

KÖRPERUNZUFRIEDENHEIT, ANGSTERLEBEN UND PRÄFERENZEN DIDAKTISCHER INSZENIERUNGEN IM SPORTUNTERRICHT DER GRUNDSCHULE

von Elke Grimminger-Seidensticker, Johanna Korte, Aiko Möhwald und Jörg Trojan

ZUSAMMENFASSUNG | Im Jugendalter spielt Körperunzufriedenheit eine wichtige Rolle für das negative Erleben von Sportunterricht. Für das Kindesalter liegen hierzu bislang keine Studien vor. Aus diesem Grund wurde untersucht, welche Bedeutung Körperunzufriedenheit für die Angst vor dem Sportunterricht und für die Präferenz didaktischer Inszenierungen im Sportunterricht bei Kindern im Grundschulalter hat. An der Studie nahmen $N = 824$ Kinder teil ($M = 9,21$ Jahre; 49,9 % Mädchen; 73,1 % normalgewichtig). Über einen Fragebogen wurden Körperunzufriedenheit, Angst vor dem Sportunterricht und die Präferenz didaktischer Inszenierungen erfasst; ausgewählte Testaufgaben des *Deutschen Motorik-Tests* bildeten die motorische Leistungsfähigkeit ab. Die Ergebnisse zeigen, dass normalgewichtige, körperunzufriedene Kinder größere Angst vor dem Sportunterricht haben und häufiger körperliche Exponiertheit im Sportunterricht vermeiden möchten als normalgewichtige, körperzufriedene Kinder. Körperunzufriedenheit spielt folglich schon im Grundschulalter eine Rolle für das Erleben von Sportunterricht und sollte als Heterogenitätsdimension bei der Planung von Sportunterricht berücksichtigt werden.

Schlüsselwörter: Angst; Didaktische Inszenierungen; Grundschulalter; Körperunzufriedenheit; Sportunterricht

BODY DISSATISFACTION, FEAR AND PREFERENCE OF PEDAGOGICAL SETTINGS IN PHYSICAL EDUCATION OF PRIMARY SCHOOL.

ABSTRACT | In adolescence, body dissatisfaction is related to negative experiences of physical education. To date, there is no research about this relationship in childhood. Therefore, we examined the role of body dissatisfaction for primary school children's experience of fear and preference of didactical settings in physical education. In total, $N = 824$ children ($M = 9.21$ years; 49.9 % girls; 73.1 % of normal weight) were enrolled in this study. Body dissatisfaction, fear of physical education and preference of pedagogical settings were collected by means of a questionnaire; selected items of the *German Motor Ability Test* measured motor ability. The results show that normal weight children who are dissatisfied with their body display more fear of physical education and prefer to avoid body exposure in physical education more often than normal weight children who are satisfied with their body. Finally, body dissatisfaction already plays a role in physical education in primary school, and it should be considered as a heterogeneity dimension in the planning of physical education.

Key Words: Body dissatisfaction; Didactical setting; Fear; Physical education; Primary school

KÖRPERUNZUFRIEDENHEIT, ANGSTERLEBEN UND PRÄFERENZEN DIDAKTISCHER INSZENIERUNGEN IM SPORTUNTERRICHT DER GRUNDSCHULE

1 | PROBLEMSTELLUNG UND THEORETISCHE HINFÜHRUNG

Der Körper nimmt im Sportunterricht eine zentrale Position ein. Er steht im Mittelpunkt des Geschehens, der Aufmerksamkeit und der Betrachtung anderer. Die Wahrnehmung von Differenzen und Abweichungen von körperlichen Normen oder von sportlichen Normwerten kann zu Beschämung und belastenden psychosozialen Erfahrungen führen (Wiesche & Klinge, 2017; Miethling & Krieger, 2004). Vor allem aus Studien zu übergewichtigen und adipösen Kindern wird deutlich, wie der Sportunterricht als potenzieller Konstruktions- und Legitimationsort „körperlicher Normalität“ fungiert (u. a. Möhwald, 2014).

Eine Sonderauswertung des ersten Kinder- und Jugendgesundheits surveys (KiGGS) zum Gewichtsstatus verdeutlicht, dass nicht nur der über den Body-Mass-Index (BMI) objektiv ermittelte Gewichtsstatus eine wichtige Rolle für die psychosoziale kindliche Entwicklung spielt, sondern v. a. die Zufriedenheit mit dem eigenen Gewicht (Kurth & Ellert, 2008). So empfanden sich im KiGGS 49,4 % der normalgewichtigen 11- bis 17-jährigen Mädchen und 26,2 % der normalgewichtigen 11- bis 17-jährigen Jungen als (viel) zu dick. Kurth und Ellert (2008) prägten für diese Kinder und Jugendlichen den Begriff des „gefühlten Übergewichts“ als eine im Körperbild verankerte, negativ-affektive Bewertung des eigenen Körpers (Cash, Melnyk & Hrabosky, 2004). Das Körperbild ist eine „loose mental representation of the body’s shape, form and size, which is influenced by a variety of historical, cultural and social, individual and biological factors, which operate over varying time-spans“ (Slade, 1994, S. 502). So besteht das Körperbild aus einer perzeptuellen (sensorischen; informationsverarbeitenden) und kognitiv-affektiven Komponente, welche zu Verhaltensstrategien (behaviorale Komponente) führen kann (Tuschen-Caffier, 2008). Körperunzufriedenheit, wie z. B. in Form von gefühltem Übergewicht, kann dann durch verschiedene Prozesse entstehen. Sie kann durch eine dysfunktionale kognitive Informationsverarbeitung, z. B. die gedankliche Abwertung des eigenen Körpers im Vergleich zu Schönheitsidealen (Stormer & Thompson, 1996), entstehen oder durch verzerrte Wahrnehmungsprozesse der eigenen Figur, z. B. als Überschätzung der eigenen Körperausmaße (Vocks, Legenbauer, Rüdell & Troje, 2007). Verhaltensbezogen kann sich Körperunzufriedenheit in Vermeidungsverhalten (Rosen, Srebnik, Saltzberg & Wendt, 1991) äußern, z. B. in einer Meidung des Sport- und Bewegungskontexts (Tiggemann, 2001), oder in Kontrollverhalten im Sinne eines „body checkings“ (Reas, Whisenhunt, Netemeyer & Williamson, 2002) oder in Körperarbeit wie Sporttreiben oder Diät halten (Szymanski & Cash, 1995; Cash et al., 2004). Entwicklungspsychologischen Ansätzen folgend, ist das Körperbild dynamisch: in Abhängigkeit von der Situation kann es sich verändern. So können immer wieder neue Erfahrungen in das Körperbild integriert werden (Boeger, 2010).

Körperunzufriedenheit kann bereits im (frühen) Kindesalter auftreten. Im Alter von 8 bis 14 Jahren berichten etwa 40 bis 45 % der Kinder von einer figur- oder gewichtsbezogenen Körperunzufriedenheit (Dion et al., 2016). Im Kindes- und Jugendalter korreliert Körperunzufriedenheit mit

subklinischen und klinischen Essstörungen (Berger, Schilke & Strauss, 2005; Stice, 2002), Depressionen (Johnson & Wardle, 2005) sowie Selbstmordgedanken (Crow, Eisenberg, Story & Neumark-Sztainer, 2008). Bei Kurth und Ellert (2008) wiesen die gefühlt Übergewichtigen im Vergleich zu tatsächlich übergewichtigen Kindern und Jugendlichen, die sich als „genau richtig“ einschätzten, eine geringere Lebensqualität auf. Folglich kann Körperunzufriedenheit als Risiko für die kindliche psychosoziale Entwicklung betrachtet werden.

