

Forschungsgesuch Seiler

Zusammenfassung

"The function of sport as a protective factor against social anxiety and/or phobia in children" (Sport als Schutzfaktor gegen Sozialangst bei Kindern)

Hintergrund und Fragestellung: Dieses Projekt untersucht die Einflüsse von auserschulischem Sport auf Sozialangstsymptome bei Primarschulkindern. Sozialangst entsteht oft während oder nach der Pubertät, obwohl Fälle bei Kindern ebenfalls berichtet wurden. Sozialangst steht im Zusammenhang mit niedrigen schulischen Leistungen, geringer beruflicher Zufriedenheit und schlechter Lebensqualität. Soziale Hemmung, Rückzug und Angst in der Kindheit wurden als Risikofaktoren für die Entwicklung der sozialen Phobie identifiziert. Prävention und/oder Eingriff in einem frühen Stadium könnten das Risiko der Entstehung dieser Erkrankungen verringern. Es wurde bei verschiedenen Studien festgestellt, dass Sport zu einem besseren Selbstwertgefühl, zu einem reduzierten Risiko von Angststörungen, und zu einer allgemeinen Verbesserung des psychischen Wohlbefindens führt. Dieses Projekt untersucht die Frage, ob Sport zu einem reduzierten Risiko der Entstehung von Sozialangstsymptomen führt.

Methode: Durchgeführt wurde eine Längsschnittstudie, bei der Kinder zweimal mit einer zeitlichen Differenz von 12 bis 18 Monaten befragt wurden. Daten werden bei drei verschiedenen Quellen erhoben: bei den Kindern selbst, bei den Eltern und bei den Lehrern. Es wurde erwartet, dass Kinder, die Sport treiben, ein Jahr später weniger Sozialangstsymptome zeigen. 759 Eltern haben den Brief und den Fragebogen erhalten und 208 (aus 28 Schulen) haben den ausgefüllten Fragebogen bei der ersten Datenerhebung zurückgesandt. Schliesslich wurden 175 Kinder in der Schule befragt. Die Lehrpersonen haben pro befragtes Kind einen Fragebogen ausgefüllt. Die Mehrheit der Kinder treibt Sport ausserhalb der Schule, Fussball und Turnen scheinen die am häufigsten betriebenen Sportarten zu sein. 141 Kinder konnten bei beiden Datenerhebungen befragt werden. Es handelte sich um 70 Jungen und 71 Mädchen mit einem Durchschnittsalter (bei der ersten Datenerhebung) von $M=7.83$ Jahre ($SD=0.98$).

Ergebnisse und Diskussion: Die Längsschnittanalysen deuten daraufhin, dass das auserschulische Sportengagement keinen Einfluss auf spätere Sozialangstsymptome hat. Darüber hinaus wird bei dieser Stichprobe ein negativer Einfluss von Sozialangstsymptomen auf spätere sportliche Aktivität ausserhalb der Schule beobachtet. Obwohl die Sozialangststörung selten während der frühen Kindheit entsteht und keine Kinder mit den entsprechenden kritischen Werten gefunden wurden, haben die milderen Symptome immerhin einen Einfluss auf die sportliche Aktivität dieser Kinder. Weitere Auswertungen zeigten einen Unterschied zwischen Kindern, die eine Mannschaftssportart betrieben, und denen, die eine Einzelsportart machen. Die Kinder, die 2007 in einem Teamsport aktiv waren, erzielten 2008 tiefere Sozialangstwerte. Ein kausaler Zusammenhang kann aus diesen Befunden nicht abgeleitet werden. Allerdings weisen diese Ergebnisse darauf hin, dass die sozialen Aspekte einer Mannschaftssportart sozial ängstlichen Kindern helfen können, ihre sozialen Hemmungen zu überwinden und sich in sozialen Situationen zuversichtlicher zu fühlen.