

AUS DER DIAGNOSTIK MAPPE: DAI

2. DAS KONZEPT DER DIFFERENTIELLEN LEISTUNGSÄNGSTLICHKEITSDIAGNOSTIK

Traditionelle Prüfungsangst-Diagnostik ist unbefriedigend, denn

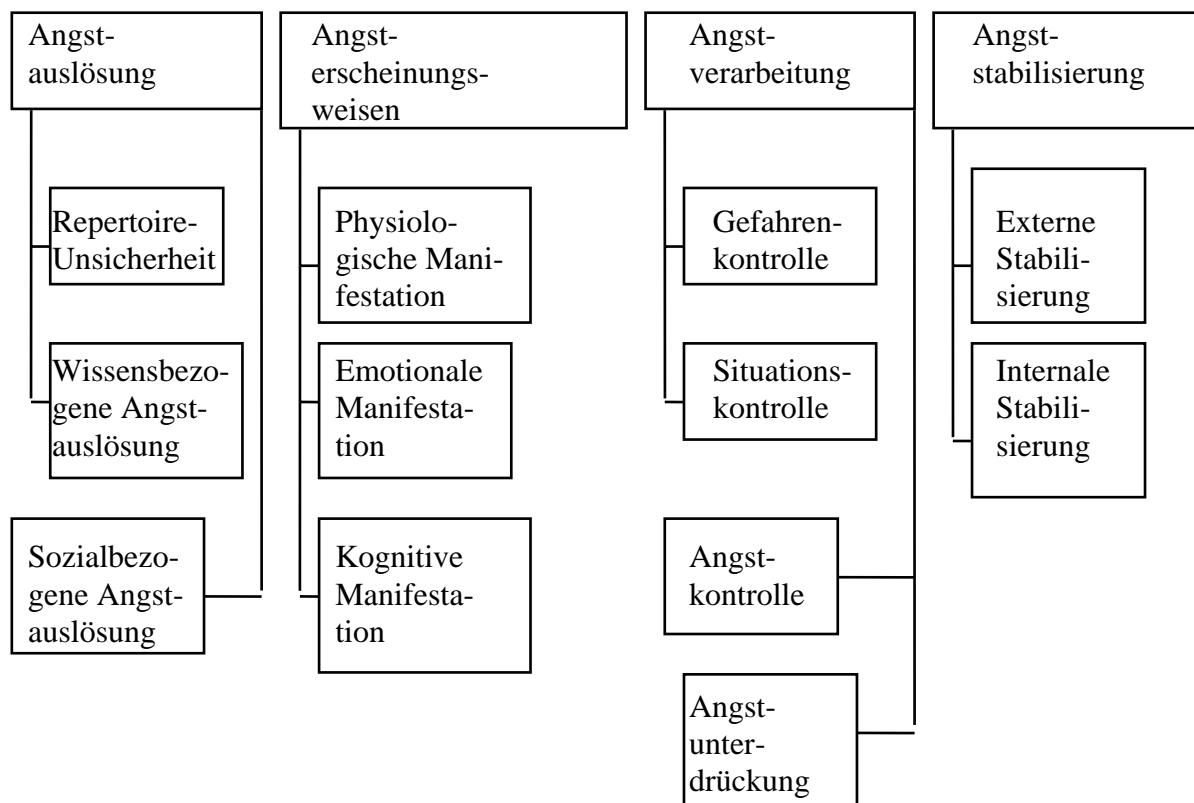
- nur eine multifaktorielle Diagnostik wird der Komplexität des Phänomens Prüfungsangst gerecht
- sequentieller Charakter von Repertoire-Unsicherheiten, unmittelbaren Angstausslösern, Erscheinungsweisen und Verarbeitungsstrategien der Angst und angststabilisierenden Bedingungen muß berücksichtigt werden
- es muß nach den wechselseitiger Beziehungen dieser Komponenten gefragt werden.

Modell der Differentiellen Leistungsängstlichkeitsdiagnostik:

→ getrennte Erfassung von

- Angstausslösung
- Angsterscheinungsweisen
- Angstverarbeitung
- Angststabilisierung

DIFFERENTIELLE LEISTUNGSÄNGSTLICHKEITSDIAGNOSTIK



2.1 Auslösebedingungen von Leistungsängstlichkeit:

- ⇒ **Angstanalyse beginnt mit den objektiven Merkmalen problematischer Situationen und deren Interpretation durch das Individuum**, Im Mittelpunkt stehen dabei:
 - ***Momente der Bewährung*** (bzw. des Versagens) in Leistungssituationen
 - ***Einschätzung*** (in der Regel Abwertung) ***durch andere*** („evaluative anxiety“)
- ⇒ **Entscheidend für aktuelle Angstentstehung = subjektive Bewertung von Situationen als bedrohlich**. Nach LAZARUS hierfür mehrphasige (nicht notwendigerweise zeitlich gestaffelte) Bewertungsmuster verantwortlich. **Hauptursache = mit derartigen Kognitionen verbundene eingebilddete oder antizipierte bzw. später real erfahrene persönliche Selbstwertbedrohung**.
- ⇒ **Für Auftreten von Leistungsangst gibt es 3 relevante Bereiche (SARASON 1980):**
 - a) **Situationsklassen**, auf die das Individuum infolge seiner Lernerfahrung und sozialen Situationen idiosynkratisch reagiert; [spricht hochgradig individualisierte und damit einzigartige Bedingungen an]
 - b) **mehrdeutige Situationen**, in denen eine Strukturierung von Aufgabenanforderungen und der individuellen Einstellungen und Erwartungen verlangt wird [von Bedeutung für die Fragebogendiagnostik]
 - c) sich **deutlich abzeichnende, als belastend interpretierte Situationen**, die die Person als nicht zu bewältigend wahrnimmt [von Bedeutung für die Fragebogendiagnostik]

3 unterschiedliche Auslösungsbedingungen für Leistungsängstlichkeit:

1) Repertoire-Unsicherheiten (RU):

- ➔ Repertoire-Unsicherheit = **Orientierungs- und perzipierter „skill“ Mangel**
 - ➔ Relativ stabile, angstvorbereitende und angsteinleitende Faktoren sind jene **Situationen, in denen eine Person sich im unklaren ist, welche Anforderungen an sie gestellt werden und ob sie die zur Aufgabenlösung notwendigen Fähigkeiten besitzt** bzw. wie sie diese am effektivsten einsetzen kann.
- (BEISPIEL: Viele Schüler sind leistungsängstlich, weil sie sich aufgrund fehlender oder mangelhafter Arbeitstechniken nicht ausreichend vorbereitet fühlen)

→ **Prüfungsangst ist eher eine Folge als die Ursache schlechter Leistungen. Kann sich beziehen**

- * auf den Zeitpunkt der Bedrohung,
- * auf mangelnde Routine und Erfahrung,
- * auf die Erarbeitung des Lernstoffs,
- * auf die Beurteilung eines Ereignisses.