Die Rolle von Bewegung und Sport ist im Zusammenhang mit Körperunzufriedenheit im Kindes- und Jugendalter weitestgehend ungeklärt. Auf der einen Seite nutzen Kinder und Jugendliche Bewegung und Sport, um an der Körperunzufriedenheit zu „arbeiten“ (für das Jugendalter: Kantanista, Osinski, Borowiec, Tomczak & Krol-Zielinska, 2015; für das Kindesalter: Grimminger-Seidensticker, Möhwald, Korte & Trojan, 2018), was allerdings auch in exzessives (pathologisches) Sporttreiben münden kann (Neumark-Sztainer, Paxton, Hannan, Haines & Story, 2006). Im (frühen) Erwachsenenalter sowie im Jugendalter zeigen sich positive Effekte bewegungsbezogener Interventionen auf die Körperunzufriedenheit (Campbell & Hausenblas, 2009; Hausenblas & Fallon, 2006). Allerdings ist es ebenso möglich, dass Kinder und Jugendliche den Kontext von Bewegung und Sport bewusst meiden, da der Körper besonders im Fokus steht, und sie unterschiedliche negative körperbezogene Erfahrungen machen (Beltrán-Carrillo, Devís-Devís, Peiró-Velert & Brown, 2012; Tiggemann, 2001), was sich in Angst vor dem Kontext äußern kann. Dem transaktionalen Stressmodell von Lazarus und Folkman (1984) folgend, entsteht Angst dadurch, dass eine Situation, z. B. das Vormachen einer Bewegung, als bedrohlich wahrgenommen wird und die individuellen Bewältigungsmöglichkeiten als unzureichend eingeschätzt werden. Dabei kann die Aufgeregtheit als physiologische Erregung von der Besorgnis als belastende, v. a. zukunftsgerichtete Kognition unterschieden werden (Krohne, 1996). Aufgeregtheit und Besorgnis können in diesem Kontext als konkrete Angstkomponenten gegenüber dem Sportunterricht als besonderes schulisches Pflichtfach zum Ausdruck gebracht werden, da der Sportunterricht das einzige Schulfach ist, in dem der Körper, seine Ästhetik und Leistungsfähigkeit so exponiert in den Fokus gerückt wird (Kerner, Haerens & Kirk, 2018). Dies kann besonders im Jugendalter als unangenehm bzw. beschämend erlebt werden (Hunger & Böhlke, 2017). Im Unterschied zu Angst wird Freude im Sportunterricht als bedeutsam für außerschulische sportliche Aktivität im Kindes- und Jugendalter gesehen (Sallis, Prochaska & Taylor, 2000). Das Erleben von Freude hängt wiederum vom motivationalen Klima im Sportunterricht ab, welches sich durch die Erfahrung von Autonomie, Kompetenz und sozialer Zugehörigkeit auszeichnet (Gråsten, Jaakkola, Liukkonen, Watt & Yli-Piipari, 2012). Nach der Selbstbestimmungstheorie von Deci und Ryan (1993) handelt es sich hierbei um psychologische Grundbedürfnisse, die folglich auch eine wichtige Rolle für das Erleben des Sportunterrichts spielen.

Die vorliegende Teilstudie fokussiert das Kindesalter und fragt nach der Bedeutung von Körperunzufriedenheit für das Erleben von Sportunterricht. Die Teilstudie ist eingebunden in das umfassend angelegte Forschungsprojekt „Gefühlttes Übergewicht, sportliche Aktivität und Lebensqualität im Kindesalter“¹. An der Studie nahmen insgesamt $N = 824$ Kinder ($n = 413$ Jungen; $n = 411$ Mädchen) im Alter zwischen 7 und 12 Jahren ($M = 9,21$ Jahre; $SD = 0,79$) teil. Das Erleben

1 Gefördert durch die Baden-Württemberg Stiftung.

von Sportunterricht wurde über die vor dem Sportunterricht geäußerte Angst (Aufgeregtheit; Besorgtheit) erfasst sowie über die Beurteilung unterschiedlicher didaktischer Inszenierungen im Sportunterricht, welche die psychologischen Grundbedürfnisse der Selbstbestimmungstheorie nach Deci und Ryan (1993) abbilden sowie die im Sportunterricht gegebene körperliche Exponiertheit.

2 | FORSCHUNGSSTAND

Aufgrund der körperlichen Exponiertheit kann dem Sportunterricht ein besonderes Potenzial für Körpererfahrungen zugeschrieben werden. Wiesche und Klinge (2017) konnten nachweisen, dass Situationen des Schulsports, in denen der Körper im Mittelpunkt steht und Schüler/innen das Gefühl haben, vorgeführt zu werden, selbstwertverletzend wirken können. Negative Rückmeldungen in Bezug auf Körperlichkeit können bereits im Grundschulalter erfolgen, da Kinder schon ab dem Alter von 3 Jahren Körperideale verinnerlicht haben (Harriger, Calogero, Witherington & Smith, 2010).

Die wenigen Studien zur Bedeutung von Körper(un)zufriedenheit für das Erleben von Sportunterricht begrenzen sich auf das Jugendalter. Kerner (2013) konnte aufzeigen, dass Jugendliche, die sich in ihrem Körper wohlfühlen und mit ihm zufrieden sind, lieber am Sportunterricht teilnehmen, als Jugendliche, die mit ihrem Körper unzufrieden sind. Darüber hinaus belegt Kerner (2013), dass körperzufriedene Jugendliche, motiviert durch den Sportunterricht, auch außerschulisch sportlich aktiver sind als Jugendliche, die mit ihrem Körper unzufrieden sind. Während Burgess, Grogan und Burwitz (2006) in ihrer Interventionsstudie zeigen konnten, dass Schwimmunterricht Körperunzufriedenheit bei Mädchen verstärkt, wohingegen Aerobic die Körperzufriedenheit fördert und damit der Sportunterrichtsinhalt bedeutsam ist, konnten Kerner (2013) bzw. Kerner et al. (2018) keinen Zusammenhang zwischen dem Inhalt des Sportunterrichts und der Körperunzufriedenheit feststellen. Wichtiger erscheint vielmehr, dass sich Kinder mit Körperunzufriedenheit als kompetent im Sportunterricht erleben. Den Autor/innen folgend, ist eine didaktisch-methodische Inszenierung, die Kompetenzerfahrung ermöglicht, bedeutsamer als der sportunterrichtliche Inhalt. Diese Ergebnisse sind konsistent mit Studien zum Erleben des Sportunterrichts, unabhängig von Körperunzufriedenheit. So konnten Tietjens und Potthoff (2006) nachweisen, dass Ängste in Bezug auf den Sportunterricht weniger mit dem Inhalt des Sportunterrichts zusammenhängen, als vielmehr damit, wie Inhalte des Sportunterrichts vermittelt werden. Cox und Williams (2008) zeigen dahin gehend, dass ein methodisch-didaktisch aufbereiteter Unterricht, welcher die psychologischen Grundbedürfnisse nach Deci und Ryan (1993) berücksichtigt, also die individuellen Kompetenz- und Autonomieerfahrungen und die soziale Eingebundenheit der Schülerinnen und Schüler fördert, nicht nur motivationale Aspekte positiv beeinflusst, sondern auch das freudhafte Erleben des Sportunterrichts. Für das Grundschulalter halten Balz, Bindel und Frohn (2017) fest, dass das Wohlbefinden im Sportunterricht von bestimmten Spielsportinhalten in sozialverträglichen Konstellationen und geordneten Unterrichtsabläufen abhängt.

