

Besteht ein Zusammenhang zwischen der Wettkampfstressanfälligkeit und der Verletzungshäufigkeit bei jugendlichen Fussballspielern?

Karin Moesch¹, Ruedi Stirnimann¹, Brigitte Daxelholfer², Alain Meyer², Felicia Ritter², Fabienne Roth², Daniel Birrer¹
¹Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen, ²Hochschule für Angewandte Psychologie, Fachhochschule Nordwestschweiz

Schlüsselwörter: Verletzungsrisiko, Wettkampfstressanfälligkeit, Fussball

Einleitung und theoretische Grundlagen

Verletzungen sind im Sport ein immer wiederkehrendes Thema. Für Hochleistungssportler bedeutet eine Verletzung immer einen Einschnitt in den Lebensrhythmus mit unklaren Konsequenzen für die körperliche Leistungsfähigkeit und den weiteren Verlauf der sportlichen Karriere.



Das Stress-Verletzungsmodell von Williams und Andersen (1998; siehe Abbildung 1) stellt die theoretische Grundlage der vorliegenden Studie dar. Der Einfluss der im Modell postulierten psychologischen Faktoren auf Sportverletzungen konnte in vielen Studien bestätigt werden, wobei u.a. die Bedeutung der Wettkampfstressanfälligkeit hervorgehoben wird (Junge, 2000). Diverse Forschungsbefunde bestätigen einen positiven Zusammenhang zwischen Wettkampfstressanfälligkeit und Verletzungsintensität resp. -häufigkeit (z. B. Blackwell & McCullagh, 1990; Hansson, McCullagh & Tonymon, 1992; Junge, Dvorak, Rösch, Graf-Baumann, Chomiak & Peterson, 2000; Lavalley & Flint, 1996; Petrie, 1993). In der vorliegenden Untersuchung soll überprüft werden, ob ein Zusammenhang zwischen Wettkampfstressanfälligkeit und verschiedenen retrospektiv erhobenen Verletzungsparametern bei jugendlichen Fussballspielern besteht.

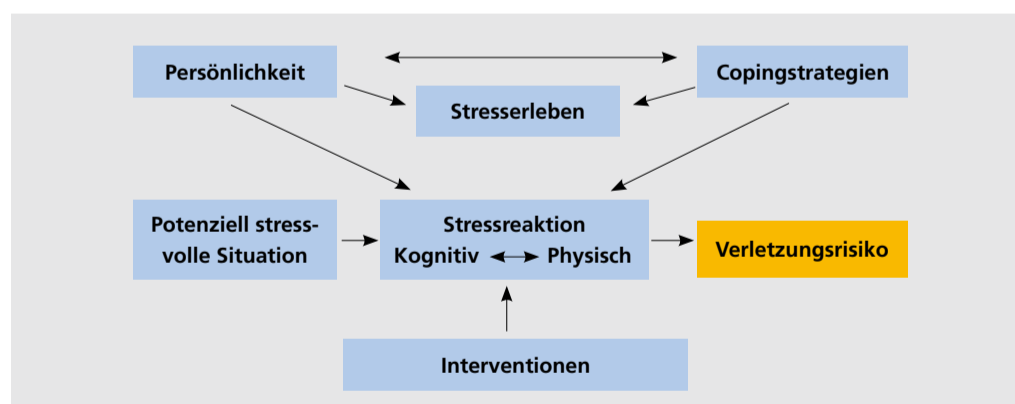


Abbildung 1: Stress-Verletzungsmodell von Williams und Andersen (1998)

Methode

Es wurden 117 leistungsorientierte Fussballspieler aus Super- und Challenge League Clubs der Nordwestschweiz im Alter von 14 bis 20 Jahren ($M = 15.77$; $SD = 1.65$) mit dem Wettkampf-Angst-Inventar Trait (WAI-T; Internetportal Sportpsychologie, 2007) befragt, welches aus den Skalen somatische Angst, Besorgnis und Konzentrationsstörungen besteht. Die internen Konsistenzen der Skalen (Reliabilitäten nach Cronbach's α) liegen bei einem Sample von 414 deutschen Sportlerinnen und Sportlern im Alter von 9 bis 48 Jahren ($M = 22.1$; $SD = 7.1$) bei .77 (Konzentrationsstörung), .81 (somatische Angst) und .83 (Besorgnis; Internetportal Sportpsychologie, 2007). Die Verletzungsparameter wurden retrospektiv mittels Selbstbeurteilung wie folgt erhoben: i) Verletzungsanfälligkeit auf einer Skala von 1 bis 10; ii) Häufigkeit verletzungsbedingter Abwesenheit vom Training während der vergangenen Saison (vier Kategorien von «weniger als 5 Mal» bis «mehr als 20 Mal») sowie iii) die Anzahl erlittener Verletzungen während der vergangenen Saison (vier Kategorien von «0 Mal» bis «mehr als 5 Mal»). Für die Auswertung wurden Spearman-Korrelationen berechnet.