Mitbedingt kann sie sein durch Unkonzentriertheit und Unaufmerksamkeit (Beziehungen zu **SELIGMANs „Erlernter Hilflosigkeit“**)

2) **Wissensbezogene Angstausslösung (WA):**

→ Individuelle **Einschätzung des Schülers**, intellektuellen Leistungsanforderungen und Bewährungssituationen, wie sie durch Prüfungen und Schularbeiten repräsentiert werden, **nicht ausreichend gewachsen zu sein.**

→ **Bedrohung entsteht**

- aus erlebtem bzw. objektiv vorhandenem **Kompetenzdefizit** infolge eines deutlich **wahrgenommenen Mangels an kognitiven Fähigkeiten** oder
- aufgrund der **Tatsache, daß man nicht genügend gelernt hat.**

→ **Wissensbezogene Bedingungen sind ein relativ homogener Auslöseaspekt.** Bewertungsmaßstäbe können sein:

- **lernzielbezogen** (Erfahrung individueller Inferiorität in der Auseinandersetzung mit der Lernaufgabe) oder
- **normbezogen** (Orientierung an der Leistung einer Referenzgruppe)

3) **Sozialbezogene Angstausslösung:**

→ In **öffentlichen Situationen** wird oft Angst empfunden, wenn **Leistung vor anderen Personen** (z.B. Mitschülern, Lehrern) erbracht werden muß.

→ Aus möglichem Versagen resultierende **selbstwertbezogene Komponenten werden hier antizipiert;**

→ **Leistungsängstlichkeit = Spezialfall sozialer Ängstlichkeit** (Auftritt vor Lehrern, Mitschülern allein ist schon angstinduzierend, weitgehend unabhängig von inhaltlichen Aspekten)

→ **sozialer Aspekt** ist in vielen Fragebogen zur Leistungsängstlichkeit einbezogen

2.2 Manifestationen von Leistungsängstlichkeit:

Selbstbeschreibung der Leistungsangst bezieht sich, wie subjektive Erfahrung, klinische Beobachtung und empirische Evidenz beweisen, **auf verschiedene Reaktionsebenen**.

⇒ **HAMILTON** versuchte 1959 an klinischer Stichprobe **zwischen verschiedenen Symptomen zu differenzieren** (ängstliche Stimmung, Spannung und Irritation, spezifische Furcht, Schlaflosigkeit, kognitive Beeinträchtigung, Depression, diverse somatische Symptome), aber er fand **nur zwei Dimensionen**:

* ***psychische Angst*** und

* ***körperliche Angst***

Diese Bipolarität **spiegelt sich in verschiedenen Fragebögen zur Erfassung der (Leistungs)-Ängstlichkeit**.

⇒ In psychiatrischer Literatur werden immer wieder **symptomatologische Überschneidungen von Angst und Depression** erwähnt;

ABER: das wird **in herkömmlichen Angstfragebögen nicht berücksichtigt**

2.2.1 Physiologische Manifestation:

Leistungsangst äußert sich in verschiedenen **körperlichen Veränderungen**. Man unterscheidet zwischen physiologischen Reaktionen,

- die **aktuell in einer als bedrohlich erlebten Situation binnen von Sekunden** auftreten (z.B. Herzklopfen, Schwitzen, Erröten,...) = ***physiologische Kurzzeitphänomene***
- die mit längerer **Latenz vor oder nach der Bedrohung** manifest werden und gegebenenfalls zur **Chronifizierung** neigen (z.B. Magenschmerzen, Schlaflosigkeit, Übelkeit, Kopfschmerzen, etc.) = ***physiologische Langzeitphänomene***

Außerdem: In aktuellen Leistungssituationen treten auch auf:

- ***feinmotorische Reaktionen*** auf (z.B. Zittern, Fahrigkeit der Hände,...)
- ***sprechmotorische Reaktionen*** (z.B. Stottern, Versprecher, Artikulationsstörungen,...)

Alle diese körperlichen Angstindikationen werden zwar **in Leistungsangst-fragebogen** berücksichtigt, aber **nicht als Fragebogen-Daten (Q-Daten)** in eigenständigen Dimensionen (z.B. als Skala „**PHYSIOLOGISCHE MANIFESTATIONEN**“), sondern **in Vermischung mit Stimmungen und Befindlichkeiten**.

Merke: -> **Fragebogen kann nur die subjektiven Selbstwahrnehmungen über ablaufende physiologische Veränderungen erfassen**, nicht aber die tatsächlich ablaufenden, objektiv meßbaren (hier kann es sehr große Unterschiede geben!)

➔ **aktuelles oder erinnertes persönliches Erleben** physiologische Reaktionen kann den **Bericht über Erlebnisse beeinflussen**; klientenspezifische Interpretationen körperlicher Angstzeichen sind unter dem beraterischen Aspekt wichtiger als tatsächlich ablaufende physiologische Veränderungen.

2.2.2 *Emotionale Manifestationen*

- Angst schlägt sich auch affektiv-emotional nieder. Solche **emotionalen Manifestationen der Angst können sein**: Unsicherheitsgefühle, Hilflosigkeitsgefühle, Gefühle von Minderwertigkeit, Gefühle des Alleingelassenseins, Verletzlichkeit, depressive Verstimmung und Angstgefühle.
- Im **klinisch-psychiatrischen Bereich** wurde **die Überlappung von Angst- und Depressionssymptomatik oft betont**. Ob Angst und Depression zwei unterschiedliche Störungsbilder sind, ist noch nicht erwiesen, vor allem dann nicht, wenn zu ihrer Messung Rating-Skalen verwendet werden; haben aber gemeinsame Varianzanteile (deren Verhältnis zueinander wird von soezifischen Umweltfaktoren bestimmt)
- **Emotional-affektiv getönte (prädepressive) Reaktionen** können als Bindeglieder zwischen den mehr physiologisch und kognitiv ausgerichteten Angstkomponenten interpretiert werden, d.h. sie stellen emotionale **Begleiterscheinungen von selbstwertbedrohenden Phänomenen** dar. Werden in Differentieller Leistungsängstlichkeitsdiagnostik unter „**EMOTIONALE MANIFESTATIONEN**“ zusammengefaßt.

2.2.3 *Kognitive Manifestationen:*

- ⇒ **traditionelle Leistungsangstdiagnostik**: interpretiert diesen Bereich als **beeinträchtigendes Grübeln, Sich-Sorgen** (vgl. „worry“-Konzept der Angstreaktion); **ABER**:
- **einseitige Festlegung Besorgnis ist problematisch**, weil Besorgnis ein Element der Zustandsangst ist, und es darüber hinaus noch weitere geben könnte.
 - sorgenvolles **Grübeln tritt erst als Folge einer kognitiven Angstreaktion auf**, d.h. Grübeln ist weniger ein aktueller Angstzustand, sondern eher eine Stabilisierungsform. Während dieses Prozesses des Grübelns entstehen außerdem Vorstellungen emotionalen Inhalts, die zu **kontinuierlichen Antizipationen von und Sensibilisierungen für zukünftige angstausslösende Situationen** führen können.
- ⇒ Besser kennzeichnend für den kognitiven Bereich der Leistungsangst ist daher die **Beeinträchtigung aufgabenbezogenen Denkens**. Bewirkt: Störungen der koordinierten Informationsaufnahme, Informationsverarbeitung und Informationsaktivierung (= Konzentrationsstörungen, Denkblockaden und Gedächtnishemmungen). Das ist „**KOGNITIVE MANIFESTATIONEN**“.

