universität wien

DIPLOMARBEIT / DIPLOMA THESIS

Titel der Diplomarbeit / Title of the Diploma Thesis

„Motive in Mixed Martial Arts“

Eine quantitative Erhebung unter österreichischen Mixed Martial Arts Sportlern und Sportlerinnen

verfasst von / submitted by

Jakob Poschner

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of

Magister der Naturwissenschaften (Mag. rer. nat.)

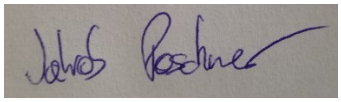
Wien, 2017/ Vienna, 2017

Studienkennzahl lt. Studienblatt / degree programme code as it appears on the student record sheet:	A 190 482 344
Studienrichtung lt. Studienblatt / degree programme as it appears on the student record sheet:	Lehramtsstudium UF Bewegung und Sport und UF Englisch
Betreut von / Supervisor:	Univ. Ass. Mag. Dr. Clemens Ley

Erklärung zur Verfassung

Ich, Jakob Poschner erkläre hiermit, diese Arbeit selbstständig, ohne der Nutzung von nicht angegebenen Hilfsmitteln, verfasst zu haben. Direkte oder indirekte verwendete Aussagen und Gedanken, aus fremden Quellen, wurden als solche gekennzeichnet. Diese Arbeit wurde weder von anderen Personen vorgelegt, noch an einer anderen Stelle eingereicht.

Wien, Mai 2017



Jakob Poschner

Zusammenfassung

Mixed Martial Arts (MMA) ist eine junge vollkontakt Kampfsportart, welche erst seit etwa 25 Jahren besteht. Zwei Merkmale sind besonders wert hervorgehoben zu werden. Zum einen ist MMA gekennzeichnet durch den Kampf auf allen drei Ebenen, diese sind: 1.) der Standkampf, 2.) das Werfen und 3.) der Bodenkampf. Zum anderen ist das offene System der Sportart eine Besonderheit, so ist jeder Kämpfer/ jede Kämpferin dazu eingeladen aus verschiedenen Kampfkünsten die Techniken zu trainieren und zu perfektionieren, welche für den eigenen Stil am passendsten empfunden werden.

Ziel dieser Forschungsarbeit war es, herauszufinden wieso Menschen MMA trainieren. Die Forschungsfrage lautete: *Was bewegt Menschen in Österreich die Sportart Mixed Martial Arts auszuüben*. Zusätzlich wurde untersucht wie die Personen auf MMA aufmerksam geworden sind.

Eine Literaturrecherche erhob den aktuellen Stand der Forschung und bildete die Grundlage für die empirische Untersuchung der Fragestellung. Ein Onlinefragebogen wurde von 149 in Österreich trainierenden MMA Sportlern und Sportlerinnen ausgefüllt. Die jüngsten Teilnehmer und Teilnehmerinnen waren 14 Jahre alt und die älteste Person 65 Jahre alt. 85,2% der ausfüllenden Personen waren Männer und 14,8% Frauen. Der Fragebogen basierte auf dem BMZI, ein, zur Motiverhebung, bereits getestetes und bestätigtes Forschungsinstrument. Eine Erweiterung und Überprüfung auf MMA Sportler und Sportlerinnen wurde vorgenommen.

Es zeigte sich, dass die meisten Personen über Freunde und Bekannte auf den Sport stießen (48,3%), sowie über Angebote von Sportvereinen (44,3%). Nur 2,8% fanden über die Schule und 1,3% über die Universität zum MMA. Die Auswertung über den Mittelwert von zehn Motivgruppen ergab, dass Flow, Fitness/Gesundheit und Ästhetik/Freude am höchsten bewertet wurden. In erster Linie trainieren Sportler und Sportlerinnen somit in Österreich MMA, um in der Aktivität aufzugehen, fit zu sein und aus Freude an der Bewegung.

Abstract

Mixed Martial Arts (MMA) is a young full-contact martial art which exists around 25 years. Two characteristics seem especially worth mentioning. Firstly, MMA takes place in the three areas where fights can possibly happen, these are: 1.) stand up fighting, 2.) throwing and 3.) the ground fight. Secondly, the sport's open system is unique; every fighter is encouraged to develop their own style of fighting by accumulating techniques from various martial arts which they personally regard as efficient.

The aim of this research was to answer what drives people to train MMA. The research question reads as follows: *What motivates people in Austria to train Mixed Martial Arts*. In addition, it was examined how they first encountered MMA.

A literature review of primary and secondary sources revealed the current state of research on motives in MMA. This served as basis for the empirical investigation. 149 people who train MMA in Austria filled out an online questionnaire; the youngest two participants were 14 years old, the eldest 65. 85,2% of the subjects were male and 14,8% were female. The questionnaire was based on the BMZI, a valid and reliable instrument to examine motives in sports. Furthermore, the questionnaire has been tested and augmented in order to fit MMA athletes.

It was shown that most people had their first contact with MMA through friends and colleagues (48,3%) as well as offers by sport clubs. Only 2,8% were introduced to MMA through schools and 1,3% through Universities. The analysis of ten motive groups' means revealed that flow, fitness/health and esthetics/fun must be regarded as the most important motives. Therefore, feeling truly alive by means of the exercise, getting and staying fit and enjoying the movement are the main reasons why people in Austria train Mixed Martial Arts.

Danksagung

Ich möchte mich an dieser Stelle bei einer Vielzahl an Personen bedanken, ohne jene ich nicht in der Lage gewesen wäre, die hier vorliegende Arbeit zu schreiben.

Mein Dank geht an meine Eltern, Hortensia und Helmut Poschner, welche mir mein Studium ermöglicht haben und mich stets mit Interesse begleitet haben. Mein Dank geht auch an meinen Bruder Josef und an meine Schwester Marianne. Sie haben mir einen angenehmen Unistart ermöglicht.

Besonderer Dank geht an meine Freundin, Vivian Perdomo Reyes, welche mir mit ihren ehrlichen, kritischen Bemerkungen ermöglicht hat meine Arbeit erheblich zu verbessern. Außerdem hat sie mir im Alltag Kraft gegeben, so dass ich mich auf das Wesentliche konzentrieren konnte.

Ein weiteres Dankeschön geht an Herrn Univ. Ass. Mag. Dr. Clemens Ley für seine angenehme Betreuung. Trotz eines vollen Terminkalenders hat er stets die Zeit gefunden auf meine Fragen schnelle, prägnante und verständliche Antworten zu geben.

Ohne die Personen, welche sich die Zeit genommen haben meinen Online Fragebogen auszufüllen, hätte diese Arbeit nie entstehen können. Ein herzlicher Dank daher auch an euch.

Abschließend möchte ich mich noch bei meinen Freunden bedanken, welche mich durch mein Studium begleitet haben. Viele davon gehen mit mir schon seit dem Gymnasium durch das Leben. Auf dass wir weiterhin das Leben gemeinsam meistern!