Ergebnisse

Wie in Tabelle 1 ersichtlich ist, sind die Korrelationen zwischen den erhobenen Verletzungsparametern und den Variablen der Wettkampfstressanfälligkeit allesamt nicht signifikant.

	Skala	1	2	3	4	5	6
1	Verletzungsanfälligkeit	1					
2	Häufigkeit verletzungsbedingter Abwesenheit vom Training	.39**	1				
3	Anzahl erlittener Verletzungen	.42**	.27**	1			
4	Somatische Angst	.07	-.01	.14	1		
5	Besorgnis	.12	.04	.01	.48**	1	
6	Konzentrationsstörung	.08	-.12	.00	.18**	.42**	1

Anmerkung. $N = 117$; ** $p < 0.01$, (2-seitig)

Tabelle 1: Korrelationsmatrix aller Variablen

Diskussion und Konklusion

Mit den vorliegenden Resultaten können die einleitend berichteten Forschungsergebnisse nicht bestätigt werden. Folgende Gründe könnten für die unerwarteten Resultate verantwortlich sein:

- Überforderung der jugendlichen Fussballspieler auf Grund der Komplexität und der Länge des Fragebogens
- Probleme bei der Adaptation des WAI-T auf Schweizer Verhältnisse resp. das Alter der Befragten
- Grosse Ungenauigkeit auf Grund der retrospektiven Selbstbeurteilungen

In der Literatur wird im Zusammenhang mit der Erfassung der Verletzungsparameter der Objektivität (Selbst- vs. Fremdbeurteilung) und der zeitlichen Dimension (retrospektiv vs. prospektiv) der Datenerfassung besondere Beachtung geschenkt (siehe z.B. Williams & Andersen, 2007). Grundsätzlich sollten in zukünftigen Studien diese beiden Punkte beachtet werden, um qualitativ gute Daten zu bekommen. Es bleibt abzuwarten, wie die Resultate mit den in dieser Studie ebenfalls erhobenen, aber noch nicht ausgewerteten objektiv durch die Trainer erfassten Verletzungshäufigkeiten und verletzungsbedingten Trainingsausfällen der Spieler, ausfallen werden. Letztendlich muss auch kritisch hinterfragt werden, ob der Zusammenhang, wie er zurzeit in der Literatur postuliert wird, nicht aufgrund eines *publication bias* bislang tendenziell überschätzt wurde.



Literatur

- Blackwell, B. & McCullagh, P. (1990). The relationship of athletic injury to life stress, competitive anxiety, and coping resources. *Journal of Athletic Training*, 25, 23–27.
- Hanson, S. J.; McCullagh, P. & Tonymon, P. (1992). The relationship of personality characteristics, life stress, and coping resources to athletic injury. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 14, 262–272.
- Internetportal Sportpsychologie (2007). Wettkampf-Angst-Inventar Trait. Ein sportpsychologischer Kurzfragebogen zur Messung von Wettkampfstressanfälligkeit von Sportlerinnen und Sportlern. Zugriff am 5. Januar 2009 unter http://www.bisp-sportpsychologie.de/cIn_090/nn_18072/SpoPsy/DE/Diagnostikportal/Angst/Sportlerfragebogen/Aengstlichkeit/Aengstlichkeit__einfuehrung.html?_nnn=true
- Junge, A. (2000). The influence of psychological factors on sports injuries. *The American Journal of Sports Medicine*, 28, 10–15.
- Junge, A.; Dvorak, J.; Rösch, D.; Graf-Baumann, T.; Chomiak, J. & Peterson, L. (2000). Psychological and sport-specific characteristics of football players. *American Journal of Sports Medicine*, 28, 22–28.
- Lavalley, L. & Flint, F. (1996). The relationship of stress, competitive anxiety, mood state, and social support to athletic injury. *Journal of Athletic Training*, 31, 296–299.
- Petrie, T. A. (1993). Coping skills, competitive trait anxiety, and playing status: moderating effects on the life stress-injury relationship. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 15, 261–274.
- Williams, J.M.; Andersen, M.B. (1998). Psychosocial antecedents of sport injury: Review and critique of the stress and injury model. *Journal of Applied Sport Psychology*, 10, 5–25.
- Williams, J.M.; Andersen, M. B. (2007). Psychosocial antecedents of sport injury for risk reduction. In G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Hrsg.), *Handbook of Sport Psychology* (3. Aufl.). (S. 379–403). Hoboken: John Wiley & Sons.