Des Weiteren belegen Studien, dass das Erleben von Sportunterricht nicht unabhängig von Geschlecht und motorischer Leistungsfähigkeit ist. So fühlen sich bereits in der Grundschule Jungen im Sportunterricht wohler als Mädchen (Gerlach, Kussin, Brandl-Bredenbeck & Brettschneider,

2006), was sich in der Sekundarstufe fortsetzt (Burrmann & Mutz, 2016). Zudem belegen Hunger (2000) sowie Balz, Bindel und Frohn (2017) die Bedeutsamkeit motorischer Leistungsfähigkeit für das Wohlbefinden im Sportunterricht (in der Grundschule).

3 | KONKRETISIERUNG DER FRAGESTELLUNGEN

Körperunzufriedenheit spielt im Jugendalter für negative Erfahrungen im Sportunterricht eine wichtige Rolle. Diese Erkenntnis mag nicht überraschend sein, da der Körper, sein Aussehen und seine Funktionalität im Sportunterricht besonders im Mittelpunkt stehen und im Jugendalter die Akzeptanz des „neuen“, durch die Pubertät sich verändernden Körpers erst einmal wiederhergestellt werden muss. Die didaktische Inszenierung scheint für das Erleben von Sportunterricht eine wichtige Rolle zu spielen. Im Grundschulalter äußern Kinder zwar auch schon Unzufriedenheit mit ihrem eigenen Körper, aber die Bedeutung der Körperunzufriedenheit für das Erleben von Sportunterricht ist für diese Altersgruppe bislang ungeklärt. Aufgrund der bisherigen Befunde ist zu erwarten, dass entsprechende Effekte durch individuelle Merkmale wie Geschlecht und motorische Leistungsfähigkeit moderiert werden. Aus diesem Grund verfolgt die vorliegende Teilstudie folgende Fragestellungen:

1. Unterscheiden sich körperunzufriedene Kinder von Kindern, die mit ihrem Körper zufrieden sind, in der dem Sportunterricht gegenüber geäußerten Angst?
2. Unterscheiden sich körperunzufriedene Kinder von Kindern, die mit ihrem Körper zufrieden sind, in der Präferenz didaktischer Inszenierungen im Sportunterricht?
3. Welche Rolle spielen individuelle Merkmale, wie Geschlecht und motorische Leistungsfähigkeit, für das Erleben von Sportunterricht im Zusammenhang mit Körperunzufriedenheit?

4 | METHODISCHE VORGEHENSWEISE

4.1 | STICHPROBE

Insgesamt nahmen 824 Schülerinnen und Schüler der 3. und 4. Grundschulklasse aus 15 Schulen und 54 Klassen in Deutschland an der Studie teil; die Anzahl von Klassen pro Schule variierte zwischen zwei und neun Klassen. In den Klassen konnten durchschnittlich 15,29 Kinder erhoben werden² (Minimum: 7 Kinder; Maximum: 24 Kinder). Die Kinder waren zwischen 7 und 12 Jahre alt ($M = 9,21$ Jahre; $SD = 0,79$; 49,9 % Mädchen). Entsprechend der BMI-Perzentilwerte nach Kromeyer-Hauschild et al. (2001) waren 73,1 % ($n = 602$) der Kinder normalgewichtig, 19,8 % ($n = 163$) übergewichtig und adipös sowie 6,5 % ($n = 53$) untergewichtig.³ Da Körperunzufriedenheit von Kindern mit Übergewicht bzw. mit Untergewicht vor dem Hintergrund der aktuell gesellschaftlich verankerten Schönheitsideale eine andere theoretische Einordnung und auch Interpretation erforderlich machen würde, werden in dieser Teilstudie nur normalgewichtige Kinder einbezogen.

Über eine hierarchische Clusteranalyse wurden die normalgewichtigen Kinder anhand drei gewichtsbezogener Items („Mein Gewicht macht mich unglücklich“, „Ich wäre gerne dünner“ und

2 Aufgrund fehlender Elterngenehmigungen nahmen nicht alle Kinder einer Klasse an der Studie teil.

3 Von $n = 6$ Kindern lagen keine anthropometrischen Daten und somit keine BMI-Werte vor.

„Ich mag mein Gewicht“) aus der im Fragebogen eingesetzten *Body Esteem Scale* (Bender, 2011; im Original Mendelson & White, 1982) in „Normalgewichtige, mit ihrem Gewicht unzufriedene Kinder“ (= gefühlt Übergewichtige) und in „Normalgewichtige, mit ihrem Gewicht zufriedene Kinder“ (= „Realisten“) eingeteilt. Letztere werden als „Realisten“ bezeichnet, da sie ihren objektiven Gewichtsstatus nicht verzerrt wahrnehmen. Tab. 1 enthält eine differenzierte Beschreibung dieser beiden Cluster und der für diese Auswertung verwendeten Stichprobe von $N = 566$ Kindern.

Tab. 1: Deskriptive Daten der „Realisten“ und gefühlt Übergewichtigen

Mädchen (Anzahl, Prozent)	Realisten ($N = 421$)		Gefühlt Übergewichtige ($N = 145$)	
	M	SD	M	SD
	189 (44,9 %)		86 (59,3 %)²	
Alter (Jahre)	9,21	0,79	9,27	0,79
Mein Gewicht macht mich unglücklich¹	1,30	0,80	3,46	1,33
Ich wäre gerne dünner¹	1,64	1,14	3,87	1,22
Ich mag mein Gewicht¹	4,35	1,06	2,74	1,31
Motorische Leistungsfähigkeit (z-Wert Gesamtscore)	101,80³	8,79	100,98	7,85
Angst vor dem Sportunterricht (SU)	1,76	0,60	2,23	0,71⁴
Kompetenzerfahrung im SU	2,90	0,87	2,98	0,83
Autonomieerfahrung im SU	3,08	0,74	3,15	0,67
Erfahrung sozialer Zugehörigkeit im SU	3,18	0,68	3,26	0,67
Vermeidung körperlicher Exponiertheit im SU	2,30	0,81	2,50	0,81⁵

Anmerkung: ¹ Fünfstufige Likert-Skala von 1 (nie) bis 5 (immer); ² signifikanter Verteilungseffekt: mehr Mädchen als Jungen sind von gefühltem Übergewicht betroffen ($\chi^2(1) = 8,97$, $C_c = .18$, $p = .003$); ³ Realisten und gefühlt Übergewichtige unterscheiden sich nicht in ihrer motorischen Leistungsfähigkeit; ⁴ hochsignifikanter Unterschied ($t(df: 547) = -7,51$, $p < .001$, Cohen's $d = 0,72$); ⁵ signifikanter Unterschied ($t(df: 550) = -2,38$, $p = 0,02$, Cohen's $d = 0,24$).