2.3 Copingstrategien bei Leistungsängstlichkeit:

- Bereich „**Angstbewältigung**“ wurde zuerst von **FREUD** (1926) in seiner **Neurosenlehre** unter den Thema „**Abwehrmechanismen**“ behandelt -> entscheidende Impulse. ABER: **triebtheoretische Ausrichtung der Angstforschung** zentrierte auf die Auswirkung der Angst auf das Leistungsmotiv, **vernachlässigte dabei den Aspekt der Angstbewältigung**.
- **kognitive Wende**: Interesse an Fragen der Bewältigung belastender Erlebnisse stieg (**LAZARUS**). Heute **Coping-Forschung** in vielen Teildisziplinen der Psychologie.

Einschub: 4 WICHTIGE COPING-ANSÄTZE:

1) Neo-analytischer Ansatz: (HAAN 1977)

→ **Coping** ist einer von mehreren **Ego-Prozessen**;

→ 3 Formen der Problembewältigung:

- a) „coping“,
- b) „defense“ und
- c) „fragmentation“.

→ Diesen liegen **zehn strukturell äquivalente, inhaltlich jedoch variierende generische Grundprozesse** zugrunde, die 4 Funktionen erfüllen. Diese sind für Coping:

- **Kognitive Funktionen:**
Objektivität, Intellektualität, logisches Analysieren
- **Reflexive Funktionen:**
Tolerieren der Ambiguität, Empathie, Ich-Regression
- **Funktionen der fokussierenden Aufmerksamkeit:**
Konzentration
- **affektive-impulsive Regulation:**
Sublimierung, Substitution, Unterdrückung

ad a) Nur Coping bewirkt eine optimale Problemlösung:

- **Anforderungen** sind dabei **den kognitiven, evaluativen und sozialen Verhaltensprogrammen und Strukturen des Individuums** angemessen;
- führen zu **flexiblen, zielgerichteten, der Logik verpflichteten Prozessen**.
- Diese Prozesse laufen **affektiv-motivational unterstützt** ab -> ermöglichen **einen adäquaten Affektausdruck**.

ad b) Abwehrprozesse dagegen:

- sind **rigide, realitätsunangemessene Reaktionen** in der Person-Umwelt-Interaktion.
- **Verhaltensmöglichkeiten der Person** werden **überfordert**,
- **Koordination der verschiedenen Programme** (kognitiv, evaluativ, sozial) findet **nicht oder nicht genügend** statt.
- Es kommt zu einer **affektiv-motivationalen Störung**

ad c) **Fragmentierung:**

- Hier kommt es zu einer **qualitativen Veränderung**
- Derartige Reaktionen sind **automatisiert, irrational und ritualisiert**
- stehen für **pathogene Verhaltensweisen**

KRITIK:

- ⇒ a priori erfolgte Bewertung von Strategien **berücksichtigt nicht** ausreichend deren **Effektivitätsabhängigkeit von situativen Aspekten**
- ⇒ **Konfundierung von Prozeß und Ergebnis**
- ⇒ tendentielle **Überbetonung der Anspannungsreduktion** gegenüber dem Aspekt der Problemlösung
- ⇒ **geringe Interrater-Reliabilität** in der Beurteilung der Ich-Prozesse
- ⇒ es **fehlt eine allgemeine Rationalitätstheorie**, die es erlaubt Situationslogiken systematisch abzuleiten

Fazit: **Unterscheidung von Coping, Abwehr und Fragmentation** ist nur etwas für **Extremfälle** oder überhaupt ein Holler

2) **Persönlichkeits-eigenschaftsorientierter Ansatz (BYRNE 1961):**

- **Coping = ein dimensionales, bipolares Persönlichkeitsmerkmal** mit den Extremwerten „repression“ und „sensitization“:

<p>* sensitization:</p> <p>Verhalten, das die bedrohlichen Aspekte einer gefährlichen Situation übertrieben stark akzentuiert -> beruht daher auf einer verzerrten Wahrnehmung</p>	<p>* repression:</p> <p>Bedrohlichkeit einer Situation wird unterschätzt und bagatellisiert</p>
--	--

- **KROHNE&ROGNER:** Individuen mit repressivem und sensitivem Bewältigungsstil unterscheiden sich voneinander:
 - ➔ in der Richtung der Aufmerksamkeit in Streßsituationen
 - ➔ im Ausmaß der Antizipation künftiger Gefahren
 - ➔ in der Art der ausgeübten Kontrolle in Streß-Situationen

- In den **Extremvarianten** läuft **Coping rigid und ohne ausreichende Berücksichtigung situativer Anforderungen** ab.
- Im **Mittelbereich** dieser Persönlichkeitsdimension hingegen **orientieren sich Personen flexibel und situationsbezogen** -> bei ihnen kommt es zu einer **angemessenen, nicht-defensiven Angstbewältigung**

KRITIK:

- ⇒ Orientierung an Eigenschaften, **situative Komponenten werden nicht ausreichend einbezogen**
- ⇒ **Möglichkeit individueller Präferenzen** innerhalb bestimmter Bedrohungsklassen (z.B. „threat“, „challenge“, „harm“) wird **nicht berücksichtigt**
- ⇒ **unidimensionale Konstrukte werden der Vielfältigkeit von Coping-Reaktionen nicht gerecht**, sondern reduzieren diese in unangemessener Weise.

3) handlungstheoretischer Ansatz: (FUCHS 1981)

- geht von der Frage aus, **unter welchen Bedingungen sich Furcht desorganisierend oder organisierend auf Zweckhandeln auswirkt.**
- **erfolgreiche Bewältigung** kommt oft zustande durch **Ausnützung der Zielwahl und der Gestaltung des Aktionsprogramms**
- **Möglichkeiten zweckrational-kontrollierter Gefahr- und Furchtvermeidung:**
 - a) Anstrengung und Aufmerksamkeitskonzentration während der Handlungsausführung
 - b) sorgfältige Vorbereitung und Planung der Handlung
 - c) Erlernen erfolgreicher Gefahrenerkennung und Gefahrenabwehr
 - d) positive Rückmeldung von Handlungsauswirkungen beim Üben
- Zu **furchtverstärkender Wirkung und desorganisierter Handlung** kommt es, wenn nach dem Überschreiten des eigenen Kompetenzniveaus
 - ➔ ein Rückzug nicht mehr möglich ist
 - ➔ der damit verbundene Fehlschlag als sehr bedeutsam gewertet wird
 - ➔ weder Mittel noch Wege zur Abwehr des Fehlschlags vorhanden sind.

Folge: Störungen des Zweckhandelns (z.B. Konzentrationsstörungen, Blockade routinemäßig ablaufender Verhaltensprogramme,...)

- ⇒ **affektiv-emotionale Komponente der Zweckhandlungen** bildet sich **auf Grundlage bisherig erfahrener Handlungsfolgen über die Erwartung zukünftiger Handlungsauswirkungen**; wird **automatisch aktiviert**. Trotzdem kann Individuum bei entsprechendem Vorsatz durch Konzentration auf Handlungsausführung eventuell störenden Einfluß kontrollieren.