Inhalt

1 Einleitung 1

2 Mixed Martial Arts 2

2.1 Was ist MMA? 2

2.2 Entstehung 3

2.3 Regelwerk 5

2.4 Lage des MMA in Österreich 7

3 Motive 8

3.1 Was sind Motive? 9

3.1.1 Definition und Nutzen von Sportmotiven 9

3.1.2 Explizite und implizite Motive 9

3.2 Klassifizierungen von Sportmotiven 10

3.2.1 Motivklassifizierung nach Gabler 10

3.2.2 BMZI – Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport 12

3.3 Aktuelle Forschungsstand im Sport 13

3.3.1 Ergebnisse der Motivforschung im Sport 13

3.3.2 Forschungsstand Österreich 14

3.3.3 Motive in Mixed Martial Arts 14

4 Methode 21

4.1 Fragestellung und Hypothesen 21

4.2 Forschungsdesign 24

4.3 Erstellung und Aufbau des Fragebogens 24

4.4 Stichprobe 27

4.5 Durchführung der Erhebung 27

4.6 Qualitätssicherung 28

4.7 Feedback des Fragebogens 31

4.8 Datenanalyse 33
5 Ergebnisse 34
5.1 Ergebnisse der Faktorenanalyse 34
5.1.1 Überprüfung des BMZI 34
5.1.2 Erweiterte Motivskala Überprüfung 36
5.2 Ergebnisse der soziodemographische Daten 41
5.2.1 Geschlecht 42
5.2.2 Alter 42
5.2.3 Ausbildungsgrad 42
5.3 Ergebnisse Einstieg in die Sportart 43
5.3.1 Erstkontakt mit Mixed Martial Arts 43
5.3.2 Vorstellung/Bild von Mixed Martial Arts 44
5.4 Ausübung von Mixed Martial Arts 47
5.4.1 Bundesland: 47
5.4.2 Auf welchen Bereich in MMA bist du spezialisiert ? 48
5.4.3 Jahre der Ausübung 49
5.4.4 Anzahl der Monate im Jahr, in denen MMA trainiert wird 49
5.4.5 Anzahl der Einheiten in MMA pro Woche 50
5.4.6 Trainingsdauer pro MMA Einheit 50
5.4.7 Intensität des MMA Trainings 51
5.4.8 Einschätzung des Könnens 51
5.4.9 Wettkampfteilnahme 52
5.5 Ergebnisse Allgemeine Sportarten 52
5.5.1 Anzahl weiterer Sportarten 53
5.5.2 Anzahl der Monate im Jahr sportlicher Betätigung 54
5.5.3 Anzahl der Sporteinheiten pro Woche 54
5.5.4 Trainingsdauer pro Sporteinheit 55

5.6 Positive und negative Erlebnisse seit Trainingsbeginn 56
5.7 Rollenerwartung, Schmerz und MMA und Migrationshintergrund 62
5.8 Ergebnisse der Motive in Mixed Martial Arts 69
5.8.1 Motive Einzeln 69
5.8.2 Selbstformulierte Items 73
5.8.3 Motive Subskalen 74
5.9 Prüfung auf Unterschiede bezüglich Geschlecht, weiteren Sportarten, Vorstellung/Bild von MMA und Migrationshintergrund 74
5.10 Unterschiede zwischen den Geschlechtern und der Bewertung der Gefahr von Schmerz 82
5.11 Zusammenhänge bezüglich Alter, Ausbildungsniveau, Können, Trainingshäufigkeit und der Bedeutung von Schmerz 83
6 Diskussion der Ergebnisse 89
6.1 Diskussion der soziodemographische Daten 90
6.1.1 Geschlecht 90
6.1.2 Alter 90
6.1.3 Höchste abgeschlossene Ausbildung 90
6.2 Diskussion zu den Anfängen der Sportausübung 91
6.2.1 Einstieg in die Sportart 91
6.2.2 Vorstellung/Bild der Sportart 92
6.3 Diskussion zur Sportausübung 92
6.3.1 Bundesland 92
6.3.2 Anzahl der Jahre des MMA Trainings 93
6.3.3 Anzahl der Monate im Jahr, in denen MMA trainiert wird. 94
6.3.4 Häufigkeit des MMA Trainings 94
6.3.5 Dauer des MMA Trainings 94
6.3.6 Intensität des MMA Trainings 95
6.3.7 Wettkampfteilnahme 95

6.4 Diskussion Ergebnisse jeglicher sportlichen Betätigung 96
6.4.1 Anzahl weiterer Sportarten 96
6.4.2 Monatsanzahl in denen man im Jahr sportlich aktiv ist, Anzahl der Einheiten pro Woche und durchschnittliche Trainingsdauer in anderen Sportarten 96
6.5 Diskussion zu Rollenerwartung, Schmerz und MMA & Migrationshintergrund . 97
6.6 Diskussion der Ergebnisse der Motive 99
6.6.1 Unterschieds- und Zusammenhangshypothesen 102
7 Schlussfolgerung 110
Literatur 115
Tabellenverzeichnis 119
Abbildungsverzeichnis 121
Fragebogen 122

1 Einleitung

Da mich die Sportart Mixed Martial Arts mittlerweile schon mehr als die Hälfte meines Lebens begleitet, freue ich mich darüber meine Diplomarbeit diesem Thema widmen zu dürfen. Für mich ist dies eine Gelegenheit, die gesammelten Eindrücke der letzten Jahre und die daraus resultierenden Urteile empirisch zu überprüfen; ein sehr spannendes Unterfangen.

Mixed Martial Arts - kurz MMA - ist eine junge, aufregende aber auch polarisierende und oftmals klischeehaft dargestellte Kampfsportart. Gängige Vorurteile beziehen sich auf 1.) das Regelwerk: es sei alles erlaubt, da es gar keine Regeln gibt; 2.) die Sportler und Sportlerinnen: einfältige, gewalttätige Menschen und 3.) auf die Motive: es geht rein um die Lust und Freude an der Gewalt. Diese negativen Assoziationen können durch die anfängliche Bewerbung des MMA (damals noch *ultimate fighting*) als brutales Spektakel, die folgende negative Berichterstattung in den Medien sowie unzähligen Highlight Videos auf Internetplattformen wie *youtube*, wo ein Knockout das nächste jagt, erklärt werden. Blickt man jedoch über diese negativen Assoziationen hinweg, zeigt sich, dass MMA eine sehr vielseitige, komplexe Sportart ist. Sie ist gekennzeichnet durch Trainings, sowohl im Standkampf als auch im Übergang vom Stand zum Boden und schließlich durch das Werfen und der Auseinandersetzung am Boden selbst. Sie ermutigt zum individuellen Finden eines eigenen Kampfstiles und die Wettkampfregeln begünstigen eine einfache Übernahme der Techniken für eine realitätsnahe Selbstverteidigung. Zusätzlich lässt sich in vielen MMA Vereinen eine enge Gemeinschaft feststellen.

