

### Einschätzung der Leistungsmotivation

Name :			
Vorname :			
Geschlecht :		Geburtsdatum :	
Ort :		Datum :	

Dieser Fragebogen besteht aus einer Reihe von Aussagen. Entscheide dich jedes Mal, wie sehr die Aussage auf dich zutrifft und kreuze die entsprechende Antwort an. Die Antworten liegen zwischen "trifft überhaupt nicht auf mich zu" bis zu "trifft genau auf mich zu".

Es gibt in diesem Fragebogen keine richtigen oder falschen Antworten. Sondern es geht darum, eine aus deiner Sicht möglichst genaue Aussage über dich zu machen. Beachte dabei folgende Punkte:

- Bewerte die Aussage aufgrund von verschiedenen Situationen: sowohl im Training, als auch im Wettkampf.
- Bleibe nicht allzu lange bei einer Frage stehen. Meist ist die spontanste Antwort die beste.

**Fragebogen zur « motivationalen Verhaltenstendenz »  
(Hoffen auf Erfolg oder Angst vor Misserfolg?)**

	1 trifft überhaupt nicht auf mich zu	2 trifft weniger (nur zum Teil) auf mich zu	3 trifft mehr- heitlich (zum grössten Teil) auf mich zu	4 trifft genau auf mich zu
1 Es macht mir Spass, im Sport Sachen zu versuchen, die für mich ein bisschen schwierig sind.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2 Ich mag Situationen im Sport, in denen ich merke, wie gut ich bin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3 Wenn ich eine Aufgabe im Sport nicht sofort schaffe, werde ich unsicher oder ängstlich.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4 Aufgaben im Sport, die etwas schwierig zu lösen sind, treiben mich an.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5 Es gefällt mir nicht, mich im Sport einzusetzen, wenn ich nicht sicher bin, ob ich es schaffe.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6 Aufgaben im Sport, welche eine hohe Leistung verlangen und etwas schwierig sind, beunruhigen mich.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7 Mich treiben Situationen im Sport an, bei denen ich mein Können testen kann.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8 Bei Herausforderungen im Sport, von denen ich glaube, dass ich sie schaffen kann, habe ich Angst, dass ich es nicht kann.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9 Ich mag es, im Sport vor eine etwas schwierige Aufgabe gestellt zu werden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10 Es beunruhigt mich im Sport etwas zu tun, wenn ich nicht sicher bin, dass ich es kann.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**Fragebogen zur « Zielorientierung »**

**(selber besser werden oder besser sein als andere?)**

	1 trifft überhaupt nicht auf mich zu	2 trifft weniger (nur zum Teil) auf mich zu	3 trifft mehr- heitlich (zum grössten Teil) auf mich zu	4 trifft genau auf mich zu
1 Es ist mir wichtig zu zeigen, dass ich besser bin als die anderen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2 Ich vergleiche meine Leistungen hauptsächlich mit den Leistungen anderer.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3 Es ist wichtig für mich, etwas immer wieder zu versuchen, auch wenn ich Fehler mache.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4 Es ist mir wichtig, besser als die anderen abzuschneiden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5 Es ist mir wichtig, mein Können immer zu verbessern.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6 Ich schaue vor allem, ob ich besser bin als die anderen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7 Es ist mir wichtig, immer besser zu werden und Fortschritte zu machen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8 Ich versuche immer mein Bestes zu geben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9 Wenn ich neue Dinge gelernt habe, möchte ich gerne noch mehr lernen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>