

Micaela Hammerschmidt

(3. Preisträgerin Referate Studierende)

Beeinflussung der Einstellung und Intention zu körperlich-sportlicher Aktivität durch die Rezeption bewegungsbezogener fiktionaler Fernsehsendungen¹

Summary

The problem of physical inactivity leads to the question of influence. Via exercise-based messages embedded in fictional TV programs manipulation of cognitive and affective attitudes is possible. This article reports short-term positive and negative effects by a single reception.

Zusammenfassung

Die Problematik körperlicher Inaktivität führt zu der Frage nach Beeinflussungsmöglichkeiten. Durch die Einbettung bewegungsbezogener Botschaften in fiktionale Fernsehsendungen sind Manipulationen auf kognitiver und affektiver Einstellungsebene möglich. Dieser Beitrag berichtet von kurzfristigen positiven und negativen Effekten durch eine einmalige Rezeption.

Schlagnworte: Einstellung, körperlich-sportliche Aktivität, Fernsehen

¹ Betreuer der Arbeit ist Frau Dr. Ines Pfeffer, Institut für Sportpsychologie und Sportpädagogik, Sportwissenschaftliche Fakultät, Universität Leipzig

1. Theoretischer Hintergrund

Nur knapp ein Viertel der Deutschen erreicht das von der WHO empfohlene Mindestmaß an körperlicher Aktivität. Der bedeutendste Abfall in der Bewegungsaktivität ist bei der Gruppe der jungen Erwachsenen zu erkennen (Krug et al., 2013). Die stellt damit eine relevante Zielgruppe für gesundheits- bzw. bewegungsförderliche Interventionen dar (Knoll et al., 2006). Über die Einstellungsforschung lassen sich hierbei Herangehensweisen für eine Beeinflussung gesundheitsrelevanten Verhaltens erkennen.

Einstellungen können als eine Bewertung von Einstellungsobjekten beschrieben werden, welche sich u. a. aus kognitiven und affektiven Komponenten zusammensetzt. Die Theorie des geplanten Verhaltens (Ajzen, 1991) erklärt den Zusammenhang zwischen Einstellungen und Verhalten: Überzeugungen und Bewertungen von Verhaltenskonsequenzen bestimmen die Einstellung zu einem Einstellungsobjekt. Einstellungen sind neben der sozialen Norm und der wahrgenommenen Verhaltenskontrolle Determinanten für die Intention, ein Verhalten auszuüben, welche wiederum stärkster Prädiktor für das tatsächliche Verhalten ist.

Im Fernsehen kommen Einstellungsänderungsversuche u. a. in Form des durch die Gesundheitsförderung genutzten Educational-Entertainment-Ansatzes zum Einsatz. Die Einbettung gesundheitsförderlicher Botschaften in fiktionale Unterhaltungssendungen (Spielfilme, Serien) soll danach zur positiven Beeinflussung von Einstellungen und Verhalten beim Rezipienten beitragen. Evaluationen zu diesem Ansatz belegen eine hohe Wirksamkeit bei Kindern und Jugendlichen (Lampert, 2007). Für Erwachsene ist der Erkenntnisstand jedoch sehr gering.

2. Ziel- und Fragestellung

Mithilfe der Studie soll ein Betrag geleistet werden, in dem Wirkungen von bewegungsbezogenen Botschaften innerhalb fiktionaler Unterhaltungssendungen bei Erwachsenen untersucht werden. Hierbei sollen bewegungsförderliche als auch negativ behaftete Bewegungsinhalte betrachtet werden.

Dazu ist die folgende Fragestellung formuliert. Beeinflusst die Rezeption einer fiktionalen Unterhaltungssendung mit bewegungsrelevantem Inhalt

- die kognitive Einstellungskomponente
- die affektive Einstellungskomponente
- die Intention zu körperlich-sportlicher Aktivität?

3. Untersuchungsmethodik

In einer kontrollierten, randomisierten Untersuchung mit zwei Interventions- und einer Kontrollgruppe rezipierten die Probanden jeweils einen vierminütigen Filmausschnitt (abhängige Variable). Dabei handelte es sich um eine Sequenz mit negativ (IG₁) und positiv manipulierten Verhaltenskonsequenzen (IG₂) sowie einem Ausschnitt ohne Bewegungsrelevanz (KG). Die Erfassung der abhängigen Variablen erfolgte mittels Kurzfragebogen für die kognitive und affektive Einstellungskomponente (Brand, 2006) sowie zweier Items zur Erfassung der Intention (Mohiyeddini & Bauer, 2007). Als Antwortschema wurden semantische Differenziale auf einer 7-stufigen Linkert-Skala genutzt.

Die Untersuchung erfolgte über die online-Plattform *unipark*. Per Schneeballprinzip konnten 286 Probanden akquiriert werden. In SPSS 22.0 wurde eine zweifaktorielle Varianzanalyse gerechnet mit dem dreifach gestuften Faktor Gruppe und dem zweifach gestuften Faktor Sportaktivität.