Durch die große Diskrepanz in der Betrachtung und Bewertung ein und derselben Sportart stellt sich die Frage, welche Gründe tatsächlich hinter der Sportausübung in MMA stehen. Unter anderem erscheinen die Fragen interessant, ob es Unterschiede bei den Motiven aufgrund von Geschlecht, Bildungsniveau oder Migrationshintergrund gibt.

Gliederung der Arbeit.

Die vorliegende Arbeit besteht aus zwei großen Bereichen, aus einem theoretischen und einem empirischen. Im Theorieteil der Arbeit findet sich die Begriffsklärung wichtiger

Benennungen, eine grundlegende Einführung zweier Klassifikationen der Motivforschung und eine Vorstellung der behandelten Sportart. Hierbei wird auf die Besonderheiten des MMA und auf die Unterscheidungsmerkmale im Vergleich zu anderen Kampfsportarten eingegangen. Die Entstehungsgeschichte, der weltgrößte Sportveranstalter und die Popularität des MMA, sowie die augenblickliche Lage des Sportes in Österreich werden anschließend veranschaulicht. Der aktuelle Forschungsstand über die Motive von MMA Sportlern und Sportlerinnen aus dem angloamerikanischen Raum, sowie eine kurze Exkursion zu Motiven im Karate und Kickboxen, schließen das theoretische Kapitel ab.

Der empirische Bereich der Arbeit ist in die Kapitel Methode, Ergebnisse und Diskussion der Ergebnisse gegliedert. Die Fragestellungen und unterschiedlichen Hypothesen befinden sich im Abschnitt der Methode. Ebenso findet sich die Darlegung des Forschungsdesign, der Messinstrumente, der Datenproduktion sowie der Datenanalyse in dieser Sektion. Es folgt die Präsentation der Ergebnisse der erhobenen Daten mittels Häufigkeitstabellen und detaillierter Darstellung der statistischen Datenanalyse. Die Schlussfolgerungen aus den Ergebnissen und die daraus resultierende Diskussion bilden den Abschluss der Arbeit.

Methode der Bearbeitung.

Die Auslegung und Deutung der Literatur im Theorie Kapitel erfolgt mittels Hermeneutik. Grundlage des empirischen Aspektes der Arbeit ist ein Fragebogen, welcher auf dem BMZI (Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport) beruht. Dieser wurde in bestimmten Bereichen durch Fragen erweitert, welche sich durch die Recherche vorangehender Motivstudien der Sportart MMA ergeben haben. Die quantitative Auswertung der ermittelten Daten erfolgt über das Statistikprogramm SPSS.

2 Mixed Martial Arts

2.1 Was ist MMA?

Mixed Martial Arts, zu Deutsch „gemischte Kampfkünste“, ist eine Sportart welche zu den Voll-Kontakt Kampfsportarten zählt (Crudelli, 2008).Voll-Kontakt Kampfsportarten kreieren ein einzigartiges Interesse und eine Spannung unter ihren Sportlern und Sportlerinnen, da sie etwas gesellschaftlich Ungewöhnliches erlauben, nämlich das harte

Schlagen und Treten auf einen Kampfpartner/eine Kampfpartnerin (Elias & Dunning, 1986). Die Besonderheit des MMA (Mixed Martial Arts) findet sich in der Vielfältigkeit der Sportart. Dies ist dadurch zu erklären, dass es sich nicht um eine Sportart mit einem geschlossenen Kanon an Techniken handelt, sondern um ein offenes System, welches die individuelle Zusammensetzung aus verschiedenen Kampftechniken unterschiedlicher Kampfsportarten verlangt. Da ein MMA Kampf sowohl im Stand als auch am Boden stattfindet, benötigen Kämpfer und Kämpferinnen ein großes Repertoire aus Schlag-, Tritt-, und Wurftechniken, sowie Hebel- und Würgegriffen, welche sie sich in der Regel sowohl aus Trainings in einzelnen Kampfsportarten als auch in eigens dafür vorgesehenen MMA Unterrichtseinheiten erarbeiten (inrotiheee & Leonardis, 2014).

Betrachtet man den Standkampf in verschiedenen Kampfsportarten, wird man erkennen, dass in den meisten Kampfkünsten eine Vielzahl an Techniken theoretisch vorkommt, doch in der Praxis nicht geübt werden, da die Wettkampfregeln die Mehrheit dieser Elemente verbieten. So sind in Karatewettkämpfen keine Kicks auf die Oberschenkel erlaubt und auch das Fangen von Kicks ist verboten (Wiesböck, 2017). In Taekwondo führt die höhere Punktwertung von Beintechniken im Vergleich zu Schlägen (World Taekwondo Federation, 2015) zu einem starken Fokus auf Tritttechniken und zu einer Verarmung der Boxtechniken (Crudelli, 2008). In Kickboxen sind keine Ellbogenschläge erlaubt und es darf nur eine Knietechnik aus dem Clinch erfolgen, dann ist dieser wieder loszulassen. Im Thaiboxen wiederum ist der Clinch und das Fangen und Werfen von Beintechniken erlaubt, allerdings darf hier nicht die Position des/der am Boden befindenden Gegners/Gegnerin ausgenutzt werden (Folladori, 2017), wie es wiederum im Karate erlaubt ist, wo erst der Schlag nach einem Feger Punkte bringt, der Feger alleine jedoch nicht (Wiesböck, 2017). Durch das Regelwerk in MMA ist eine sehr große Bandbreite an Techniken erlaubt, was auch ermöglicht, dass Sportler und Sportlerinnen aus verschiedenen Kampfsportarten gegeneinander antreten und sich messen können (Crudelli, 2008).

2.2 Entstehung

Der Begriff martial arts, zu Deutsch „Kampfkunst“, entstand zwar erst rund um das 15. Jahrhundert, doch gekämpft wurde schon viel früher. So gab es bei den Olympischen Spielen

der Griechen 708 v.Chr. Ringen und kurze Zeit später kam eine Art Boxen hinzu. Es ist denkbar, dass sich die Griechen fragten, wer wohl einen Kampf gewinnen würde, ein Ringer oder ein Boxer. Aus diesem Gedanken entstand womöglich 684 v.Chr. Pankration. Pankration war ein Wettkampf bei welchem sowohl Ringen als auch Boxen erlaubt war, aber zusätzlich noch eine Ansammlung weiterer Techniken (Jones, 2014). „Only eye gouging and biting were outlawed. Men could punch and kick. Once on the ground, they could use submission holds to attempt to get their opponents to give up the fight" (Jones, 2014, S. 7). Wenige Regeln und viele erlaubte Techniken machten demnach Pankration aus, eine Ähnlichkeit zu MMA ist kaum zu leugnen.