KRITIK:

- ⇒ **neue**, über vorhergehende Modell hinausreichende **Möglichkeiten**
- ⇒ **Prozeßcharakter, Bereichsspezifität und Multidimensionalität des Copings können besser berücksichtigt** werden
- ⇒ **ABER:** es gibt bisher noch **keine Operationalisierungsversuche**, mit denen eine empirische Testung des Modells möglich wäre

4) Trans-aktionaler Ansatz: (LAZARUS 1984)

- zentrale Bedeutung bei Entstehung und Verarbeitung belastend erlebter Ereignisse haben **kognitive Bewertungsprozesse**
- Über kognitive Bewertungsprozesse erfolgt **die Klassifizierung situativer Bedingungen** als
 - ➔ irrelevant
 - ➔ positiv oder
 - ➔ stressend
- Im Bereich der **Streßinduktion** unterscheiden LAZARUS&LAUNIER **3 Klassen von Ereignissen:**
 - a) Schädigung / Verlust
 - b) Bedrohung
 - c) Herausforderung
- Jede dieser Bewertungen ist **mit verschiedenen emotionalen Befindlichkeiten assoziiert**; führt zu **unterschiedlichen Bewertungsmustern**
- Bewertungsmuster sind **abhängig von den Bewältigungsmöglichkeiten und Bewältigungsfähigkeiten einer Person, beeinflussen die Auswahl von Bewältigungsmaßnahmen.**
- Neubewertungen liefern Informationen über die eigenen Reaktionen und über die Umwelt; führen zu Neueinschätzung der Situation.
- Lazarus unterschied **ursprünglich 2 Bewältigungsformen:**
 - ➔ *offene Handlungen* und
 - ➔ *intrapsychische Maßnahmen*

differenziertes Klassifikationsschema von Lazarus unterscheidet zwischen:

- ➔ *2 Funktionen* und
- ➔ *4 coping-modes*

Je **nach der Richtung intendierter Kontrolle** dominiert eine

- ➔ *palliative* (innengerichtete, emotionsregulierende) oder
- ➔ *instrumentelle* (außenbezogene, gefahrenregulierende) Funktion.

Jede dieser beiden Funktionen kann **durch folgende Bewältigungsformen verwirklicht** werden:

- a) **Informationssuche** (z.B. Veränderung kognitiver Aspekte)
 - b) **direkte Aktionen** (z.B. Arbeitsverhalten oder Entspannungsübungen)
 - c) **Aktionshemmungen** (z.B. Unterlassen bestimmter Verhaltensweisen)
 - d) **intrapsychische Bewältigung** (z.B. kognitive Abwehrprozesse)
- Für **Auswahl einer bestimmten Bewältigungsform** postulieren LAZARUS & LAUNIER eine **multiple Determination**. Dabei kommen unter anderem **besonderes Gewicht** zu:
 - ➔ dem Grad der Ungewißheit
 - ➔ dem Ausmaß der Bedrohung
 - ➔ dem Vorliegen eines Konflikts
 - ➔ dem Grad an Hilflosigkeit
 - Jeder **Bewältigungsprozeß erfüllt in der Person-Umwelt-Transaktion mehrere Anpassungsfunktionen**; ihre Verwirklichung bzw. Gelingen entscheidet über die Wirksamkeit eines bestimmten, konkreten Verhaltens.

KRITIK:

- ⇒ **realitätsnahe, aber zu komplizierte** Theorie
 - ⇒ **Empirisch noch nicht überprüfbar** wegen: Operationalisierung der postulierten Prozeßparameter und Wechselwirkungen
-

2.3.2 Spezifische Strategien zur Bewältigung von Leistungsängstlichkeit:

- ⇒ Interesse der Psychologie an Fragen der Bewältigung belastend erlebter Ereignisse **ab Mitte der 60er Jahre**; Begriff „**Streß**“ ist heute **Modewort** -> Gefahr der Entleerung und Entartung zu einem „umbrella“-Konzept (schirmt mehr ab, als es aufdeckt)
- ⇒ **Coping** = diejenigen **kognitiven, behavioralen und emotionalen Versuche**, die eine Person gezielt einsetzt, um aus **internen oder externen Quellen und deren Wechselwirkungen entspringenden Belastungen** (antizipierte oder aktuelle Anforderungen und Konflikte) **zu ertragen, zu verarbeiten oder zu reduzieren**.
- ➔ Dabei sind folgende **4 Aspekte zu berücksichtigen** (nach KROHNE 1985):
 - a) **Coping bezieht sich auf den Prozeß der Bewältigung**, weniger auf das angestrebte Ziel (management)
 - b) Dieser Prozeß wird **durch kognitive und behaviorale Verhaltensweisen des Individuums bestimmt**
 - c) **Copingreaktionen beziehen sich auf interne oder externe Anforderungen**, welche die Person aus- bzw. überfordern, d.h. die **mit dem Verhaltensrepertoire nicht mehr routinemäßig beantwortet** werden können
 - d) Copingreaktionen sind darauf gerichtet, ein **subjektiv erlebtes Ungleichgewicht zwischen wahrgenommenen Anforderungen und eigenen Ressourcen aufzuheben**.
- ➔ Copingbegriff kann inhaltsspezifisch **auf beliebige Anforderungsklassen angewendet werden**; muß für den Leistungsbereich konkretisiert werden. Operationalisierung von Bewältigungsstrategien wird aber erschwert, weil es keine umfassende Coping-Theorie für Angst allgemein und Leistungsangst im besonderen gibt. Außerdem herrscht Unklarheit, welche Vorgänge überhaupt Bewältigungsstrategien sind. Bisher wurden vornehmlich Abwehrprozesse untersucht.

2.3.2.1 Gefahrenkontrolle durch produktives Arbeitsverhalten:

- **Gefahrenkontrolle bedeutet bei Prüfungsangst**: frühzeitiger Einsatz und Verbesserung des Lern- und Arbeitsverhaltens (Antizipationsphase) -> Steigerung angemessenen Studierverhaltens macht eine Verbesserung des Leistungsergebnisses wahrscheinlich (garantiert sie allerdings nicht).
- Studien ergaben **als Folge auch Angstreduktion** (auch in Kombination mit Angstkontrolltechniken wie Desensibilisierung, Entspannung oder Beratung)
- **Ängstliche Schüler** bereiten sich durch **kontinuierliche häusliche Mehrarbeit** signifikant länger auf den Unterricht vor als wenig ängstliche.

- Neben tatsächlicher Vorbereitungszeit spielt aber auch das **Bewußtsein, sich gut vorbereitet zu haben, eine wichtige Rolle bei der Verarbeitung und Reduktion von Prüfungsangst** (Verringerung der subjektiven Bedrohung)
- ⇒ **Gefahrenkontrolle durch produktives Arbeitsverhalten ist eine „präventive Strategie“**; sie setzt aber voraus, daß **noch genügend Zeit** zur Optimierung des Studieverhaltens ist (nur so führt vermehrte Anstrengung auch wirklich zur Erhöhung der subjektiv wahrgenommenen und der tatsächlich eigenen Kompetenz)

2.3.2.2 Situationskontrolle durch Vermeiden und Mogeln:

- Kann Person **während der Antizipationsphase sich nicht gezielt und angemessen vorbereiten** -> Möglichkeit, **in der Konfrontationsphase** (Prüfungssituation) **direkt oder indirekt auszuweichen**. In der Regel ist es nicht möglich, sich durchgängig durch Vermeidung der Prüfung zu entziehen (z.B. durch Krankmelden)
- Ist im Unterschied zur Gefahrenkontrolle **aber lediglich eine Situationskontrolle**
- Situationskontrolle ist eine „**instrumentelle Funktion**“ (Konzentration auf Umweltgegebenheiten)
- Diese direkte Beeinflussung oder Veränderung „objektiver“ Merkmale bedrohlicher Ereignisse nennt AVERILL (1973) „**behaviorale Kontrolle**“.
- ⇒ **Je nach Nähe der Prüfungssituation steht die aktive Vorbereitung (Gefahrenkontrolle) oder der Versuch ihrer Entschärfung oder Umdefinition (Situationskontrolle) im Vordergrund.**

