



Perfectionists under Pressure

Investigating their performances in three motor tasks

Lukas Mundelsee, Katharina Geukes & Mitja Back

Hintergrund

Mehrdimensionaler Perfektionismus rückte in den letzten Jahren mehr und mehr in den Fokus sportpsychologischer Forschung, was wenig überrascht, wird von Hochleistungssportlern schließlich meist nicht weniger erwartet als eine perfekte Leistung (Dunn, Gotwals, & Causgrove Dunn, 2005). Dabei zeigen sich häufig adaptive Kognitionen und Emotionen für die eine Hauptdimensionen, das perfektionistische Streben (PS) sowie überwiegend maladaptive Muster für die zweite Hauptdimension, die perfektionistischen Sorgen (PC; ein Überblick bietet Stoeber, 2011). Die Auswirkungen von Perfektionismus auf die eigentliche Leistung wurde jedoch bisher nur wenig untersucht, die Befundlage ist inkonsistent (Anshel & Mansouri, 2005; A.P. Hill, Hall, Duda, & Appleton, 2011; Stoeber, Uphill, & Hotham, 2009; Stoll, Lau, & Stoeber, 2008). Indem wir einige Einschränkungen dieser Untersuchungen in einer neuen Studie aufgriffen, verfolgten wir insbesondere die folgenden drei Ziele:

- (1) Überprüfung des Zusammenhangs zwischen mehrdimensionalem Perfektionismus und Leistung unter expliziter experimenteller Kontrolle von niedrigem und hohem Druck, und damit auch Test des Trait-Aktivierungs-Prinzips (Tett & Guterman, 2000)
- (2) Überprüfung der Hypothesen des 2 x 2 Modells des Perfektionismus (Gaudreau & Thompson, 2010), das sich in den letzten Jahren in der Forschung etablierte
- (3) Überprüfung der häufig angenommenen Generalisierbarkeit einer einzelnen Aufgabe auf viele andere Aufgaben (Mesagno, Geukes, & Larkin, 2015)

Methode

Stichprobe	<ul style="list-style-type: none"> Insgesamt 132 Teilnehmer Finale Stichprobe nach Ausschluss von Teilnehmern mit fehlenden Werte sowie Ausreisern: 108 TN (davon 83 Frauen; $M_{Alter} = 22.19, SD_{Alter} = 4.75$)
Online-Fragebogen	<ul style="list-style-type: none"> Demographische Daten sowie Vorerfahrungen in den drei Aufgaben Perfektionismus: Sportspezifische mehrdimensionale Perfektionismus Skala (Sport-MPS; Dunn et al., 2006) Big 5: Big Five Inventory (BFI-S; Hahn, Gottschling, & Spinath, 2012)
Labor-experiment	<ul style="list-style-type: none"> 3 Aufgaben: Darts, heißer Draht und Golf in randomisierter Reihenfolge 3 Bedingungen: Familiarisierung, niedriger und hoher Druck in gleicher Reihenfolge, davor und danach Einsatz von State-Fragebögen Druckmanipulation über sowohl (1) monetären Anreiz, (2) Videoaufnahme, als auch (3) Cover-Story Darts und Golf je 10 Versuche pro Bedingung, Wurf bzw. Schlag in Zielkreis (0-10 Punkte); heißer Draht je 6 Versuche pro Bedingung, zurückgelegte Strecke in eigenem Tempo umgerechnet in Punkte (0-10 Punkte)
Auswertungs-strategie	<ul style="list-style-type: none"> Manipulations-Check mithilfe der State-Fragebögen Linear gemischte Modelle, da die Leistungen der drei Bedingungen in den Personen geschachtelt sind Auswertung der Hypothesen des 2 x 2 Modells in Anlehnung an Gaudreau (2012)

Ergebnisse

Tabelle 1
Cronbachs alphas, Mittelwerte, Standardabweichungen, bivariate und partielle Korrelationen (Spearman's Rs) aller Aufgaben, Bedingungen und beider Perfektionismusdimensionen