In den 1980er Jahren entstanden die Vorläufer des modernen MMA in Japan, wo Professionelle Ringer, also show wrestler, in ausgemachten Kämpfen unterschiedliche Kampfsportarten gegeneinander antreten ließen. Die erste UFC, Ultimate Fighting Championship, fand in den USA 1993 statt. Sie propagierte ihre Veranstaltung mit dem Spruch, „there are no rules" (Jones, 2014, S. 14). Ziel war es herauszufinden welcher Kampfsportler und welche Kampfsportart, der/die Stärkste sei. Es gab keine Gewichtsklassen und keine Zeitlimits (Jones, 2014). Ultimate fighting, wie es von vielen zu dieser Zeit noch genannt wurde, wurde mehr als Spektakel beworben und nicht als Sport. Reißerische Sprüche halfen den Verkaufszahlen der Veranstaltungen, formten jedoch auch ein lange anhaltendes Bild von MMA (Abramson &Mozelewski, 2010). Die UFC wurde in 36 Bundesstaaten der USA gesperrt und zwang die Unternehmer dadurch die Regeln des Wettbewerbes zu ändern. Es wurden Gewichtsklassen, Rundenzeiten und eine Vielzahl an Regeln sowie Schutzausrüstung für die Kämpfer und Kämpferinnen eingeführt. Der Sport Mixed Martial Arts war geboren (Jones, 2014).

Heutzutage kämpfen nicht mehr einzelne Kampfstile gegeneinander, sondern die Sportler und Sportlerinnen müssen in allen Bereichen eines Kampfes versiert seien. Trotzdem gibt es Bereiche, die einzelne Kampfsportler und Kampfsportlerinnen bevorzugen, wie etwa den Standkampf oder den Bodenkampf, und unzählige Weltmeister und Weltmeisterinnen aus verschiedenen Kampfsportarten sowie Olympiasieger und -siegerinnen in Ringen und Judo nehmen, nachdem sie auch die anderen Kampfsportarten studiert haben, an MMA Wettkämpfen teil (Jones, 2014).

Ein interessanter Punkt ist das schnelle Wachstum des MMA Sports. Oftmals sprechen Sportbeobachter und -beobachterinnen von einem weltweiten MMA Boom, da sich der Sport in den letzten zwanzig Jahren rapide entwickelt hat und sowohl die Zahl der Zuseher und Zuseherinnen als auch der Teilnehmer und Teilnehmerinnen rasant zugenommen hat (WZ Online, APA, dpa, 2016). Die UFC fing an sich weltweit zu verbreiten und hält nun Veranstaltungen in Asien, Europa und Nordamerika ab. Ihre Reality Show namens *The Ultimate Fighter* verhalf der Organisation zu einem noch größeren Publikum. Das Wall Street Journal (2009) nennt die UFC „perfectly packaged violence“ mit einem Marktwert von 1 Milliarde US Dollar im Jahr 2008 (Miller). Seit 2008 ist die UFC noch weiter angewachsen und so wurde sie im Jahr 2016 um 4 Milliarden US Dollar verkauft, der höchste bezahlte Preis für eine Sportorganisation in der Sportgeschichte (The Guardian, 2016). Der folgende Text beschreibt die globale Größe der UFC als größten, aber bei weitem nicht einzigen, MMA Veranstalter:

> The UFC stages roughly 40 events per year and is broadcast in more than 150 countries, reaching 1.1bn television households. The promotion has built a large roster of endorsement deals and sponsorships, and its subsidiary ventures include everything from a digital streaming service to more than 100 branded fitness centers (The Guardian, 2016).

Die große Reichweite der UFC ist mit einer Zahl von über 1.1 Milliarden weltweit erreichten Haushalten deutlich zu sehen, und markiert somit den Höhepunkt des Wachstums über die letzten zwanzig Jahre hinweg.

2.3 Regelwerk

In der weltweit größten und bekanntesten Sportorganisation des MMA Sportes, der UFC (Ultimate Fighting Championship), wird in einem Oktagon, einem achteckigen Käfig, gekämpft. Die Käfigwände sind 9 Meter voneinander entfernt und 1,73 Meter hoch. Das Material des Gitters ist Plastik und der obere Rand sowie die Pfosten sind mit einem Schaumstoff umhüllt. Die Idee des Käfigs ist, dass die Athleten und Athletinnen nicht aus

der Kampffläche fallen können, zum Beispiel wenn sie geworfen werden, da sie sich sonst verletzen könnten. Außerdem garantiert der Käfig dadurch einen unterbrechungsfreien Wettkampfablauf. In anderen Organisationen werden auch Ringe verwendet (Hamilton, 2011).

Die Wettkampfdauer beträgt meist 15 Minuten; es werden drei Runden gekämpft zu je fünf Minuten mit einer Minute Unterbrechung. Bei Titelkämpfen werden fünf Runden zu insgesamt 25 Minuten gekämpft. Die Kämpfe sind in Gewichtsklassen aufgeteilt, wobei die leichteste Kategorie bei den Männern bis 56 kg geht, bei den Frauen bis 52 kg, und die schwerste Klasse bei den Männern bis 120 kg geht, bei den Frauen bis 65 kg (Hamilton, 2011).

Ein MMA Kampf in der UFC folgt den unified rules, dies sind die international üblichen Regeln bei sanktionierten Wettkämpfen. Sie beinhalten 31 mögliche Fouls. Um einen Überblick zu geben seien an dieser Stelle nur ein paar wenige genannt: 1) in die Augen stechen, 2) in die Weichteile schlagen, 3) beißen, 4) auf den Kehlkopf schlagen, 5) an den Haaren ziehen, 6) auf den Kopf eines sich am Boden befindenden Gegners treten. Wird ein Foul vom Ringrichter ausgesprochen, so werden Punkte abgezogen, beziehungsweiße folgt die Disqualifikation (Hamilton, 2011).

Ein Sieg kann auf fünf verschiedene Weisen errungen werden:
1) Durch eine Submission, sprich einer der Kämpfer/ eine der Kämpferinnen klopft ab, beziehungsweise gibt verbal zu verstehen, dass er/sie aufgibt.

2) Durch Knockout, einer der Kämpfer/der Kämpferinnen ist kampfunfähig, meist geschieht dies durch Schläge, allerdings können auch Würger ein KO erzwingen.

3) Durch technisches KO, in diesem Fall bricht der/die Ringrichter/in den Kampf ab, da nach seinem Ermessen einer der Kämpfer/eine der Kämpferinnen nicht mehr in der Lage ist sich intelligent zu verteidigen.

4) Durch Punkteentscheidung, nach Ablauf der Zeit ermitteln drei Punkterichter/innen einen Sieger/eine Siegerin.

5) Durch Disqualifikation, ein Wettkämpfer/ eine Wettkämpferin wird aufgrund eines Regelverstoßes disqualifiziert (Jones, 2014).