2.3.2.3 Angstkontrolle durch Relaxation und Antizipation:

- sind Vorgangsweisen, bei denen der Prüfling eine **anhaltende Verringerung des physischen und psychischen Angstpegels herbeizuführen versucht**.
- **erfolgversprechend** dabei sind
 - ➔ Entspannungsverfahren
 - ➔ gedankliche Vorwegnahme und Auseinandersetzung mit der Prüfungssituation im Sinne einer Habituation bzw. unsystematischen Desensibilisierung.
- vermitteln das **Gefühl, der Prüfungssituation gelassen begegnen zu können, mit ihr vertraut zu werden**
- **schaffen Grundlage für neue Sichtweisen**, die den bedrohlichen Charakter der Prüfung mildern und zu einer Aufwertung der Kompetenz führen können
- es **reduziert sich die emotional beunruhigende Unsicherheit**
- solche Maßnahmen stellen die **Basis verschiedener Verfahren kognitivistischer Ansätze der Verhaltensmodifikation** dar

2.3.2.4 Angstunterdrückung durch Ablenkung und Bagatellisierung:

- bringt meist **nur kurzfristig Entlastung**, ohne das Angstpotential direkt zu modifizieren.
- solche Strategien **verändern in nicht-instrumenteller Weise die kognitive Repräsentation einer Problemsituation**
- **Selbstberuhigungsversuche und Selbstaufwertungen** (auch durch soziale Vergleiche) wirken emotional unterstützend, eigentliche angsterzeugende Aspekte werden dabei aber nicht direkt angegangen
- Aufmerksamkeit wird von gefahrenanzeigenden Hinweisreizen abgezogen und auf angenehme, nicht problemspezifische Cues gerichtet -> damit ist die **Angstbewältigung erschwert**.

2.3.3 Strukturiert-integriertes Coping: Verfügbarkeit und Einsatz

a) präventive Methoden:

- **Gefahrenkontrolle und Angstkontrolle** sind Verhaltensweisen, die **auf die verursachenden Bedingungen der erlebten Belastungen** zielen; zielen damit gleichzeitig **auf künftige Entlastung** = präventive Formen der Gefahren- und Angstbewältigung
- **Voraussetzung** für ihren rechtzeitigen Einsatz = **Vorhersagbarkeit einer Bedrohung** (z.B. Schularbeit, Referat, angesagte Prüfung)
- Präventiven Strategien liegt eine „**wahre**“ **Realitätsperzeption im Sinne einer sachadäquaten (d.h. wirklichkeitsentsprechenden) Wahrnehmung und Informationsverarbeitung** zugrunde.
- Haben deutliche **Affinität zu bewährten klinisch-psychologischen Vorgehensweisen** (z.B. Training des Arbeits- und Studierverhaltens, systematische Desensibilisierung, Entspannungsverfahren, Selbstinstruktionstraining)
- **optimale Leistungsängstlichkeitsbewältigung muß BEIDE Aspekte** (Gefahrenkontrolle und Angstkontrolle) einbeziehen, denn
 - ➔ effektive Angstreduktion wirkt sich nicht gleichzeitig positiv auf das Leistungsergebnis aus;
 - ➔ Gefahrenkontrolle ist besser, denn neben der tatsächlichen Vorbereitung spielt auch das Bewußtsein, gut vorbereitet zu sein eine wichtige Rolle bei der Bewältigung von Prüfungsangst
 - ➔ Hilfreich daneben = Antizipation und Entspannung zur Reduzierung des Erregungsniveaus

b) Methoden zum Umgang mit aktuellen Bedrohungen

- Sind im Unterschied zu den präventiven Methoden (setzen eher kausal an) **vornehmlich situativ-zudeckend wirksam** -> Situationskontrolle
- dazu gehören **Situationsabwertung und Bagatellisierung**
- können **kurzfristig eine Entlastung** bedeuten
- **motivationale Basis von Situationskontrolle ist „Anstrengungsvermeidung“** (Schüler konzentriert den Großteil seiner Energie auf die Vermeidung einer produktiven Auseinandersetzung mit der Gefahr, die angstausslösende Situation wird erst gar nicht aufgesucht oder umdefiniert); ob es sich bei Anstrengungsvermeidung um ein stabiles Persönlichkeitsmerkmal handelt oder ob es eine revidierbare Einstellung ist nicht geklärt (vgl. hochängstliche Schüler sind sehr mißerfolgsorientiert, haben daher ein starkes Motiv, Mißerfolg zu vermeiden) [wäre aber wichtig für eine Beratung oder Therapie!]
- ⇒ **Angstunterdrückung kann auch Ressourcen freisetzen und zu einer noch positiven Auseinandersetzung mit einer Aufgabe führen. Situationskontrolle hingegen** greift auf Mittel zurück, die im Widerspruch zu normativen Erwartungen stehen. Es könnte sein, daß es **bei ständiger Anwendung** von Situationskontrolle dazu kommt, daß langfristig das Anspruchsniveau gesenkt wird. Dabei bleibt die Differenz zwischen Selbsteinschätzung eigener Kompetenz und Anspruch stabil -> zuletzt können auch deutlich reduzierte Anforderungen nicht mehr erfüllt werden.

Wichtiges Kriterium der funktionalen Effizienz vom Coping-Strategien ist weniger das sie kennzeichnende Verhalten als der Zeitpunkt:

- **moduliertes System:**
 - ➔ ist kennzeichnend für eine gut funktionierende Angstbewältigung;
 - ➔ entsteht aufgrund einer schrittweisen Bewältigung des Angstanstiegs mit zunehmender Erfahrung;
 - ➔ zeichnet sich aus durch rechtzeitig einsetzende und flexibel auf die Gefährdung abgestimmte Strategien
 - ➔ erfolgreiche Prüfungsangstbewältigung ist gekennzeichnet durch den Einsatz der verfügbaren, problemzentrierten und emotionsfokussierten Coping-Strategien zu unterschiedlichen Prüfungsphasen
- **unmoduliertes System:**
 - ➔ inadäquate Angstbewältigung
 - ➔ gekennzeichnet dadurch, daß nur eine einzige Strategie zur Verfügung steht, auf die das Individuum fixiert ist
 - ➔ rechtzeitige Warnfunktion und Flexibilität im Umgang mit einer Gefahr fehlen
 - ➔ produktiv-adaptive Interaktion des Schülers mit seiner Umwelt ist beeinträchtigt oder gestört

