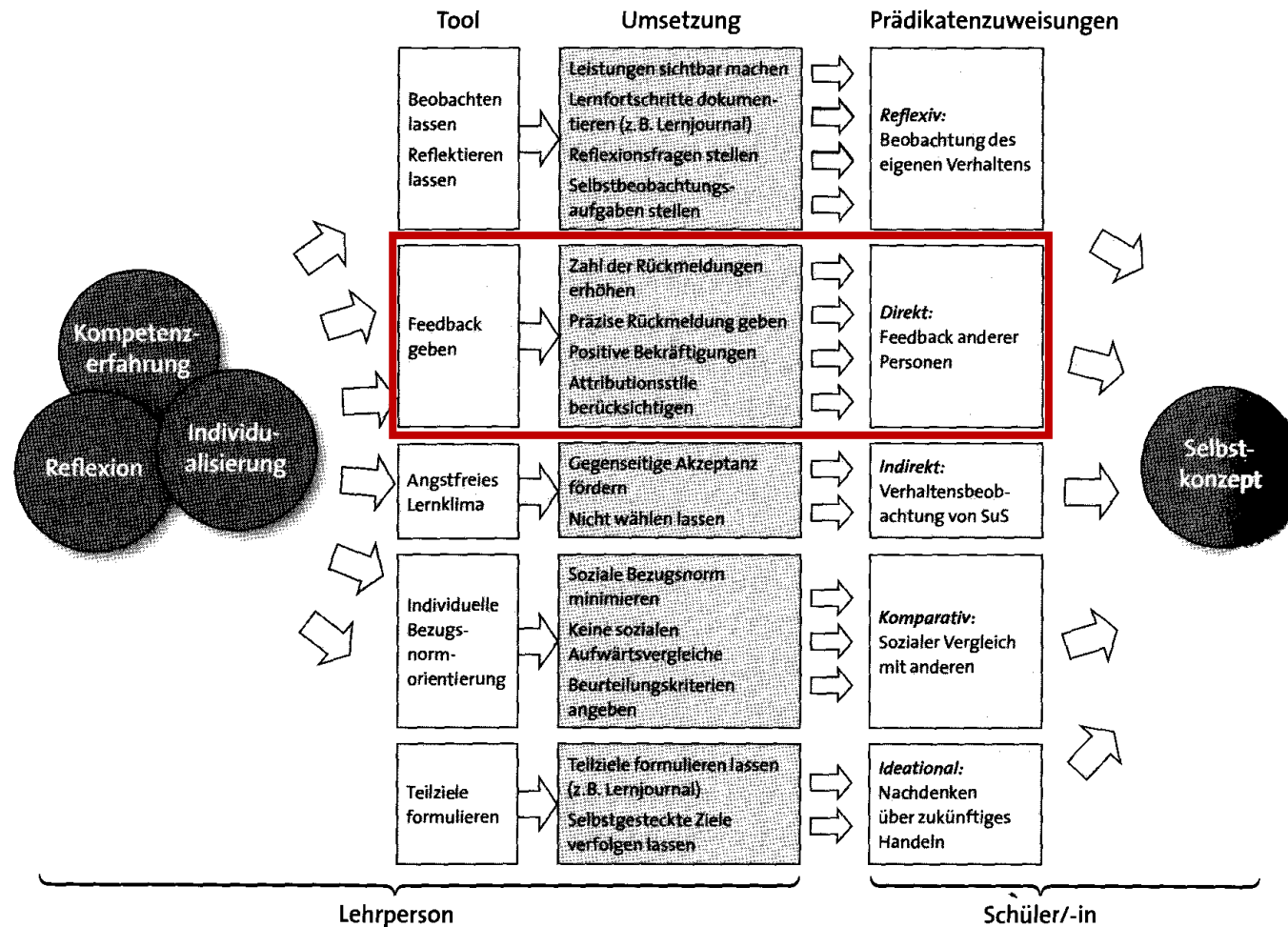
3 Module: Spiel, Wagnis, Leistung



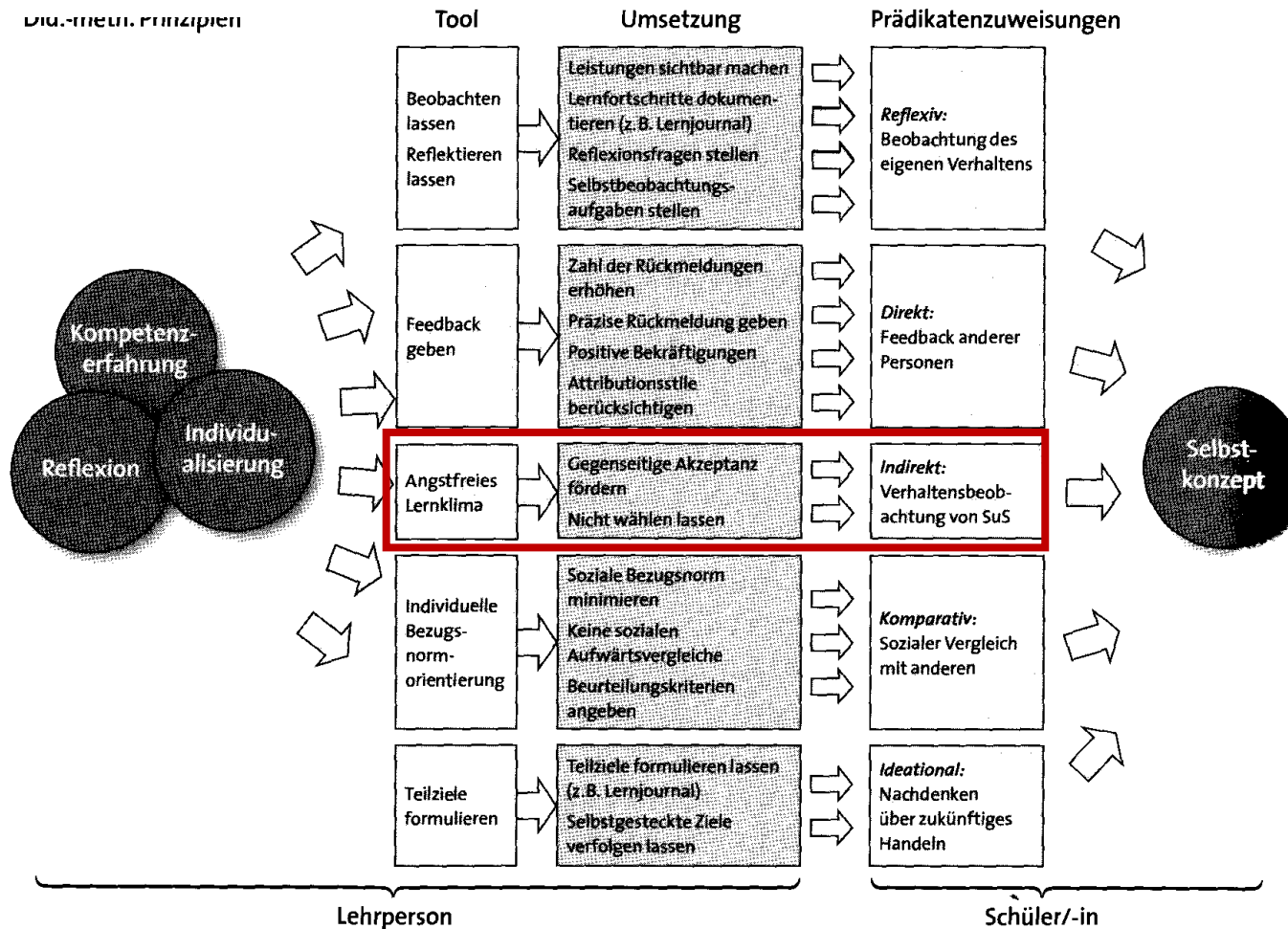
# Didaktische Prinzipien



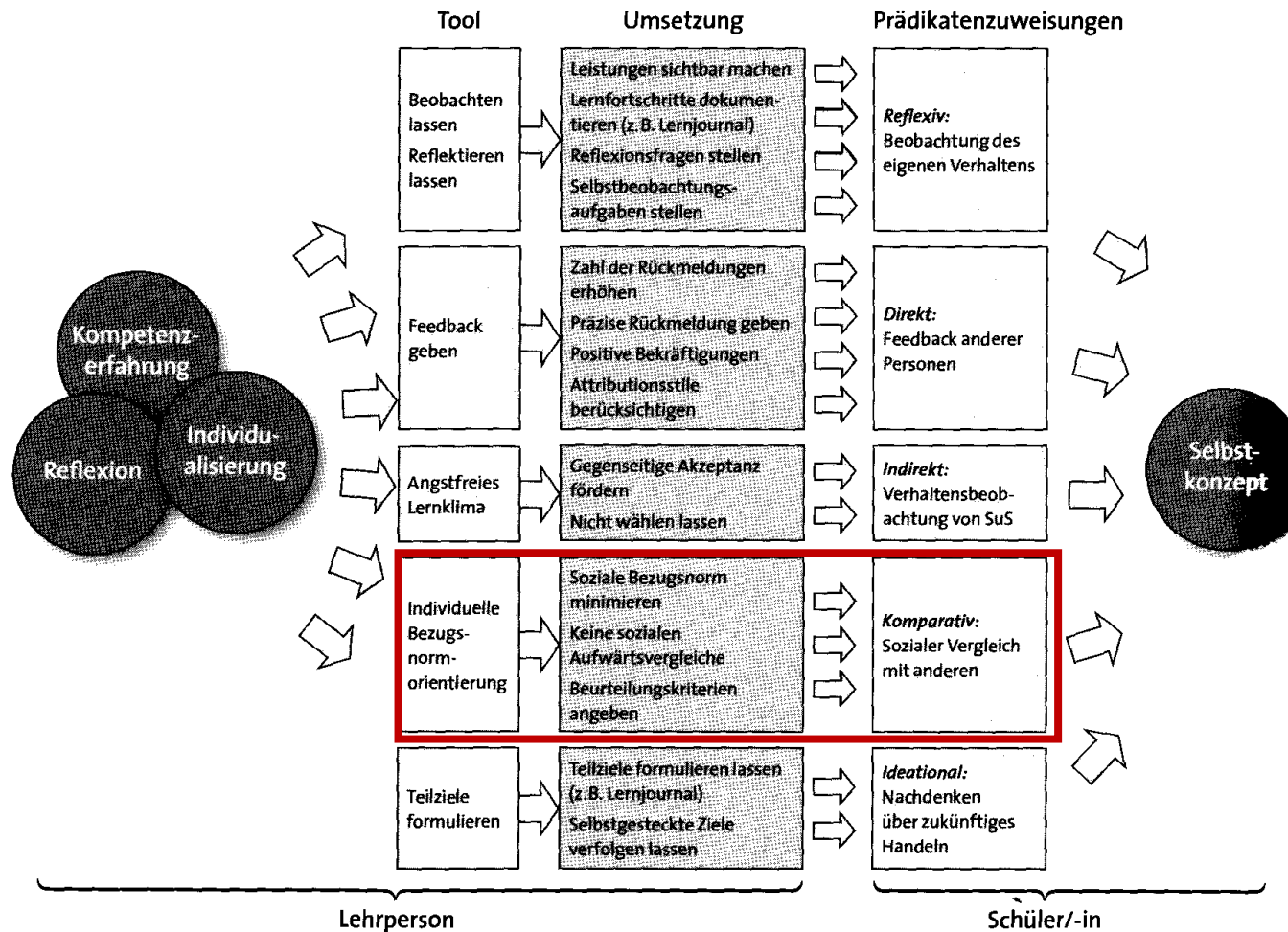