4.2 | ERHEBUNGSABLAUF

Die Studie wurde von der lokalen Ethikkommission der Universität Koblenz-Landau genehmigt. Ebenso lag eine Genehmigung der jeweiligen für die Grundschulen verantwortlichen Schulbehörden vor. Unabhängig davon wurden jedoch nur Kinder in die Studie miteinbezogen, die von ihren Eltern eine informierte Einverständniserklärung hatten und die sich am Erhebungstag selbst mit der Teilnahme an der Studie bereit erklärten. Damit wurde den Kindern ein Recht auf Selbstbestimmung eingeräumt (Docket, Einarsdottir & Perry, 2009).

Die Studie bestand insgesamt aus einer Fragebogenerhebung im Klassenzimmer (in Kleingruppen, von Testleiter/innen begleitet) sowie aus Teilen des *Deutschen Motorik-Tests* (DMT; Bös, Worth, Opper, Oberger & Woll, 2009) im Sportunterricht, in dessen Rahmen auch die anthropometrischen Daten (Körpergröße und Körpergewicht) der Kinder mit reliablen Messinstrumenten, in Sportkleidung, ohne Turnschuhe, geschützt in der Gerätegarage, erfasst wurden.

4.3 | MESSINSTRUMENTE

Neben demografischen Variablen (Geschlecht, Alter) wurde im Fragebogen über die deutschsprachige Version der *Body Esteem Scale* (BES; Bender, 2011) die gewichts- und körperbezogene (Un-)Zufriedenheit erfasst. Die 14 Items der BES lassen sich in zwei Subskalen unterteilen: „Zufriedenheit“ ($\alpha = .85$; z. B., „Ich bin stolz auf mein Aussehen“) und „Änderungswünsche“ ($\alpha = .78$; z. B., „Ich wäre gerne dünner“). Die interne Konsistenz der beiden Skalen ist gut und weist ähnliche psychometrische Werte wie Bender (2011) auf.

Angst in Bezug auf den Sportunterricht wurde über 6 Items erfasst (Gerlach, Wilschmann, Kehne, Oesterreich & Stucke, 2005; 4-stufige Skalierung von 1 „stimmt nicht“ bis 4 „stimmt genau“). Die Items lassen sich den beiden Subskalen „Aufgeregtheit“ ($\alpha = .46$; „Ich bin aufgeregt“) und „Besorgtheit“ ($\alpha = .60$; „Ich frage mich, ob meine Leistung ausreicht“) zuordnen. Die in dieser Studie erreichten Reliabilitätswerte in den beiden Subskalen sind leider inakzeptabel, weshalb die Items zu einer Skala „Angst vor dem Sportunterricht“ zusammengefasst wurden und damit ein zufriedenstellender Reliabilitätswert von $\alpha = .66$ erzielt werden konnte.

Die Präferenz bestimmter didaktischer Inszenierungen im Sportunterricht wurde über einen Fragebogen von Gieß-Stüber und Grimminger-Seidensticker (o. J.) erfasst. Die insgesamt 14 Items wurden in Anlehnung an die Selbstbestimmungstheorie nach Deci und Ryan (1993) sowie in Anlehnung an die Studienergebnisse von Miethling und Krieger (2004) entwickelt und können in vier Subskalen aufgeteilt werden, die 4-stufig skaliert sind (von 1 „stimmt nicht“ bis 4 „stimmt genau“): „Kompetenzerfahrung“ ($\alpha = .55$; $H = .74$; „Sportunterricht gefällt mir besonders gut, wenn ich zeigen kann, wie gut ich bin“), „Erfahrung von sozialer Zugehörigkeit“ ($\alpha = .60$; $H = .77$; „Sportunterricht gefällt mir besonders gut, wenn ich das Gefühl habe, richtig dazu zugehören“), „Autonomieerfahrung“ ($\alpha = .37$; $H = .63$; „Sportunterricht gefällt mir besonders gut, wenn ich selbst entscheiden kann, wie ich eine Aufgabe löse“) sowie „Vermeidung körperlicher Exponiertheit“ ($\alpha = .39$; $H = .64$; „Sportunterricht gefällt mir besonders gut, wenn ich nichts vormachen muss“). Da die Cronbach alpha-Werte z. T. als unzureichend eingeschätzt werden müssen, wurde für diese Skalen der H-Koeffizient im Sinne der maximalen Reliabilität berechnet. Dieser Wert trifft gleichermaßen, wenn nicht sogar besser, eine Aussage über die interne Konsistenz einer Skala, da er berücksichtigt, dass nicht alle Items gleichermaßen gewichtet sind (McNeish, 2018). Der H-Koeffizient aller Skalen wiederum ist zufriedenstellend bis gut, sodass Reliabilität angenommen werden kann.

Die motorische Leistungsfähigkeit wurde über vier ausgewählte Testaufgaben des DMT (Bös et al., 2009) erfasst: seitliches Hin- und Herspringen, Liegestütz, Standweitsprung und 6-Minuten-Lauf. Die in den einzelnen Aufgaben erzielten Leistungen wurden den entsprechenden altersspezifischen Normwerten zugewiesen und zu einem z-standardisierten motorischen Gesamtscore aufsummiert.

4.4 | AUSWERTUNGSMETHODEN

Bei der vorliegenden Stichprobe liegen geschachtelte bzw. hierarchische Daten vor. Das Erleben von Sportunterricht wird sowohl von individuellen Merkmalen (Geschlecht, motorische Leistungsfähigkeit, Körper(un)zufriedenheit) als auch von klassenbezogenen Merkmalen (z. B. Sportlehrkraft, Sportunterrichtsinhalte, Klassenklima etc.) beeinflusst. Da das individuelle Erleben des Sportunterrichts theoretisch nicht vom Klassenkontext losgelöst betrachtet werden kann, wird zunächst einmal

geprüft, ob die abhängigen Variablen „Angst vor dem Sportunterricht“ und die einzelnen Skalen zur Präferenz sportdidaktischer Inszenierungen (soziale Zugehörigkeit, Kompetenzerfahrung, Autonomieerfahrung, Vermeidung körperlicher Exponiertheit) über die unterschiedlichen Klassen hinweg variieren, und ob auch aus empirischer Sicht Mehrebenenanalysen gerechnet werden müssen. Hierzu wird jeweils ein Nullmodell erstellt und damit der Intraklassenkoeffizient (ICC) berechnet. Ab einer Höhe des ICC von 0.1, d. h. einer Varianzaufklärung von 10 %, müssen Mehrebenenanalysen gerechnet werden (Wirtz, 2017). Nachfolgend wird dann in einem *Random-Intercept-Modell* geprüft, ob unter Berücksichtigung der Klassenzugehörigkeit die abhängigen Variablen zum Erleben des Sportunterrichts in einem Zusammenhang mit Körperunzufriedenheit stehen (Modell 2). Hierfür werden die beiden Clustergruppen „Realisten“ (codiert als 1) und „gefühlte Übergewichte“ (codiert als 2) als Dummy-Variablen eingesetzt. Abschließend soll überprüft werden, ob der Zusammenhang zwischen Körperunzufriedenheit und dem Erleben des Sportunterrichts durch die individuellen Merkmale „Motorische Leistungsfähigkeit“ sowie „Geschlecht“ moderiert wird (Modell 3). Bei allen Modellen wird die *Restricted-Maximum-Likelihood-Methode* genutzt. Der Modellfit (R^2) der Modelle 2 und 3 wird nach Bryk und Raudenbush (1992) berechnet. Für die Modelle 3, d. h. für die komplexeren Modelle mit zwei Kovariaten, wird zusätzlich die Effektstärke (Cohen's f^2) der jeweiligen Einflussvariablen nach Selya, Rose, Dierker, Hedeker und Mermelstein (2012) berechnet. Sollte der ICC unter 0.1 liegen, das heißt weniger als 10 % der Varianz zwischen den einzelnen Klassen erklären, werden *t*-Tests für unabhängige Stichproben bzw. Kovarianzanalysen und multiple Regressionen durchgeführt.