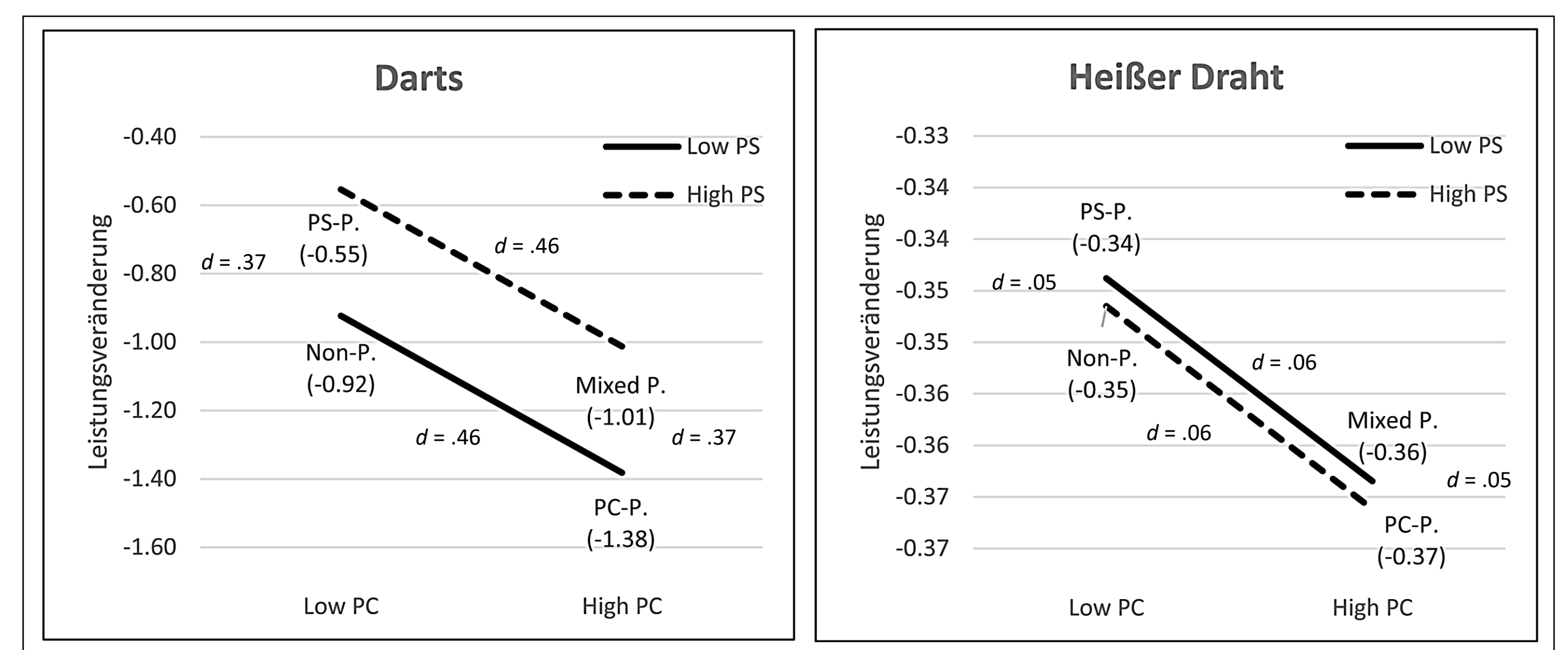
Variables and Performances	Cronbachs alpha	M ^a	SD ^a	t	df	p	d	PS	PC	PS-PC	PC-PS
PS	.89	3.21							.47 **		
PC	.78	2.33	0.85								
Darts											
Niedriger Druck	.70	5.57	1.26					.06	.05	.04	.03
Hoher Druck	.70	5.35	1.30	-2.05	107	<.05	.20	.13	-.13	.23 *	-.23 *
Heißer Draht											
Niedriger Druck	.79	4.20	1.90					.10	.18 †	.02	.15
Hoher Druck	.81	4.64	2.18	3.70	107	<.001	.36	.08	.13	.02	.10
Golf											
Niedriger Druck	.49	2.78	1.35					-.01	-.05	.02	-.05
Hoher Druck	.34	2.96	1.22	-1.39	107	.17	.13	.05	.02	.05	>.01

Hinweis. PS = Perfectionistic Strivings, PC = Perfectionistic Concerns. ^a Mittelwerte und Standardabweichungen für einen einzelnen Versuch.
† p < .10, * p < .05, ** p < .01, zweiseitig.

Tabelle 2
Manipulations-Check: Mittelwerte und Standardabweichungen von drei verschiedenen Druck-Indikatoren aus dem State-Fragebogen sowie die Ergebnisse von einseitigen t-Tests des Vergleichs zwischen niedrigem und hohem Druck

Indikator	Vor niedrigem Druck		Vor hohem Druck		t	df	p	d
	M	SD	M	SD				
Darts								
Empfundener Druck	2.64	1.23	3.18	1.47	5.75	107	<.001	.55
Nervosität	2.33	1.18	2.63	1.29	2.97	107	<.001	.29
Gefühlte Aufgabenwichtigkeit	2.77	1.24	3.20	1.37	4.97	107	<.001	.48
Heißer Draht								
Empfundener Druck	2.53	1.22	3.05	1.38	6.24	106	<.001	.60
Nervosität	2.14	1.08	2.44	1.25	3.57	106	<.001	.34
Gefühlte Aufgabenwichtigkeit	2.78	1.23	3.18	1.27	5.88	106	<.001	.56

Hinweis. Alle Skalen mit 6-stufigen Likert-Skalen.