Eine Submission (eine Aufgabe) kann durch drei verschiedene Arten erzwungen werden. Es gibt Würgegriffe, Hebelgriffe und Kompressionsgriffe. Ein Würgegriff schneidet die Blut- beziehungsweise die Luftzufuhr zum Gehirn ab, ein Hebelgriff übersteigt das natürliche Bewegungsmaß eines Gelenkes und ein Kompressionsgriff drückt einen Muskel auf schmerzhafte Weise gegen einen Knochen (Jones, 2014).

2.4 Lage des MMA in Österreich

Das vorliegende Unterkapitel beschreibt die aktuelle Situation des MMA Sportes in Österreich. Auf Grundlage gewonnener Information durch Internetrecherche, Gespräche mit dem Verbandspräsidenten und Gespräche mit Trainern und Trainerinnen verschiedener Vereine, wird versucht ein möglichst genaues Bild wiederzugeben.

Wie in Tab. 1 ersichtlich, unterscheidet sich die Möglichkeit MMA zu trainieren je nach Bundesland. In Wien gibt es mit neun Vereinen und in Oberösterreich mit sechs Vereinen eine recht große Auswahlmöglichkeit. In der Steiermark gibt es vier Vereine und in Niederösterreich drei, was somit das Mittelfeld bildet, während in den restlichen Bundesländern jeweils ein Verein zur Verfügung steht mit Ausnahme von Vorarlberg wo zwei Trainingsmöglichkeiten bestehen.

Tab. 1: MMA Vereine per Bundesland

Wien	9
Niederösterreich	3
Burgenland	1
Kärnten	1
Salzburg	1
Steiermark	4
Tirol	1
Vorarlberg	2
Oberösterreich	6

Auffällig an den Vereinen ist, dass sie selten ausschließlich MMA anbieten, sondern das meist in den Kampfsport Studios verschiedene, meist Voll-Kontakt, Kampfsportarten angeboten werden. So wird oftmals Thai-Boxen oder Kickboxen neben MMA angeboten. Die Verbindung dieser Voll-Kontakt Kampfsportarten ist auch auf den sportlichen Wettkämpfen zu beobachten, hier vor allem im Bereich der Kampfgalas. Während Amateur Turniere von einem Verband organisiert werden und meist in einer Sporthalle über den ganzen Tag verteilt stattfinden, sind Kampfsportgalas am Abend anzutreffen, oftmals von einem Verein oder von Geschäftsleuten veranstaltet, und mit höheren Eintrittspreisen für die Besucher und Besucherinnen verbunden. Auf diesen Kampfsportgalas wird oftmals eine Mischung aus Thai-Box, Vollkontakt Kickbox und MMA Wettkämpfen angeboten. In Österreich gibt es neben einzelnen Wettkampfgalas auch etablierte Serien von Galaveranstaltungen. Hierbei sei *Vendetta* und *Austrian Fight Challenge* für Wien genannt, *Happy Fight Cup* in Oberösterreich und *AUTIMMAF Fight Cup* in Graz, welche mehrmals jährlich stattfinden. Eine große internationale Veranstaltung versucht ebenfalls im Moment in Österreich Fuß zu fassen, dies ist die *ACB*, *Absolute Championship Berkut*, eine Organisation aus Tschetschenien.

Es macht den Anschein, dass vor allem kampfsportinteressierte Jugendliche und junge Erwachsene dem MMA immer mehr Bedeutung beimessen. Scheinbar vor allem auch bei muslimischen Jugendlichen, was sich ein Projekt in Österreich zu Nutze gemacht hat, mit dem Ziel der De-radikalisierung etwaiger IS-Sympathisanten und Sympathisantinnen (Winroither, 2016). Der steigende Beliebtheitsgrad des MMA sowie die Anziehungskraft für muslimische Jugendliche stellen weitere besondere Aspekte der Sportart in Österreich dar.

3 Motive

Im folgenden Kapitel rückt der Gegenstand der Motivforschung ins Zentrum. Es wird sowohl auf die Definition von Motiven eingegangen, als auch auf deren Rolle für den Sport. Außerdem werden zwei Klassifizierungen von Sportmotiven vorgestellt, welche die Grundlage für den hier verwendeten Fragebogen bilden. Abschließend werden noch die wichtigsten Erkenntnisse der Motivforschung im Freizeit- und Gesundheitssport dargestellt, sowie auf den Forschungsstand über die Motive in Mixed Martial Arts eingegangen.

3.1 Was sind Motive?

3.1.1 Definition und Nutzen von Sportmotiven

Erdmann (1983, S. 15) definiert Motive wie folgt, „Mit dem Konstrukt „Motiv“ werden relativ stabile, auf eine allgemeine Zielvorstellung (z.B. Gesellung, Macht, Leistung) ausgerichtete Verhaltensdispositionen umschrieben. Sie sind das Produkt von Lernprozessen“. Hierbei wird deutlich, dass Motive über eine längere Zeit weitestgehend unverändert bleiben und einem generellen Ziel verschrieben sind. Ganz ähnlich sieht McClelland (1985) Motive als eine Bereitschaft sich über verschiedene Situationen hinweg und über einen längeren Zeitraum, um bestimmte Ziele zu bemühen.

Es gibt drei Gründe wieso sportbezogene Motive und Ziele im Sport vor allem für Sportinterventionen von großem Interesse sind: 1) sie sind ein wichtiger Faktor für eine anhaltende Sportausübung, 2) sie fungieren als Mediator für Wohlbefindens-Effekte und 3) auf ihrer Grundlage lassen sich Sportprogramme zielgruppengerecht planen. Zusätzlich lässt sich sagen, dass sie eine „zentrale psychische Handlungsvoraussetzung für das Sporttreiben sind“ (Lehnert, Sudeck & Conzelmann, 2011).

3.1.2 Explizite und implizite Motive

Motive können in explizite und implizite Motive unterschieden werden. Bei impliziten Motiven handelt es sich um emotionale Vorlieben, welche bereits im Kindesalter erlernt wurden. Im Unterschied zu expliziten Motiven, erfordert Verhalten, welches auf impliziten Motiven basiert, keine Selbstreflexion oder bewusste Kontrolle (Brunstein, 2006). Da sie dem Bewusstsein meist unzugänglich sind, lassen sich implizite Motive sprachlich nicht fassen, und sind somit mittels Fragebogenverfahren nicht abrufbar (Lehnert et al., 2011).

Von expliziten Motiven ist die Rede, wenn sie sich sprachlich fassen lassen und einer Person bewusst sind. Individuelle Werte, Ziele und Selbstbilder sind durch diese Motive repräsentiert (Brunstein, 2006). Explizite Motive können auch als Zielintentionen (Nitsch, 2004) oder Handlungsziele (Kleinbeck, 2006) betitelt werden. Da ein bewusst gesetztes, reflektiertes Verhalten, wie die (Wieder-)Aufnahme von sportlichen Aktivitäten, mit expliziten Motiven in Verbindung gebracht wird, beschäftigt sich der hier verwendete Fragebogen mit expliziten Motiven.