Alle statistischen Analysen wurden mit *IBM® SPSS® Statistics Version 25* durchgeführt. Das Signifikanzniveau wurde auf $\alpha = .05$ gesetzt. Die Berechnung des Modellfits sowie der Effektstärken in den Mehrebenenanalysen (Modelle 2 und 3) erfolgte händisch.

5 | ERGEBNISSE

5.1 | VARIANZ IM ERLEBEN DES SPORTUNTERRICHTS ÜBER UNTERSCHIEDLICHE KLASSEN HINWEG (NULLMODELL)

Die Berechnungen des Nullmodells für die einzelnen abhängigen Variablen zeigen jeweils signifikante Unterschiede zwischen den einzelnen Klassen, allerdings ist der Anteil der Varianzaufklärung durch die Zugehörigkeit zu einer Klasse unterschiedlich groß und auch zum Teil sehr gering (< 10 %), wie anhand des ICC in Tab. 2 abgelesen werden kann.

Tab. 2: Übersicht über die Kennwerte der Nullmodelle

Abhängige Variable	t-Wert-Statistik	ICC
Angst vor dem Sportunterricht	t (df: 53,98) = 41,97; $p < .0001$	0,191
Soziale Zugehörigkeit	t (df: 54,65) = 74,08; $p < .0001$	0,170
Kompetenzerfahrung	t (df: 53,79) = 57,54; $p < .0001$	0,128
Autonomieerfahrung	t (df: 49,56) = 90,56; $p < .0001$	0,055
Vermeidung körperlicher Exponiertheit	t (df: 50) = 66,03; $p < .0001$	0,033

5.2 | BEDEUTUNG DER KÖRPERUNZUFRIEDENHEIT FÜR DAS ERLEBEN DES SPORTUNTERRICHTS (MODELL 2)

Wie Tab. 3 entnommen werden kann, hat Körperunzufriedenheit unter Berücksichtigung der Klassenzugehörigkeit einen signifikanten Einfluss auf die Angst vor dem Sportunterricht. In Bezug auf die präferierten didaktischen Inszenierungen „soziale Zugehörigkeit“ und „Kompetenzerfahrung“ zeigt sich in dem Mehrebenenmodell kein signifikanter Einfluss durch die Körperunzufriedenheit.

Tab. 3: Einfluss der Körperunzufriedenheit auf die Angst vor dem Sportunterricht unter Berücksichtigung der Klassenzugehörigkeit

	Angst	
	β	SE
Klassenzugehörigkeit	2,23***	0,06
Körperunzufriedenheit	-0,44***	0,06
	R^2 Level 1 = 0,106	
	R^2 Level 2 = 0,081	

Anmerkung: Daten der Mehrebenenanalyse mit 54 Klassen und $N = 562$ Kindern; Signifikanzniveau: *** $p < .001$; Level 1 = Klasse; Level 2 = Körperunzufriedenheit

Da für die Skalen „Autonomie“ und „Vermeidung körperlicher Exponiertheit“ weniger als 10 % über die Varianz der Klassenzugehörigkeit erklärt werden, wurden für diese beiden Skalen t -Tests für unabhängige Stichproben gerechnet. Für die Präferenz didaktischer Situationen, in denen Autonomieerfahrungen im Fokus stehen, zeigt sich kein signifikanter Unterschied zwischen „Realisten“ und gefühlt Übergewichtigen. Allerdings gefällt gefühlt Übergewichtigen signifikant mehr als „Realisten“ der Sportunterricht, wenn sie körperliche Exponiertheit vermeiden können ($M_{GÜ} = 2,50$; $SD = 0,81$; $M_{Realisten} = 2,30$; $SD = 0,83$; $t(df: 555) = -2,38$, $p = .018$, Cohen's $d = .23$).

5.3 | BEDEUTUNG VON MODERATORVARIABLEN FÜR DAS ERLEBEN DES SPORTUNTERRICHTS IM ZUSAMMENHANG MIT KÖRPERUNZUFRIEDENHEIT (MODELL 3)

Ein Mehrebenenmodell zum Zusammenhang von Angst und Körperunzufriedenheit mit Geschlecht als Kovariate zeigt keinen signifikanten Einfluss von Geschlecht auf diesen Zusammenhang. Allerdings hat die motorische Leistungsfähigkeit einen signifikanten Einfluss auf diesen Zusammenhang, obwohl der Einfluss der Körperunzufriedenheit aufgrund des höheren f^2 -Wertes höher ist. Der Modellfit R^2 erhöht sich im Vergleich zum einfachen Modell, in dem nur die Körperunzufriedenheit als Einflussvariable berücksichtigt wurde. Die Kennwerte können Tab. 4 entnommen werden.

Tab. 4: Einfluss von Körperunzufriedenheit und motorischer Leistungsfähigkeit auf die Angst vor dem Sportunterricht unter Berücksichtigung der Klassenzugehörigkeit

	Angst		
	β	SE	f^2
Klassenzugehörigkeit	3,84***	0,36	-
Körperunzufriedenheit	-0,43***	0,06	0,412
Motorische Leistungsfähigkeit	-0,02***	0,003	0,018
	R^2 Level 1 = 0,121		
	R^2 Level 2 = 0,349		

Anmerkung: Daten der Mehrebenenanalyse mit 54 Klassen und $N = 546$ Kindern; Signifikanzniveau: *** $p < .001$; Level 1 = Klasse; Level 2 = Körperunzufriedenheit und motorische Leistungsfähigkeit

Eine Kovarianzanalyse belegt, dass die Präferenz didaktischer Inszenierungen, in denen körperliche Exponiertheit vermieden wird, nicht nur von der Körperunzufriedenheit ($F(1, 46) = 5,33, p = .021, \eta^2 = .010$), sondern auch signifikant von der motorischen Leistungsfähigkeit beeinflusst wird ($F(1, 46) = 6,81, p = .009, \eta^2 = .012$). Eine multiple Regressionsanalyse zeigt, dass der Einfluss der Körperunzufriedenheit größer ist als der Einfluss der motorischen Leistungsfähigkeit (s. Tab. 5). Geschlecht hat keinen Einfluss auf die Präferenz, Situationen körperlicher Exponiertheit im Sportunterricht zu meiden.

Tab. 5: Einfluss von Körperunzufriedenheit und motorischer Leistungsfähigkeit auf die Präferenz, körperliche Exponiertheit im Sportunterricht zu vermeiden.

	Vermeidung körperlicher Exponiertheit	
	β	SE
Körperunzufriedenheit	0,19*	0,08
Motorische Leistungsfähigkeit	-0,01**	0,004
	$R^2 = 0,02$	
	$f^2 = 0,14$	

Anmerkung: $N = 549$ Kinder; Signifikanzniveau: ** $p < .01$; * $p < .05$

6 | DISKUSSION UND AUSBLICK

Eine gewichts- und figurbezogene Körperunzufriedenheit im Sinne des gefühlten Übergewichts stellt sowohl im Kindes- als auch im Jugendalter ein Risiko für die psychosoziale Entwicklung dar und ist bedeutsam für das Erleben von Sportunterricht im Jugendalter und – wie die Ergebnisse dieser Teilstudie belegen – auch im Kindesalter.