2.4 Stabilisierungsformen von Leistungsängstlichkeit:

Angststabilisierung =

- die wichtigsten Bedingungen, die eine **Aufrechterhaltung oder Inkubation der Leistungsangst bewirken.**
 - treten als **explizite oder implizite Konsequenzen erlebter Angst und Selbstabwertung auf** und **beeinflussen somit das Angstpotential des Individuums**
 - mit **zunehmender Erfahrung** werden die **Erwartungen** im Bezug auf **künftige Leistungssituationen aufgebaut und verfestigt.**
- ⇒ ist von **zentraler Bedeutung für psychologische und pädagogische Beratung** und Therapie, da dadurch maßgeblich die Entscheidung für eine angemessene Interventionsstrategie beeinflußt wird.
- ⇒ Analyse und systematische Kontrolle verhaltensstabilisierender Konzepte ist eine **Domäne der Verhaltensmodifikation**: Man unterscheidet zwischen
- ***external aufrechterhaltenden Konsequenzen*** (vgl. KANFER „**alpha-Kontrolle**“ = durch Umgebungsreize hervorgerufene Verhaltensbeeinflussung) und
 - ***internal aufrechterhaltenden Konsequenzen*** (vgl. KANFER „**beta-Kontrolle**“ = vom Individuum selbst ausgehende Verhaltensregulation)
- Daher:** Leistungsangstdiagnostik muß **Informationen einholen über aktuelle und antizipierte Fremd- und Selbstverstärkung** (vgl. Studie, die besagt, daß Prüfungsängstliche sich auf ihre Prüfungsangst berufen, um nicht die volle Eigenverantwortlichkeit für ihr Versagen übernehmen zu müssen)

2.4.1 Externale Stabilisierung:

- Individuum setzt dabei Verhaltensweisen, die „signifikante Bezugspersonen“ dazu veranlassen, in spezieller Art und Weise zu reagieren (= **instrumentelle Reaktionen**)
- Solche Verhaltensweisen sind diejenigen, die aus der Umwelt Verständnis, Rücksicht, Schonung, soziale Zuwendung, Unterstützung und Mitleid hervorrufen und so die **Entwicklung leistungsbezogenen Meinungsverhaltens begünstigen**
- Es geht um die **Befriedigung sozialer Bedürfnisse** (stehen in der Verstärkungshierarchie über den materiellen Konsequenzen)
 - ➔ dienen zur **Kompensation** bedrückender, realer oder virtueller Erfahrungen von Leistungsversagen,
 - ➔ führen zum **Schutz** oder gar zur Aufwertung des leistungsbezogenen Selbstwertgefühls

- **Externale Konsequenzen sind** z.B. Reaktionen von Lehrern, Eltern, Mitschülern und anderen Nahestehenden auf Angstäußerungen des Individuums
- **Externale Stabilisierung** kann somit als „**Krankheitsgewinn**“ aufgefaßt werden:
 - ➔ führt zu sozialer Zuwendung
 - ➔ führt zur Reduktion von Leistungsanforderungen
 - ➔ wird als angenehm erlebt, deswegen kann schon seine Antizipation zu einer Angststabilisierung beitragen
- Um bei Personen des sozialen Umfelds rücksichtsloses Verhalten in solchem Ausmaß zu provozieren, müssen die Angstsymptome deutlich wahrnehmbar geäußert werden; **intensiver Emotionsausdruck und Suche nach sozialer Unterstützung** führen aber **zu erhöhter Leistungsangst** statt zu ihrer Reduktion

2.4.2 ***Internale Stabilisierung:***

- **verstärkende Stimuli** (= coverants / HOMME 1965) sind für andere nicht zugänglich; sind **geistig-seelische Prozesse** (z.B. Selbstverbalisationen, Erwartungshaltungen, Vorstellungen über zukünftig eintretende Ereignisse) -> **beeinflussen im Sinne verdeckter instrumenteller Handlungen des Verhalten des Individuums**
- Aufgrund von **angstbesetzten Erfahrungen in einer Leistungssituation** wird vermehrt über die auslösenden Bedingungen und die erlebten Gefühle **gegrübelt**, anschließend über die befürchteten Konsequenzen (kann zwanghaft werden). Wesentlich dabei ist die **Überzeugung des Individuums, selbst keine positiven Veränderungen an sich oder seiner Umwelt vornehmen zu können**. Solche Kognitionen können auch lange nach einem erfahrenen Mißerfolg **sehr beharrlich** sein; können sich zur **Gewohnheit** ausbilden **und wie ein automatisierter Prozeß ablaufen** (kann zur Erlernten Hilflosigkeit werden). Hat sich eine solche **Disposition einmal ausgebildet** -> **Betroffener** ist für die Wahrnehmung potentiell angstausslösender Reize sensibilisiert; **reagiert ängstlich auch auf solche Leistungssituationen, die er mit seinem Coping-Inventar ohne größere Anstrengungen bewältigen könnte**.
- Ähnliche Erwartungsphänomene beschreiben **BANDURA im Rahmen der sozial-kognitiven Lerntheorie** und **BECK im Zusammenhang mit der Erklärung depressiver Phänomene** (vgl. auch das PREMACK-Prinzip)

3. DIE 12 SKALEN DES DAI:

- * DAI besteht aus **4 Bereichen und insgesamt 12 Skalen**
- * **Langform: 146 Items;**
- * **Kurzform** (primär für Forschungszwecke vorgesehen): **96 Items**

1. Bereich: Auslösebedingungen von Leistungsängstlichkeit: (AUS)

Alle Items beginnen mit „Ich habe Angst...“

* Skala Repertoire-Unsicherheiten: (RU)

Beispiel:

- ➔ Ich habe Angst, da es mir schwer fällt, mich systematisch vorzubereiten.
- ➔ Ich habe Angst, weil ich mich leicht von meiner Arbeit ablenken lasse

* Skala Wissensbezogene Angstausslösung (WA)

Beispiel:

- ➔ Ich habe Angst, wenn ich bei einer Schularbeit / Prüfung mit der vorgegebenen Zeit nicht zurechtkommen
- ➔ Ich habe Angst, wenn ich in einem Fach etwas leisten muß, in dem ich nicht gut bin

* Skala Sozialbezogene Angstausslösung (SA)

Beispiel:

- ➔ Ich habe Angst, wenn ich an der Tafel stehe und alle mich anschauen
- ➔ Ich habe Angst, daß die anderen meine Unsicherheit merken

2. Bereich: Manifestationen von Leistungsängstlichkeit (MAN)

Alle Items beginnen mit „Wenn ich Angst habe...“

* Skala Physiologische Angstmanifestation (PHY):

Beispiel:

- ➔ Wenn ich Angst habe, ist mir fast übel
- ➔ Wenn ich Angst habe, fangen meine Hände an zu zittern

* Skala Emotionale Angstmanifestation: (KOG)

Beispiel:

- ➔ Wenn ich Angst habe, komme ich mir wehrlos vor
- ➔ Wenn ich Angst habe, fühle ich mich eingeengt

* Skala Kognitive Angstmanifestation:

Beispiel:

- ➔ Wenn ich Angst habe, verstehe ich manches falsch
- ➔ Wenn ich Angst habe, bemerke ich Fehler nicht

3. Bereich: Copingstrategien bei Leistungsängstlichkeit (COP)

Alle Items beginnen mit „Um meine Angst zu bewältigen....“

*** Skala Gefahrenkontrolle durch produktives Arbeitsverhalten (GK)**

Beispiel:

- Um meine Angst zu bewältigen, bereite ich mich besser vor
- Um meine Angst zu bewältigen, stecke ich mir Lernziele, die ich erreichen kann

*** Skala Situationskontrolle durch Vermeiden und Mogeln (SK)**

Beispiel:

- Um meine Angst zu bewältigen, hoffe ich, daß der Lehrer bei der Schularbeit die Aufsicht nicht zu streng ist
- Um meine Angst zu bewältigen, hoffe ich, daß ein anderer drankommt

*** Skala Angstkontrolle durch Relaxation und Antizipation (AK)**

Beispiel:

- Um meine Angst zu bewältigen, überlege ich mir, was ich tun kann, wenn meine Angst wieder auftritt.
- Um meine Angst zu bewältigen, atme ich tief durch

*** Skala Angstunterdrückung durch Ablenkung und Bagatellisierung (AU)**

Beispiel:

- Um meine Angst zu bewältigen, rede ich mir ein, daß alles nicht so schlimm ist
- Um meine Angst zu bewältigen, mache ich mir klar, daß es anderen auch so geht.