Im folgenden Unterkapitel werden zwei Fragebögen vorgestellt, welche die Grundlage für den in dieser Arbeit verwendeten Fragebogen bilden.

3.2 Klassifizierungen von Sportmotiven

3.2.1 Motivklassifizierung nach Gabler

Gabler (2002, S.13) sieht Motive im Sport als „persönlichkeitsspezifische Wertdispositionen, die auf sportliche Situationen gerichtet sind“. 30 Grundsituationen fasst Gabler (1986) zusammen (siehe Tab. 2) welche sich auf drei verschiedene Aspekte beziehen können: 1) auf das Sporttreiben selbst, 2) auf das Ergebnis des Sporttreibens oder 3) um externe Zwecke zu erfüllen.

Tab. 2: Klassifizierung und Vielfalt der Motive im Sport

	ichbezogen	**im sozialen Kontext**
bezogen auf das Sporttreiben selbst	Bewegung, körperliche Aktivität, Funktionsverlust	Soziale Interaktion
	Freude an bestimmten sportartspezifischen Bewegungsformen	
	Ästhetische Erfahrungen	
	Bewegungsempfindungen, kinästhetische Erfahrungen	
	Selbsterfahrung, Selbsterkenntnis	
	Askese, körperliche Herausforderungen, Selbstüberwindung	
	Spiel	
	Risiko, Abenteuer, Spannung	
bezogen auf das Ergebnis des Sporttreibens	Leistungen als Selbstbestätigung	Leistung als Präsentation
	Leistung als Selbstbestätigung und subjektbezogener Erfolg	Leistung als Fremdbestätigung und soziale Anerkennung
	Leistung als Selbstbestätigung und sozialer Erfolg	Leistung als Prestige
		Leistung als Dominanz
	Gesundheit	Kontakt, Anschluss
	Fitness, körperliche Tüchtigkeit	Geselligkeit,

bezogen auf das Sporttreiben als Mittel für weitere Zwecke		Kameradschaft
	Aussehen, Eitelkeit	Aggression
	Entspannung, Zerstreuung, Abwechslung	Sozialer Aufstieg
	Kompensation (Ausgleich)	Ideologie
	Naturerlebnis	
	Freizeitgestaltung	
	Materielle Gewinne	

Quelle: Gabler (2002, S. 17)

Eine weitere Unterteilung der drei genannten Aspekte erfolgt in die Kategorien ichbezogene oder im sozialen Kontext (siehe Tab. 3).

Tab. 3: Merkmale zur Klassifizierung von Motiven im Sport

	ichbezogen	**im sozialen Kontext**
bezogen auf das Sporttreiben selbst	Bewegung, körperliche Aktivität u.a.	soziale Interaktion
bezogen auf das Ergebnis des Sporttreibens	Leistung als Selbstbestätigung	Leistung als Fremdbestätigung u.a.
bezogen auf das Sporttreiben als Mittel für weitere Zwecke	Gesundheit u.a.	Kontakt, Geselligkeit u.a.

Quelle: Gabler (2002, S. 14)

Durch die Unterteilung der Motive in Bereiche, welche mit der sportlichen Aktivität direkt zusammenhängen und Bereiche, welche den Sport als Mittel zum Zweck für externe Ziele sehen, entsteht eine Unterscheidung in tätigkeitszentrierte und zweckzentrierte Ziele. Für eine anhaltende Sporttätigkeit sind vor allem tätigkeitszentrierte Anreize, wie etwa die Freude an der Bewegung, ausschlaggebender als zweckzentrierte Anreize, wie zum Beispiel Sport zur Förderung der Gesundheit (Schüler, Brunner & Steiner, 2009).

Auf Basis dieser Klassifizierungen entwickelte Gabler (2002) einen Fragebogen mit 24 Items mit den Motivbereichen Leistung, Kontakt, Fitness, Erholung, Bewegungsfreude und Natur.

3.2.2 BMZI – Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport

Das BMZI, Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport, wurde von Lehner, Sudeck und Conzelmann (2011), entwickelt und beruht auf dem von Gabler entwickelten Fragebogen.

Die Weiterentwicklungen der Klassifizierungen von Gabler, deren Vollendungen im BMZI münden, gingen genaue Analysen voraus. So wurde der Item-Pool von Gabler anhand von zwei Studien auf Güte und Stabilität geprüft. Anschließend wurde dieser verändert und erweitert, so dass die Bereiche Fitness und Erholung überarbeitet wurden. Der umfangreiche Faktor Fitness wurde in Figur/Aussehen und Gesundheit/Fitness geteilt, während der Faktor Erholung in Ablenkung/Katharsis und Aktivierung/Kompensation differenziert wurde. In sieben Subdimensionen sind schließlich 24 Items zusammengefasst wie in Tab. 4 ersichtlich ist (Lehnert et al., 2011).

Tab. 4: Subdimensionen des Motiv- und Zielinventars sowie Itemformulierungen

Subdimensionen		Itemformulierung
Fitness / Gesundheit		um mich in körperlich guter Verfassung zu halten.
		vor allem um fit zu sein.
		vor allem aus gesundheitlichen Gründen.
Figur / Aussehen		um abzunehmen.
		um mein Gewicht zu regulieren.
		wegen meiner Figur.
Kontakt	im Sport	um mit anderen gesellig zusammen zu sein.
		um etwas in einer Gruppe zu unternehmen.
		um dabei Freunde/Bekannte zu treffen.
	durch Sport	um dadurch neue Menschen kennen zu lernen.
		um durch den Sport neue Freunde zu gewinnen.
Ablenkung / Katharsis		um Ärger und Gereiztheit anzubauen.
		weil ich mich so von anderen Problemen ablenke.
		um Stress abzubauen.
		um meine Gedanken im Kopf zu ordnen.
Aktivierung / Freude		um mich zu entspannen.
		vor allem aus Freude an der Bewegung.

	um neue Energie zu tanken.
Wettkampf / Leistung	weil ich im Wettkampf aufblühe.
	um mich mit anderen zu messen.
	um sportliche Ziele zu erreichen.
	wegen des Nervenkitzels.
Ästhetik	weil es mir Freude bereitet, die Schönheit der menschlichen Bewegung im Sport zu erleben.
	weil mir Sport die Möglichkeit für schöne Bewegungen bietet.

Quelle: Conzelmann, A., Lehnert, K., Schmid, J. & Sudeck, G. (2012, S. 6)

Im Zuge weiterer Studien wurde der BMZI erfolgreich auf seine Reliabilität und Validität getestet mit dem abschließenden Ergebnis, dass nun ein Instrument vorliege, welches „sich zum Screening von multidimensionalen Motivprofilen und zur Beschreibung von Zielgruppen im Freizeit- und Gesundheitssport eignet“ (Lehner et al., 2011, S. 146).