Figur 1. Vorhersagewerte der Leistungsveränderungen (errechnet aus den unstandardisierten Regressionsgewichten der Haupteffekte der beiden Perfektionismusdimensionen Strivings und Concerns)

Hinweis.
PS-P. = Perfectionistic Strivings Perfektionismus,
PC-P. = Perfectionistic Concerns Perfektionismus,
Non-P. = Nicht-Perfektionismus,
Mixed P. = Gemischter Perfektionismus.

Diskussion

Die Analysen zeigen einen signifikanten Einfluss von Perfektionismus lediglich auf die Leistung in Darts, was die bisher häufig implizit angenommene Generalisierbarkeit von Leistungen in einer einzelnen Aufgabe unter Druck (Mesagno & Geukes, 2015) in Frage stellt. Zudem konnten wir in Darts die Hypothesen des 2 x 2-Modells des Perfektionismus bestätigen, was darauf hindeutet, dass perfektionistisches Streben in grobmotorischen Aufgaben mit eher geringen Anforderungen an die Konzentrationsfähigkeit auch unter hohem Druck eher adaptiv sein könnte, während perfektionistische Sorgen eher maladaptiv zu sein scheinen. Beim heißen Draht dagegen könnten Lerneffekte für die fehlenden Zusammenhänge

verantwortlich gewesen zu sein, während wir Golf aufgrund einer sehr niedrigen internen Konsistenz aufgrund einer zu hohen Aufgabenschwierigkeit aus den Hauptanalysen ausschließen mussten.

Weiterführende Analysen konnten darüber hinaus die inkrementelle Validität von Perfektionismus gegenüber Neurotizismus und Gewissenhaftigkeit bestätigen.

Einschränkend zu erwähnen sind (1) der Vergleich von nur zwei statt drei Aufgaben, (2) die fehlende Ausbalancierung der Druckbedingungen sowie (3) die fehlende Analyse zugrunde liegender kognitiver, emotionaler und motivationaler Prozesse.

Literatur

Anshel, M. H., & Mansouri, H. (2005). Influences of Perfectionism on Motor Performance, Affect, and Causal Attributions in Response to Critical Information Feedback. *Journal of Sport Behavior, 28*, 99-124.

Dunn, J. G. H., Causgrove Dunn, J. L., Gotwals, J. K., Vallance, J. K. H., Craft, J. M., & Syrotuik, D. G. (2006). Establishing construct validity evidence for the Sport Multidimensional Perfectionism Scale. *Psychology of Sport and Exercise, 7*, 57-79.

Dunn, J. G. H., Gotwals, J. K., & Causgrove Dunn, J. (2005). An examination of the domain specificity of perfectionism among intercollegiate student-athletes. *Personality and Individual Differences, 38*, 1439-1448.

Gaudreau, P. (2012). A methodological note on the interactive and main effects of dualistic personality dimensions: An example using the 2 x 2 model of perfectionism. *Personality and Individual Differences, 52*, 26-31.

Gaudreau, P., & Thompson, A. (2010). Testing a 2 x 2 model of dispositional perfectionism. *Personality and Individual Differences, 48*, 532-537.

Hahn, E., Gottschling, J., & Spinath, F. M. (2012). Short measurements of personality—Validity and reliability of the GSOEP Big Five Inventory (BFI-S). *Journal of Research in Personality, 46*(3), 355-359.

Hill, A. P., Hall, H. K., Duda, J. L., & Appleton, P. R. (2011). The cognitive, affective and behavioural responses of self-oriented perfectionists following successive failure on a muscular endurance task. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 9*, 189-207.

Mesagno, C., Geukes, K., & Larkin, P. (2015). Choking under pressure: A review of current debates, literature, and interventions. In S. D. Mellalieu & S. Hanton (Eds.), *Contemporary advances in sport psychology: A review*. Routledge.

Stoeber, J. (2011). The dual nature of perfectionism in sports: relationships with emotion, motivation, and performance. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 4*, 128-145.

Stoeber, J., Uphill, M. A., & Hotham, S. (2009). Predicting race performance in triathlon: The role of perfectionism, achievement goals, and personal goal setting. *Journal of sport & exercise psychology, 31*(2), 211.

Stoll, O., Lau, A., & Stoeber, J. (2008). Perfectionism and performance in a new basketball training task: Does striving for perfection enhance or undermine performance? *Psychology of sport and exercise, 9*(5), 620-629.

Tett, R. P., & Guterman, H. A. (2000). Situation trait relevance, trait expression, and cross-situational consistency: Testing a principle of trait activation. *Journal of Research in Personality, 34*(4), 397-423.