Hinsichtlich der Fragestellungen, welche Bedeutung Körperunzufriedenheit für die Angst vor dem Sportunterricht hat und inwiefern individuelle Merkmale wie Geschlecht und motorische

Leistungsfähigkeit eine Rolle in diesem Gefüge spielen, konnte mithilfe eines *Random-Intercept-Modells* nachgewiesen werden dass 8,1 % der Varianz der Angst durch die Körperunzufriedenheit erklärt werden können. Diese Varianzaufklärung erhöht sich auf 34,9 %, wenn die motorische Leistungsfähigkeit der Kinder als weitere Einflussvariable hinzugenommen wird. Eine Effektstärkenberechnung nach Selya et al. (2012) belegt, dass Körperunzufriedenheit einen größeren Effekt auf die dem Sportunterricht entgegengebrachte Angst hat als die motorische Leistungsfähigkeit. Insgesamt muss jedoch festgehalten werden, dass die vor dem Sportunterricht geäußerte Angst gering ausfällt (s. Tab. 1).

Geschlecht übt keinen signifikanten Einfluss auf den Zusammenhang von Körperunzufriedenheit und Angst vor dem Sportunterricht aus. Dies bedeutet, dass Mädchen und Jungen, die mit ihrem Körper unzufrieden sind, gleichermaßen größere Angst vor dem Sportunterricht haben als ihre gleichaltrigen körperzufriedenen Mitschüler/innen. Kinder mit gefühltem Übergewicht äußern folglich eine stärkere physiologische Erregung bei dem Gedanken an den Sportunterricht und haben häufiger belastende, zukunftsgerichtete Kognitionen.

Die Ergebnisse liefern hiermit einen ersten Hinweis für die Bedeutsamkeit der Körperunzufriedenheit bereits bei Kindern im Grundschulalter für das Erleben von Sportunterricht. Bisher aufgezeigte Geschlechterunterschiede hinsichtlich der Angst vor dem Sportunterricht in der Sekundarstufe (Burrmann & Mutz, 2016) oder in Bezug auf das Wohlbefinden im Sportunterricht der Grundschule (Gerlach et al., 2006) werden durch die vorliegenden Studienergebnisse erweitert, bzw. es wird die Relevanz des Geschlechts infrage gestellt. Es zeigt sich, dass durch die Hinzunahme weiterer Variablen, in diesem Fall Körperunzufriedenheit, eine Reifikation von Geschlechterdifferenzen vermieden werden kann.

Für die Fragestellung zu den präferierten didaktischen Inszenierungen im Sportunterricht wurden sowohl Mehrebenenanalysen als auch bei einer zu geringen Varianzaufklärung durch den Klassenkontext *t*-Tests für unabhängige Stichproben bzw. Kovarianzanalysen und multiple Regressionen durchgeführt. Die Ergebnisse zeigen, dass sich gefühlt übergewichtige Kinder nicht von „Realisten“ in der Präferenz von didaktischen Situationen unterscheiden, in denen soziale Zugehörigkeits-, Kompetenz- und Autonomieerfahrungen ermöglicht werden. So scheinen die von Deci und Ryan (1993) im Rahmen ihrer Selbstbestimmungstheorie als relevant benannten psychologischen Grundbedürfnisse tragfähig für einen Sportunterricht in der Grundschule zu sein, in welchem sich Kinder mit und ohne Körperunzufriedenheit gleichermaßen wohlfühlen (s. Tab. 1). Ein Blick in den Kernlehrplan für das Fach Sport in Nordrhein-Westfalen zeigt auch, dass diese Leitideen das sportunterrichtliche Lehrerhandeln prägen sollen: So haben Sportlehrkräfte in der Grundschule „die Aufgabe, alle Kinder mit ihren individuellen Fähigkeiten und Fertigkeiten so in Bewegungssituationen zu integrieren, dass ihnen die Erfahrung gemeinsamer Bewegungserlebnisse ermöglicht wird“ (Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen, 2008, S. 113/114). Die Bedeutung von Kompetenzerfahrungen für das Erleben von Sportunterricht im Jugendalter konnten auch Kerner (2013) bzw. Kerner et al. (2018) belegen. Während die Erfüllung der drei psychologischen Grundbedürfnisse sowohl körperzufriedene als auch körperunzufriedene Kinder für ihren Sportunterricht als wichtig erachten, unterscheiden sie sich jedoch in der Präferenz körperlicher Exponiertheit. So äußern gefühlt übergewichtige Kinder im Vergleich zu „Realisten“

signifikant stärker den Wunsch, körperliche Exponiertheit im Sportunterricht zu meiden. Das heißt, ihnen gefällt Sportunterricht u. a. dann besonders gut, wenn sie sich nicht beobachtet fühlen, wenn sie nichts vormachen müssen und wenn sie Körperkontakt vermeiden können. Die motorische Leistungsfähigkeit spielt ebenso wie bei der Angst eine signifikante Rolle, wobei der Effekt der Körperunzufriedenheit stärker ist. Wie Tab. 1 entnommen werden kann, unterscheiden sich gefühlt Übergewichtige jedoch nicht signifikant in ihrer motorischen Leistungsfähigkeit von „Realisten“. Dies wirft perspektivisch die Frage auf, ob gefühlt Übergewichtige ihre motorischen Fähigkeiten ebenso „verzerrt“ wahrnehmen wie ihr Körpergewicht. Die Unterschätzung der eigenen motorischen Leistung könnte dann im Zusammenspiel mit der Körperunzufriedenheit zu einer erhöhten Angst vor dem Sportunterricht führen (s. o.) bzw. dazu, die körperliche Exponiertheit stärker im Sportunterricht meiden zu wollen.

Da Geschlecht keinen signifikanten Einfluss auf die Präferenz hat, wollen Mädchen und Jungen mit gefühltem Übergewicht gleichermaßen körperliche Exponiertheit im Sportunterricht meiden.

Obwohl die dargestellten Ergebnisse mit Befunden zum Erleben des Sportunterrichts im Jugendalter übereinstimmen, müssen einige Einschränkungen erwähnt werden. Über Mehrebenenanalysen konnten zwar die kontextspezifischen Einflüsse berücksichtigt werden, allerdings liegen auf Kontextebene nur 54 Klassen vor, und die Individualebene pro Klasse variiert zwischen 7 bis 24 Kindern. Obwohl insgesamt keine Einigkeit über die Anzahl der benötigten Einheiten auf der Kontextebene herrscht, legen Maas und Hox (2004) fest, dass auch mit weniger als 100 Fällen auf der Kontextebene gerechnet werden kann. Ihrer Ansicht nach sind die Ergebnisse mit nur 30 Fällen auf Kontextebene zwar etwas ungenauer, aber dennoch vertretbar. Je nachdem, welchem Ansatz gefolgt wird, müssen die mehrebenenanalytischen Ergebnisse vorsichtig interpretiert werden. Bei der schon in der SPRINT-Studie (2006) eingesetzten Skala zur „Angst gegenüber dem Sportunterricht“, ergibt sich die Schwierigkeit, dass Itemaussagen wie „Ich bin aufgeregt“ oder „Ich habe starkes Herzklopfen“ auch positiv assoziiert sein können. Da der Mittelwert in der Angstskala insgesamt sehr niedrig ausfällt, stellt sich die Frage nach der Sensibilität der genutzten Items. Möglicherweise könnte ein Bodeneffekt vorliegen. Perspektivisch ist folglich eine Validierung der Studienergebnisse über weitere Messinstrumente notwendig ebenso wie die Durchführung qualitativer Studien. Über Interviews mit körperunzufriedenen und körperzufriedenen Schüler/innen unterschiedlicher motorischer Leistungsstärke könnten belastende Situationen des Sportunterrichts genauer eruiert werden. Mithilfe von Beobachtungen des Sportunterrichts könnte das Handeln bzw. Verhalten von Kindern mit und ohne Körperunzufriedenheit in bestimmten didaktischen Inszenierungen rekonstruiert und ggf. als Sprech Anlass über die Gestaltung von Sportunterricht genutzt werden.