3.3 Aktuelle Forschungsstand im Sport

3.3.1 Ergebnisse der Motivforschung im Sport

Die Beweggründe wieso sich Personen sportlich betätigen, können sehr vielseitig ausgeprägt sein. Mit diesen Motiven beschäftigen sich sowohl die Sportpsychologie als auch die Motivationspsychologie. Hierbei werden der Leistungssport, der Freizeitsport sowie der Gesundheitssport näher beleuchtet.

Gabler (2002) konnte Unterschiede zwischen den Geschlechtern feststellen. Demnach haben Frauen höhere Werte in den Bereichen Figur, Gesundheit, Entspannung und Stressabbau, während Männer den Wettkampfbereich und das Leisten während des Sports als wichtiger erachten. Zusätzlich scheint für Männer die soziale Komponente des Sports von größerer Bedeutung zu sein.

Conzelman et al. (2011) weißen darauf hin, dass das Item Gesundheit und Fitness die meist genannten Beweggründe für die Sportausübung im Erwachsenenalter sind. Dahinter gereiht sind Bewegungsfreude/ Erholung und Aktivierung/ Freude. Im mittleren Feld finden sich die Subdimensionen Ästhetik, Figur/Aussehen und Ablenkung. Weniger wichtig erscheinen hier die Kategorien Wettkampf/ Leistung und Kontakt.

3.3.2 Forschungsstand Österreich

Schaut man in den Bibliothekskatalog der Universität Wien, entdeckt man eine Vielzahl an Motivforschungsstudien unterschiedlicher Sportarten. Der Umfang reicht von bekannten Teamsportarten wie Fußball und Eishockey, zu Individualsportarten wie Tennis als auch zu Randsportarten wie Ultimate Frisbee.

Hier ein kurzer Überblick des Forschungsstandes über österreichweite Sportmotive:

- Karate (Pakosta, 2015)
- Volleyball (Bauer, 2016)
- Reitsport (Schaubeder, 2016
- Triathlon (Kreindl, 2015)
- Fußball (Pehböck, 2016)
- Eishockey (Konlechner, 2016)

Die hier vorgestellten Arbeiten basieren allesamt auf dem gleichen Fragebogen. Im Moment befinden sich noch weitere Studien auf der Universität Wien in Bearbeitung.

3.3.3 Motive in Mixed Martial Arts

Der Schwerpunkt in diesem Unterkapitel liegt auf der Darstellung von Untersuchungsergebnissen und Erklärungsversuchen vorhergehender Studien, welche sich mit den Motiven von MMA Sportlern und Sportlerinnen auseinandergesetzt haben. Nach einer Literaturrecherche bin ich zu der Einsicht gekommen, dass noch keine diesbezügliche Forschungsarbeit im deutschsprachigen Raum existiert. Daher stammen die hier verwendeten Studien aus dem angloamerikanischen Raum. Eine Ausnahme bilden hierbei aktuelle Studien aus Österreich, welche am Ende des Kapitels vorgestellt werden, die sich mit den Motiven im Karate und Kickboxen beschäftigen. Da jene Forschungsarbeiten ebenfalls Kampfsportarten behandeln und sich aufgrund eines ähnliches Fragenkataloges für Vergleiche anbieten, wurden sie hinzugefügt.

3.3.3.1 Gängige und überholte Motive

Abramson und Mozelewski (2010) identifizieren zwei gängige Erklärungen für die Sportausübung in MMA, welche sie in ihrer Arbeit als überholt darstellen. Sie werden an dieser Stelle näher erläutert, da es sich um häufig anzutreffende Erklärungen für das MMA Training handelt. Dies wären zum einen das Motiv der Auslebung der Männlichkeit, im Sinne eines kriegerischen Männlichkeitsbildes, und zum anderen das Ausleben von Gewaltfantasien.

Beim Ausleben der Männlichkeit soll es um die gefühlte Differenz von Mann und Frau gehen, um so eine männliche Dominanz zu erleben (Abramson & Mozelewski, 2010). Es wird männlich eingestuften Werten und Idealen, wie zum Beispiel Aggression, Fitness, physische Stärke und Konkurrenzdenken nachgeeifert. Hierfür eignen sich besonders kontaktreiche Sportarten wie auch etwa Boxen, Judo und Hockey (Messner, 1989, 1990, 2002; Hopton, 2002). Demgegenüber stehen weibliche Eigenschaften wie Kooperation, Passivität und sich umeinander sorgen und kümmern (Martin, 1998; Thorne, 1993). In ihrer Studie konnten Abramson und Mozelewski (2010) diese Erklärung widerlegen. So beobachten sie in MMA Vereinen eine Gleichbehandlung der Geschlechter, die Ausübung von - aus traditioneller Sicht - weiblichen Verhaltensweisen wie sich umeinander kümmern, soziale Unterstützung, Kooperation, die Abwertung von übertriebener Aggressivität und einer um-jeden-Preis-gewinnen-müssen Einstellung.

Beim Motiv der Gewaltverherrlichung geht es darum, dass MMA Sportler und Sportlerinnen eine Gemeinschaft finden, die, so wie sie selbst, Gewalt akzeptiert, fördert und verherrlicht. Diese Betrachtungsweise erscheint zunächst verständlich, bedenkt man den ersten Eindruck eines MMA Kampfes und die anfängliche Bewerbung von MMA Veranstaltungen als regellose Spektakel. Das Bild eines Kampfes in einem Käfig, blutende Kämpfer oder Kämpferinnen und Schläge auf dem Boden wirken brutal. Die Sportveranstaltung *Ultimate Fighting Championship* in ihrer Entstehungsphase bewarb das Image gewalttätiger, regelloser Kämpfe, welches im Anschluss auch von Medien dankend aufgegriffen und für reißerische Berichterstattungen verwendet wurde (Abramson & Mozelewski, 2010).

Abramson und Mozelewski (2010) weisen auf die Fehlinterpretation von Gelehrten hin, wenn diese Kämpfer und Fans zusammengefasst betrachten und die Ästhetik mit der Bedeutung verschmelzt. Sie verweisen auf die Wichtigkeit der Unterscheidung zwischen Zuschauermotiven und Sportlermotiven, sowie auf den Umstand, dass die Wirkung eines Bildes, in diesem Fall eines Kampfes, auf den Betrachter/die Betrachterin nicht gleich die Beweggründe des/der Ausübenden sein müssen. Befragungen unter MMA Sportlern und Sportlerinnen ergeben, dass diese die Gewalt in ihrem Sport nicht als zentral sehen und stattdessen die Herausforderung, die Schwierigkeit der Techniken, den Wettkampf, die Strategie und die generelle Komplexität hervorheben. Oftmals wird ein MMA Kampf von aktiven Athleten und Athletinnen mit einer Partie Schach verglichen (Abramson & Mozelewski, 2010).