# Didaktische Prinzipien



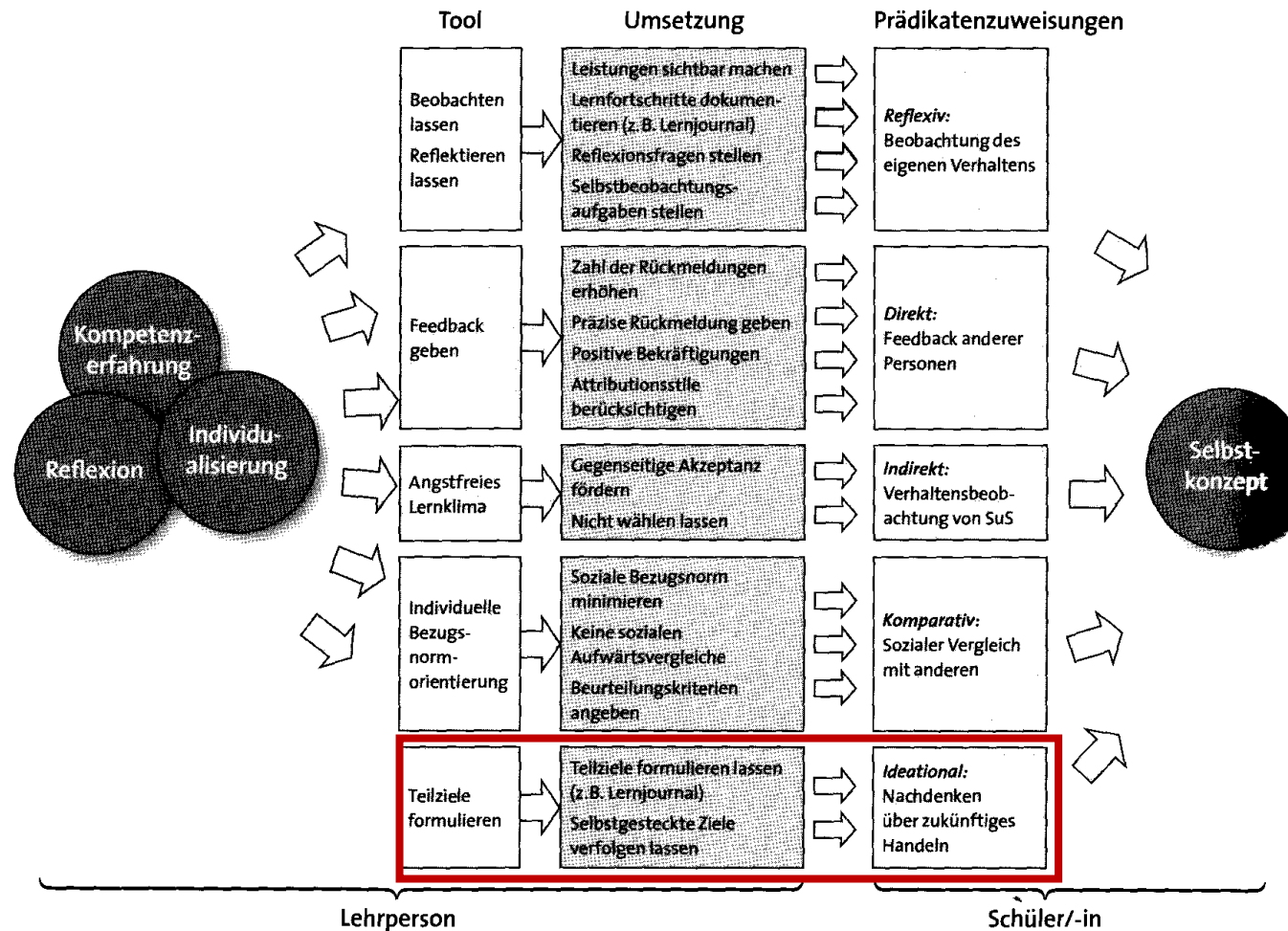
# Didaktische Prinzipien



# Didaktische Prinzipien



# Didaktische Prinzipien





# Ergebnisse

## Modul Spiel

- Tendenzielle Steigerung von *Teamfähigkeit, soziale Akzeptanz und Perspektivenübernahme*
- Signifikanter Anstieg von **sozialer Selbstwirksamkeitserwartung**

## Modul Wagnis

- Signifikante Verbesserung von **Erfolgszuversicht, sportbezogener Angst vor Leistungsversagen, Körperselbstwert**
- Tendenz für reduzierte *Furcht vor Misserfolg*

## Modul Leistung

- Erhöhte *Veridikalität* (bessere Übereinstimmung von eigener Einschätzung und tatsächlicher Leistung)