Des Weiteren wurde in dieser Studienteilauswertung der Fokus auf das gefühlte Übergewicht gelegt, das heißt, auf den Wunsch, trotz Normalgewicht dünner sein zu wollen. Eine weitere Form der Körperunzufriedenheit, die v. a. Jungen betrifft, ist der Wunsch nach einem Körper mit mehr Muskeln. Weitere Analysen dieser Studie müssen diese Facette der Körperunzufriedenheit und ihre Bedeutung für den Sportunterricht berücksichtigen, da Sportunterricht ein Ort sein kann, an dem Normvorstellungen zu einem „gesunden“ und „fitten“ – zumeist muskulösen – Körper vermittelt werden (Ruin, 2014), und sein Beitrag an der Körperregulierung und -normierung nicht geleugnet werden kann (Günter, 2013).

LITERATUR

- Balz, E., Bindel, T. & Frohn, J. (2017). Wie Kinder ihren Sportunterricht erleben – Studien zum Grundschul-sport. *Zeitschrift für sportpädagogische Forschung*, 5 (1), 45-66.
- Beltrán-Carrillo, V. J., Devís-Devís, J., Peiró-Velert, C. & Brown, D. H. (2012). When physical activity participation promotes inactivity: Negative experiences of Spanish adolescents in physical education and sport. *Youth & Society*, 44 (1), 3-27. doi: org/10.1177/0044118X10388262.
- Bender, C. (2011). *Körperunzufriedenheit und körperbezogene Informationsverarbeitung bei Kindern*. Inaugural-Dissertation, Albert-Ludwigs-Universität. Freiburg. Erhältlich unter http://www.freidok.uni-freiburg.de/volltexte/8402/pdf/KUZ_CB.pdf (Zugriff am 26.2.2019).
- Berger, U., Schilke, C. & Strauss, B. (2005). Gewichtssorgen und Diätverhalten bei Kindern in der 3. und 4. Klasse. *Psychotherapie, Psychosomatik, medizinische Psychologie*, 55 (7), 331-338. doi: 10.1055/s-2004-834745.
- Boeger, A. (2010). Körper und Geschlecht im Jugendalter: Schlaglichter auf eine Entwicklungsaufgabe für beide Geschlechter. In G. Steins (Hrsg.), *Handbuch Psychologie und Geschlechterforschung* (S. 133-151). Wiesbaden: VS.
- Borges, A., Gaspar de Matos, M. & Alves Diniz, J. (2013). Body Image and Subjective Well-Being in Portuguese Adolescents. *Spanish Journal of Psychology*, 16, 1-12.
- Bös, K., Worth, A., Opper, E., Oberger, J. & Woll, A. (2009). *Motorik-Modul. Eine Studie zur motorischen Leistungsfähigkeit und körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Deutschland*. Baden-Baden: Nomos.
- Bryk, A. S. & Raudenbush, S. W. (1992). *Hierarchical linear models. Applications and data analysis methods*. Newbury Park, London, New Delhi: Sage.
- Burgess, G., Grogan, S. & Burwitz, L. (2006). Effects of a 6-week aerobic dance intervention on body image and physical self-perceptions in adolescent girls. *Body Image*, 3, 57-66.
- Burrmann, U. & Mutz, M. (2016). Selbstberichtete Angst im Sportunterricht: Eine Analyse unter besonderer Berücksichtigung des Geschlechts und der ethnischen Herkunft. *Leipziger Sportwissenschaftliche Beiträge*, 57 (1), 95-119.
- Campbell, A. & Hausenblas, H. (2009). Effects of exercise interventions on body image: a meta-analysis. *Journal of Health Psychology*, 14 (6), 780-793. doi: 10.1177/1359105309338977.
- Cash, T. F., Melnyk, S. E. & Hrabosky, J. I. (2004). The assessment of body image investment: an extensive revision of the appearance schemas inventory. *The International journal of eating disorders*, 35 (3), 305-316. doi: 10.1002/eat.10264.
- Cox, A. & Williams, L. (2008). The Roles of Perceived Teacher Support, Motivational Climate, and Psychological Need Satisfaction in Students' Physical Education Motivation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30 (2), 222-239. doi: 10.1123/jsep.30.2.222.
- Crow, S., Eisenberg, M. E., Story, M. & Neumark-Sztainer, D. (2008). Suicidal behavior in adolescents: relationship to weight status, weight control behaviors, and body dissatisfaction. *The International journal of eating disorders*, 41 (1), 82-87. doi: 10.1002/eat.20466.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1993). Die Selbstbestimmungstheorie der Motivation und ihre Bedeutung für die Pädagogik. *Zeitschrift für Pädagogik*, 39 (2), 224-238.
- Dion, J., Hains, J., Vachon, P., Plouffe, J., Laberge, L., Perron, M. ... & Leone, M. (2016). Correlates of Body Dissatisfaction in Children. *The Journal of pediatrics*, 171, 202-207. doi:10.1016/j.jpeds.2015.12.045.
- Dockett, S., Einarsdottir, J. & Perry, B. (2009). Researching Children: Ethical Tensions. *Journal of Early Childhood Research*, 7 (3), 283-298.
- Gerlach, E., Kussin, U., Brandl-Bredenbeck, H. P. & Brettschneider, W.-D. (2006). Der Sportunterricht aus Schülerperspektive. In Deutscher Sportbund (Hrsg.), *DSB-SPRINT-Studie. Eine Untersuchung zur Situation des Schulsports in Deutschland* (Sportunterricht in Deutschland Sprint, S. 115-152). Aachen: Meyer & Meyer.
- Gerlach, E., Wilsmann, F., Kehne, M., Oesterreich, C. & Stucke, C. (2005). *Sportunterricht in Deutschland. Dokumentation der Erhebungsinstrumente der SPRINT-Studie*. Paderborn: Universität Paderborn.
- Gieß-Stüber, P. & Grimminger-Seidensticker, E. (o. J.). *Items zur Erfassung der Zufriedenheit im Sportunterricht bei bestimmten didaktischen Inszenierungen*. Unveröffentlicht.