4. Ergebnisse

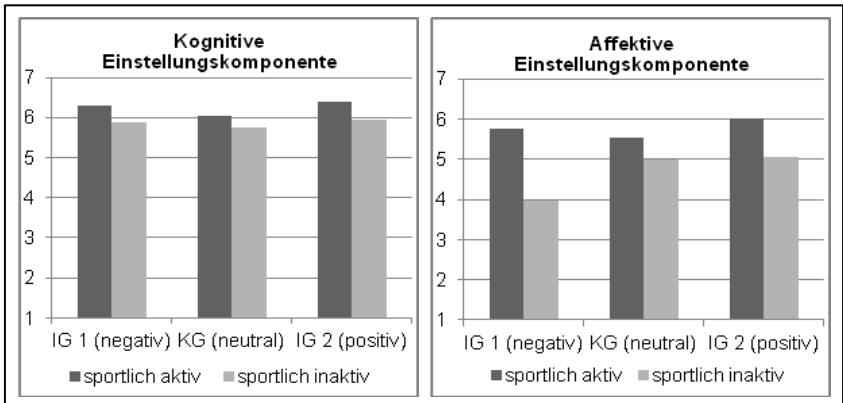


Abb. 1. Kognitive und affektive Einstellungskomponente (1 = geringe Ausprägung; 7 = hohe Ausprägung)

Hinsichtlich der kognitiven Einstellungskomponente besteht ein signifikanter Gruppenunterschied ($p = .043$; $F_{(3, 282)} = 5,567$; $\eta^2 = .022$), der sich insbesondere zwischen der IG₂ und der KG zeigt ($p = .026$; $d = 0.33$). Probanden, die einen positiven Filmausschnitt rezipiert haben, erreichten signifikant höhere Werte als Probanden, die einen bewegungsneutralen Filmausschnitt sahen (Abb. 1). Bezüglich der affektiven Einstellungskomponente fand sich ein signifikanter Haupteffekt für die Gruppe ($p = .001$; $F_{(1,280)} = 54,995$; $\eta^2 = .164$) sowie ein Interaktionseffekt Gruppe*Sportaktivität ($p = .003$; $F_{(2,280)} = 6.017$; $\eta^2 = .041$).

Hierbei zeigte sich, dass inaktive Probanden signifikant negative Werte erreichten, wenn sie eine negative Filmsequenz rezipiert hatten (Abb. 1).

5. Diskussion

Bewegungsbezogene Botschaften in fiktionalen Fernsehsendungen können in gewissem Maße dazu beitragen, dass auch Erwachsene in ihren Einstellungen zu körperlich-sportlicher Aktivität beeinflusst werden. Dabei konnten kurzfristige positive Effekte hinsichtlich der kognitiven und negativen Effekte bei der affektiven Einstellung herausgestellt werden. Insbesondere im Hinblick auf den hohen Stellenwert des Fernsehens im Alltag der deutschen Bevölkerung ist eine Kumulation solch kleiner Effekte nicht auszuschließen. Das Potential zur positiven Beeinflussung sowie die Gefahren negativer Manipulation sollten daher erkannt und mit aktiven Gegenmaßnahmen angegangen werden. Weitere Forschung ist für die Optimierung solcher Maßnahmen erforderlich.

Literatur

Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179–211.

Brand, R. (2006). Die affektive Einstellungskomponente und ihr Beitrag zur Erklärung von Sportpartizipation. *Zeitschrift für Sportpsychologie*, 13, 147–155.

Knoll, M., Banzer, W. & Bös, K. (2006). Aktivität und physische Gesundheit. In K. Bös & W. Brehm (Hrsg.), *Handbuch Gesundheitsförderung* (2. Aufl.) (S. 82–102). Schorndorf: Hofmann.

Krug, S., Jordan, S., Mensink, G.B.M., Müters, S., Finger, J.D. & Lampert, T., (2013). Körperliche Aktivität. Ergebnisse der Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland. *Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz*, 5/6 (56), 765–771.

Lampert, C. (2007). *Gesundheitsförderung im Unterhaltungsformat. Wie Jugendliche gesundheitsbezogene Darstellungen in fiktionalen Fernsehangeboten wahrnehmen und bewerten*. Baden-Baden: Nomos.

Mohiyeddini, C. & Bauer, S. (2007). Intentions-Verhaltenslücke bei sportlichen Aktivitäten. Die Bedeutung der Emotion. *Zeitschrift für Sportpsychologie*, 14 (1), 3–13.

Verfasserin

Hammerschmidt, Micaela, B.A. Sportwissenschaft, Institut für Sportpsychologie, Sportwissenschaftliche Fakultät, Universität Leipzig