4. Bereich Stabilisierungsformen von Leistungsängstlichkeit (STAB):

*** Skala Externale Stabilisierung: (ES)**

Beispiel:

- Wegen meiner Angst kommt es vor, daß die Lehrer nicht so streng sind
- Nach einem Angsterlebnis sind manche Leute besonders freundlich zu mir.

*** Skala Internale Stabilität (IS):**

Beispiel:

- Ich komme wegen meiner Leistungsangst ins Grübeln
- Allein der Gedanke an eine Prüfung macht mich schon nervös

5.4 Reliabilitätsprüfungen:

Je nach Studie und Itemzahl der Skala schwanken die Werte zwischen:

- interne Konsistenzen:

AUS: $r = 0,84 - 0,93$ (alles Cronbach Alpha; für Mädchen ein Wert angegeben)

MAN: $r = 0,80 - 0,95$

COP: $r = 0,55 - 0,89$

STAB: $r = 0,87 - 0,94$

- Stabilität:

Ausreißer gibt es bei AK und AU ($r = \text{ca. } 0,55 - 0,68$) gut bis sehr gut; Untersuchung wurde durchgeführt an palästinensischen Oberschülern

6. PSYCHOMETRISCHE KENNWERTE DER LANG- UND KURZFORMEN:

* **Langformen:** N = 902 Oberschüler der 10.-13. Klassen (441w; 461m)

* **Kurzformen:** N = 684 Oberschüler der 8.-12. Klassen (353w, 331m)

6.1 Auslösebedingungen von Leistungsängstlichkeit (AUS):

1) Hauptkomponentenanalysen:

- alle Produkt-Moment-Korrelationen = positiv ($r = 0,08$ bis $r = 0,72$; durchschnittliche Itemkorrelation $r = 0,29$)
- **3 postulierte Facetten spiegeln sich in Hauptkomponentenanalyse wider.**

2) Itemkennwerte:

- Mittelwerte (nach Skalen getrennt) schwanken zwischen 1,7 und 3,8
- Streuungen zwischen 1,0 und 1,4
- Trennschärfen zwischen $r = 0,47$ bis $r = 0,79$

3) Skalenkennwerte:

- Subskalenwerte eignen sich auch bei geschlechtsgetrennter Betrachtung nicht nur für Gruppenvergleiche, sondern auch für Einzeldiagnostik gut
- hohe Retest-Reliabilitäten

6.2 Manifestationen von Leistungsängstlichkeit (MAN)

1) Hauptkomponentenanalysen:

- ausschließlich positive Werte zwischen $r = 0,01$ bis $r = 0,63$ (Mittelwert: $r = 0,29$)
- auch hier wird **die a priori zugrundegelegte Struktur empirisch bestätigt**

2) Itemkennwerte:

- Mittelwerte zwischen 1,5 und 3,5
- Streuungen zwischen 0,9 bis 1,5
- Trennschärfen zwischen $r = 0,28$ und $r = 0,74$

3) Skalenkennwerte:

- alle sind **ausgesprochen gut**
- Langformen: Rel bei PHY nicht so hoch wie bei EMO und KOG (Grund = geringe Itemanzahl); Skalen EMO und KOG weichen von der NV ab
- Kurzformen: wie oben, nur weichen sie von der NV ab

6.3 Copingstrategien bei Leistungsängstlichkeit (COP):

1) Hauptkomponentenanalysen:

- Iteminterkorrelationen zu 89% positiv; Werte zwischen $r = -0,19$ bis $r = 0,73$
- **4 Faktoren wurden bestätigt**

2) Itemkennwerte:

- Mittelwerte von 0,9 bis 3,8
- Streuungen von 0,7 bis 1,5
- Trennschärfen von 0,26 bis 0,72

3) Skalenkennwerte:

- Aus inhaltlichen Gründen ist es nicht sinnvoll eine Gesamtskala der Copingstrategien zu bilden
- hohe Homogenitäten und retest-Reliabilitäten (bei Kurzformen alles niedriger)

6.4 Stabilisierungsformen von Leistungsängstlichkeit (STAB):

1) Hauptkomponentenanalysen:

- alles wie erwartet

2) Itemkennwerte:

- Mittelwerte zwischen 1,4 und 2,7 (relativ gering)
- Streuungen zwischen 0,8 und 1,4
- Trennschärfen bei 0,5

3) Skalenkennwerte:

- **Verteilung der Werte für ES gleicht einer umgekehrten J-Kurve** -> nur bei wenigen Personen ist es so, daß ihre Leistungsängstlichkeit ihre Umgebung zu verstärkenden Handlungen (z.B. Rücksichtnahme, Schonung, soziale Zuwendung, Unterstützung, Mitleid) anregt.
- **Auch Skala IS ist nicht normalverteilt** -> stärker chronifiziertes Besorgtsein als Kette negativer Gedanken und Bilder kommt nicht verstärkt vor
- **Homogenitäten und Stabilitäten sind gut**

7. VALIDITÄTSHINWEISE:

1) Konstruktvalidität:

a) auf Itemebene:

- Es sollen sich **bei allen 146 Items** die bereichintern gefundenen, abgrenzbaren, insgesamt **12 Komponenten** zeigen -> stimmte;
- nur **Items der Skalen RU und WA verwiesen auf eine gemeinsame Dimension** (das ist **aber mit der Theorie des DAI verträglich**: Wer sich im unklaren ist, welche Anforderungen an ihn gestellt werden und ob er über die zur Aufgabenlösung notwendigen Fertigkeiten verfügt, d.h. wer nicht weiß, wie er jene effektiv einsetzen soll, wird die Erfahrung machen, Bewährungssituationen nicht ausreichend gewachsen zu sein).
- **Theoretisch postulierte Struktur des DAI ist auf Gesamitemebene (Primärkomponentenniveau) belegt**

b) auf Skalenebene:

- Durchschnittliche Interkorrelation der 12 Skalen beträgt $r = 0,31$; am höchsten in Skalen WS und IS ($r = 0,68$); am niedrigsten in Skalen GK und SK ($r = 0,03$)
- **Konstruktvalidität des DAI auch auf dem Niveau der Sekundärkomponenten belegt.**

7.3 Beziehungen zu Persönlichkeitsvariablen:

1) zum STAI (State-Trait-Angstinventar):