- Grästen, A, Jaakkola, T., Liukkonen, J., Watt, A. & Yli-Piipari, S. (2012). Prediction of enjoyment in school physical education. *Journal of Sports Science and Medicine*, 11, 260-269.
- Grimminger-Seidensticker, E., Möhwald, A., Korte, J. & Trojan, J. (2018). Body Dissatisfaction in Normal Weight Children – Sports Activities and Motives for Engaging in Sports. *European Journal of Sport Science* 18 (7), 1013-1021. doi.org/10.1080/17461391.2018.147349.
- Günter, S. (2013). Fitness als Inklusionsprämisse? Eine Diskursanalyse zur Problematisierung adipöser Kinder- und Jugendkörper in sportwissenschaftlichen Gesundheitsdiskursen. *Forum Qualitative Sozialforschung*, 14 (1), Artikel 9.
- Harriger, J. A., Calogero, R. M., Witherington, D. C. & Smith, J. E. (2010). Body Size Stereotyping and Internalization of the Thin Ideal in Preschool Girls. *Sex Roles*, 63, 609-620. doi: 10.1007/s11199-010-9868-1
- Hausenblas, H. A. & Fallon, E. A. (2006). Exercise and body image: A meta-analysis. *Psychology and Health*, 21 (1), 33–47.
- Hunger, I. (2000). Erst Lust, dann Frust. Schulsport aus Sicht „sportschwacher“ Schüler/innen. *sportpädagogik*, 24 (6), 28-32.
- Hunger, I. & Böhlke, N. (2017). Über die Grenzen von Scham. Eine qualitative Studie zu (scham-)grenzüberschreitenden Situationen im Sportunterricht aus der Perspektive von Schüler/innen. *Forum Qualitative Sozialforschung*, 18 (2), Artikel 2.
- Johnson, F. & Wardle, J. (2005). Dietary restraint, body dissatisfaction, and psychological distress: a prospective analysis. *Journal of abnormal psychology*, 114 (1), 119-125. doi: 10.1037/0021-843X.114.1.119.
- Kantanista, A., Osinski, W., Borowiec, J., Tomczak, M., & Krol-Zielinska, M. (2015). Body image, BMI, and physical activity in girls and boys aged 14-16 years. *Body Image*, 15, 40-43. doi: 10.1016/j.bodyim.2015.05.001.
- Kerner, C. (2013). *Relationships between body image, motivation and physical education (PE) experiences in 13-14 year old boys and girls*. Dissertation an der University of Bedfordshire. Erhältlich unter: <http://cite-seerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.881.1298&rep=rep1&type=pdf> (Zugriff am 26.2.2019).
- Kerner, C., Haerens, L. & Kirk, D. (2018). Body dissatisfaction, perceptions of competence and lesson content in physical education. *Journal of School Health*, 88 (8), 576-582.
- Krohne, H. W. (1996). *Angst und Angstbewältigung*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Kromeyer-Hauschild, K., Wabitsch, M., Kunze, D., Gellert, F., Geiß, H. C., Hesse, V. ... & Hebebrand, J. (2001). Perzentile für den Body-Mass-Index für das Kindes- und Jugendalter unter Heranziehung verschiedener deutscher Stichproben. *Monatsschrift für Kinderheilkunde*, 149, 807-818.
- Kurth, B.-M. & Ellert, U. (2008). Gefühls- oder tatsächliches Übergewicht: Worunter leiden Jugendliche mehr? Ergebnisse des Kinder- und Jugendgesundheits-survey KIGGS. *Deutsches Ärzteblatt international*, 105 (23), 406-412.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Maas, C. J. M. & Hox, J. J. (2004). Robustness issues in multilevel regression analysis. *Statistica Neerlandica*, 58, 127-137.
- McNeish, D. (2018). Thanks Coefficient Alpha, we'll take it from here. *Psychological Methods*, 23 (3), 412-433.
- Mendelson, B. K. & White, D. R. (1982). Relation between body-esteem and self-esteem of obese and normal children. *Perceptual and motor skills*, 54 (3), 899-905. doi: 10.2466/pms.1982.54.3.899.
- Miethling, W.-D. & Krieger, C. (2004). *Schüler im Sportunterricht: die Rekonstruktion relevanter Themen und Situationen des Sportunterrichts aus Schülersicht (RETHESIS)*. Schorndorf: Hofmann.
- Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (2008). *Richtlinien und Lehrpläne für die Grundschule in Nordrhein-Westfalen*. Frechen: Ritterbach.
- Möhwald, A. (2014). Sportunterricht aus Sicht adipöser Schülerinnen und Schüler: eine qualitativ-explorative Studie. *sportpädagogik*, 38 (5), 38-41.
- Neumark-Sztainer, D., Paxton, S. J., Hannan, P. J., Haines, J. & Story, M. (2006) Does Body Satisfaction Matter? Five-year Longitudinal Associations between Body Satisfaction and Health Behaviors in Adolescent Females and Males. *Journal of Adolescent Health*, 39, 244-251.
- Reas, D. L., Whisenhunt, B.L., Netemeyer, R. & Williamson, D. A. (2002). Development of the body checking questionnaire: a self-report measure of body checking

- behaviors. *International Journal of Eating Disorders*, 31 (3), 324-333.
- Rosen, J. C., Srebnik, D., Saltzberg, E. & Wendt, S. (1991). Development of a body image avoidance questionnaire. *Psychological Assessment*, 3 (1), 32–37.
- Ruin, S. (2014). Fitter, gesünder, arbeitsfähiger – Die Verengung des Körperbildes in Sportlehrplänen im Zuge der Kompetenzorientierung. *Zeitschrift für sportpädagogische Forschung*, 2 (2), 77–92.
- Sallis, J. F., Prochaska, J. J. & Taylor, W. C. (2000) A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32, 963-975.
- Selya, A. S., Rose, J. S., Dierker, L. C., Hedeker, D. & Mermelstein, R. J. (2012). A practical guide to calculating Cohen's f^2 , a measure of local effect size, from PROC MIXED. *Frontiers in Psychology*, Vol. 3, Article 111. doi: 10.3389/fpsyg.2012.00111.
- Slade, P. D. (1994). What is Body Image? *Behaviour Research and Therapy*, 32 (5), 497-502.
- Stice, E. (2002). Risk and maintenance factors for eating pathology: a meta-analytic review. *Psychological bulletin*, 128 (5), 825-848.
- Stormer, S. M., & Thompson, J. K. (1996). Explanations of body image disturbance: A test of maturational status, negative verbal commentary, social comparison, and sociocultural hypotheses. *International Journal of Eating Disorders*, 19 (2), 193-202.
- Szymanski, M. L., & Cash, T. F. (1995). Body-Image Disturbances and Self-Discrepancy Theory: Expansion of the Body-Image Ideals Questionnaire. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 14 (2), 134-146. doi:10.1521/jscp.1995.14.2.134.
- Tietjens, M. & Potthoff, M. U. (2006). Monoedukation und Koedukation im Sportunterricht – Motivation, Einstellung und Körperkonzept. *Sportwissenschaft*, 36 (4), 397-416.
- Tiggemann, M. (2001). The impact of adolescent girls' life concerns and leisure activities on body dissatisfaction, disordered eating, and self-esteem. *The Journal of genetic psychology*, 162 (2), 133–142. doi.org/10.1080/00221320109597955.
- Tuschen-Caffier, B. (2008). Körperbildstörungen. In S. Herpertz, M. de Zwaan & S. Zipfel (Hrsg.), *Handbuch Essstörungen und Adipositas* (S. 82–86). Heidelberg: Springer.
- Vocks, S., Legenbauer, T., Rüddel, H. & Troje, N. (2007). Static and dynamic body image in bulimia nervosa: mental representation of body dimensions and motion patterns. *International Journal of Eating Disorders*, 40, 59-66.
- Wiesche, D. & Klinge, A. (2017). *Scham und Beschämung im Schulsport. Facetten eines unbeachteten Phänomens*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Wirtz (2017). (Hrsg.). *Dorsch Lexikon der Psychologie*. Göttingen: Hogrefe.