- STAI bezieht sich auf **die relativ stabile Neigung von Personen, Situationen als bedrohlich zu bewerten und darauf mit einem Anstieg der Zustandsangst zu reagieren.**
- **Hohe Korrelation der „Internen Stabilisierung“ mit der allgemeinen Trait-Ängstlichkeit** -> die im DAI betonte funktionale Interpretation des Sinnierens und Grübelns zielt auf die damit gleichzeitig verbundene Sensibilisierung für zukünftige angstausslösende Situationen

2) zum IAF (Interaktions-Angst-Fragebogen):

- Aus ihm wurden **4 Skalen ausgewählt**:
 - ➔ „Angst vor Auftreten“, (z.B. Sie werden von Ihrem Vorgesetzten bei der Arbeit beobachtet)
 - ➔ „**Angst vor Normüberschreitung**“ (z.B. Sie werden bei einer Lüge ertappt)
 - ➔ „**Angst vor Selbstbehauptung**“ (z.B. Wie unangenehm wäre es, einem Vorgesetzten zu widersprechen, wenn Sie sich im Recht fühlen)
 - ➔ „**Angst vor Abwertung und Unterlegenheit**“ (z.B. Sie stellen fest, daß die meisten Teilnehmer einer Tagung Ihnen überlegen sind)
- „Angst vor Auftreten“ und „Angst vor Selbstbehauptung“ gemeinsam sind

definiert als „**Angst vor Bewährungssituationen**“

- **Ergebnis:**
 - ➔ mittlere bis hohe Korrelationen von „Angst vor Auftritten“, „Angst vor Abwertung und Unterlegenheit“ und „Angst vor Selbstbehauptung“ mit Auslöse- und Manifestationsaspekten sowie mit „Internaler Stabilisierung“
 - ➔ höchste Korrelation war die von „Sozialbezogene Angstausslösung und „Angst vor Auftritten“

3) **Streßverarbeitung:**

a) **SVF:**

- SVF erfaßt die **Tendenz, in Belastungssituationen mit bestimmten Streßverarbeitungsmaßnahmen (Streßbewältigungsstrategien) zu reagieren.**
- **Gemeinsame varimax-rotierte Hauptkomponentenanalyse** der 19 SVF-Skalen und der 6 DAI Skalen COP und STAB ergab **4 Komponenten:**
 - ➔ K1: selbstzentrierte, resignative und angststabilisierende Kognitionen,
kombiniert mit der Tendenz, belastende Situationen zu meiden oder zu verlassen. Aktive Bewältigung der Problemsituation nur in Form von Aggressionen
 - ➔ K2: Ablenkung und Beruhigung korrespondiert trotz unterschiedlicher Bezeichnung mit den SVF-Items zur „Bagatellisierung“, „Schuldabwehr“, Ablenkung von Situationen“, „Ersatzbefriedigung“, „Suche nach Selbstbestätigung“, „Herunterspielen durch Vergleich mit anderen“
 - ➔ K3: faßt Strategien zusammen, die eine aktive und konstruktive Auseinandersetzung mit der Belastung ermöglichen; setzen sowohl auf der Ebene der begleitenden Emotionen als auch bei der Kompetenzerhöhung an
 - ➔ K4: im Vordergrund stehen soziale Beziehungen in einer belastenden Situation;
 - ➔ Korrelation zwischen Externe Stabilisierung und SVF-Skala SOZUBE; Kontroll- und Entlastungsversuche durch Pharmakoeinnahme und Mogeln

b) **EPI:**

- **Ängstlichkeit und Psychoneurotizismus bzw. psychosomatische Gestörtheit** hängen eng zusammen. **Neurotizismus wird als Angst-Sekundärfaktor** bezeichnet (z.B. von CATTELL), manifestiert sich im „Eysenck Personality Inventory dadurch, daß eine Person **Insuffizienzgefühle, Neigungen zu Stimmungsschwankungen, Sorgen um die Gesundheit, Angst vor zukünftigen Ereignissen und innere Unruhe** empfindet.
- Mittelhohe Korrelationen zwischen den DAI-Auslöseskalen und der Skala N des EPI.

c) FPI:

- Skala A1 des FPI **operationalisiert Nervosität** mit Items, deren Inhalte unter dem Paar „psychosomatisch gestört - psychosomatisch nicht gestört“ zusammengefaßt werden
- **Psychosomatischer Aspekt spiegelt sich in den Beziehungen zu den Manifestationsskalen des DAI wider**; am höchsten korreliert die Skala PHY; Beziehungen zur Skala IS

4) Kontrollüberzeugungen:

- **Fragebogen zu Kontrollüberzeugungen (IPC)** erfaßt generalisierte „Internale Kontrollüberzeugungen“ und „Externale Kontrollüberzeugungen“, wobei Externalität durch „Subjektive Machtlosigkeit“ von „Fatalismusbedingter Externalität“ unterschieden wird
- **Eine Person**, die Verstärkung und Ereignisse, die eigenem Verhalten folgen, als kontingent **selbstbewirkt erlebt**, greift **tendenziell eher zu verschiedenen präventiven Leistungskontrollstrategien** (GK, AK) als eine Person, die diese Verstärkungen und Ereignisse als Ergebnis von Schicksal oder mächtigen Anderen interpretiert. AU wird von beiden gleichermaßen eingesetzt
- „Internale Kontrollüberzeugung“ korreliert nicht mit Leistungsstabilisierung; aber: **„Externale Kontrollüberzeugung“ korreliert mit angststabilisierenden Grübeltendenzen** (IS)

5) Frankfurter Selbstkonzeptskalen (FSKN):

- Sie thematisieren **leistungs- und stimmungsbezogene, psychosoziale und allgemeine Selbstwertaspekte**
- teilweise **sehr hohe Korrelationen mit dem DAI**, daher 78 Selbstkonzeptitems wurden einer **Hauptkomponentenanalyse** unterzogen:

Ergebnis:

- ➔ **4 Faktoren:** „positives Selbstbild“; „negatives Selbstbild“; Interaktionsunsicherheit“; „Sensibilität und Empfindlichkeit“
- ➔ **hohe Korrelation zwischen „sozialbezogener Angstausslösung“ mit „Interaktionsunsicherheit“ ist erwartungsgetreu** (Person, die sich als unsicher in der Vertretung eigener Meinungen im Vergleich zu anderen eher minderwertig betrachtet, reagiert auch bei der Konfrontation und Interaktion mit signifikanten Bezugspersonen mit größerer Ängstlichkeit)
- ➔ andere Korrelationen waren mittelhoch

8. EICHUNG:

- Studien zeigten **nur geringe bundesländerspezifische Unterschiede**, daher Eichung auf **Erhebungen in 2 norddeutschen und 2 süddeutsche Bundesländern** beschränkt
- Große Probleme mit Schulbehörden, etc. (wegen Datenschutz), daher wurden an personenbezogenen Daten nur Alter, Geschlecht und Schulstufe festgehalten
- Test wurde durchgeführt von Klassenlehrern, Schulpsychologen, Beratungslehrern oder Psychologiestudenten in höheren Semestern; schriftliche Instruktion; **Dauer = 90 Minuten**
- **Eichstichprobe:**
 - ➔ **Schülerinnen N = 1631**
Schüler N = 1587
alle aus **Gymnasium (8.-13. Klasse)**
 - ➔ regionale Besonderheiten (z.B. gymnasialer Schwerpunkt,
 - ➔ Größe des Schulstandortes) wurden berücksichtigt
 - ➔ keine Erhebung von Daten aus den neuen Bundesländern