3.3.3.2 Neue Erkenntnisse über Motive in MMA

Einer der Hauptgründe wieso MMA Sportler und Sportlerinnen den Sport ausüben wird von Abramson und Mozelewski (2010) in der Bildung einer starken sozialen Gemeinschaft gesehen. So werden aktiv ausübende Sportler und Sportlerinnen Teil einer Subkultur, welche um den Sport herum entsteht. Die Mitglieder dieser Subkultur vereinen hierbei gemeinsame Werte und Ideale welche sie in ihrer MMA Gemeinschaft verwirklicht sehen. Der lokale Status in dieser Gesellschaft beruht daher auf gemeinsamen Wertevorstellungen und spiegelt für ihre Mitglieder besser wider wer sie wirklich sind und wer sie sein wollen, als ihr Stellenwert außerhalb der MMA Gemeinschaft. Selbstverbesserung durch Leistung und Ehrgeiz, sowie Authentizität sind Grundideale dieser Subkultur, auf welche im nächsten Absatz noch genauer eingegangen wird (Abramson & Mozelewski, 2010).

Das US-amerikanische Ideal, durch harte Arbeit und Leistung vom Tellerwäscher zum Millionär, ist im öffentlichen Diskurs in den USA weit verbreitet (Fischer et al., 1996). Diese Vorstellung, dass man sich durch die Leistung seinen entsprechenden Stand in der Gesellschaf verdient, ist nach Ansicht von Abramson und Mozeleweski (2010) auch in der MMA Subkultur stark vertreten. Durch das offensichtliche nicht Eintreten der Leistung-Erfolg Gesetzmäßigkeit im alltäglichen Leben, wo oftmals keine Chancengleichheit herrscht, wird diese in einer eigenen Subkultur nachgestellt. So wird im MMA Leistung mit Anerkennung und einem höheren sozialen Status belohnt. Leistung bedeutet hierbei sich die

Zeit zu nehmen, um neue Techniken zu erlernen und Techniken zu verbessern, harte Konditionstrainings durchzustehen und so eine gute konditionelle Verfassung aufzubauen und in einem Kampf alles zu geben, umgangssprachlich gesagt „Herz zu zeigen“. So lässt es sich auch erklären, dass eine Niederlage viel Respekt einbringen kann, wenn man nichts desto trotz alles gegeben hat, und ein Sieg, der kalkuliert nach Punkten gewonnen wird, indem man bei einem Punktvorsprung zum Beispiel dem Gegner / der Gegnerin bis zum Kampfende aus dem Weg geht, als feige gilt und abgewertet wird.

Authentizität ist ebenfalls ein gemeinsames Ideal der sozialen Gemeinschaft. In der Konfrontation in einem Kampf mit dem/der Gegner/in, sei man gezwungen seinen wahren Charakter zu zeigen. Eigenschaften wie Mut, Durchhaltevermögen, Courage und Askese werden hierbei belohnt (Birrel, 1981). Im Training wird so am Charakter gefeilt, und im Kampf wird dieser vor einem selbst und vor den Zuschauern und Zuschauerinnen preisgegeben (Abramson & Mozelewski, 2010).

Es stellt sich die Frage, wieso Sportler und Sportlerinnen sich gerade MMA als Sportart auswählen um ihren Motiven nachzugehen, entstehen doch zum Beispiel auch rund um andere Sportarten Subkulturen. Als Erklärung nennen Abramson & Mozelewski (2010) die Intensität der Sportausübung. In einem MMA Kampf gibt es wenige ablenkende Faktoren wie ein komplexes Regelwerk, Ausrüstung (Bälle, Tore, Tennisschläger, Schutzausrüstung, etc.) was die Erfahrung umso intensiver wirken lässt und die Bewertung dieser als Charaktertest verstärkt. Green (2011) kommt in seiner Studie zu einem Schluss, der im Ansatz schon bei Abramson und Mozelewski (2010) vorhanden war. Die vorhin erwähnte Intensität wird von ihnen ausführlicher dargestellt, als das Ergebnis der Gefahr während eines Kampfes Schmerzen zu spüren und/oder eine Verletzung zu erleiden. Ein solcher Kampf kann auf Wettkämpfen stattfinden, aber oftmals handelt es sich hierbei um Übungskämpfe im Verein mit Trainingskollegen und –kolleginnen, die sogenannten Sparrings. Ein Sparring kann alle drei Bereiche eines Kampfes umfassen: den Standkampf, das Werfen und den Bodenkampf. Es kann aber auch auf einen Bereich spezialisiert sein. Wird nur am Boden gesparrt, spricht man oft auch vom Rollen. Die Gefahr Schmerzen zu spüren, besteht durch Schläge und Tritte, durch das Werfen auf den Boden, durch Aufgabegriffe wie Hebeltechniken und Würger und auch durch Haltegriffe, wo eine Person

eine andere Person am Boden fixiert und durch den Einsatz des Körpergewichtes einen starken Druck auf die untere Person ausübt. Die angesprochenen Schmerzen und Verletzungen decken eine große Bandbreite ab, ein leichter Schlag auf den Kopf ist nur mit wenig Schmerzen verbunden, sorgt jedoch bereits für Aufmerksamkeit. Ein Hebelgriff sorgt meist für ein kontinuierliches Ansteigen des Schmerzpegels bis zur Schmerzgrenze und Verletzungen können von blauen Flecken, einem beleidigten Ellbogen, bis hin zu einer gebrochenen Nase oder in seltenen Fällen zu Schlimmerem führen (Green, 2011).

Die Möglichkeit des Schmerzes verstärkt somit die gefühlte Intensität der Sportart und begünstigt dadurch die Befriedigung einiger Motive. Die Begünstigung kann zum Beispiel den Bereich Flow betreffen, da man gezwungen wird ganz im Moment zu leben, dies wiederum kann auch den Aspekt der Ablenkung/Katharsis miteinbeziehen, da sich alle Gedanken auf die Situation beziehen. Das Erschließen, wie auch das Vertiefen von sozialen Kontakten, wird begünstigt, da man zum einen ein hohes Ausmaß an Körperkontakt hat, zum anderen man sich auf eine Art und Weise auch emotional näher kommt, da man bei der Aufgabe durch Aufgabegriffe eine Schwäche zugibt. Man soll und muss sich also von seiner fehlerhaften Seite zeigen, um gemeinsam im Sport voranzukommen und zu wachsen. Dadurch fällt nach einem Training ein anschließender Gesprächseinstieg nicht schwer und auch persönlichere Themen werden schneller besprochen (Green, 2011).

Zwei weitere Motive seien in Bezug zu MMA noch genannt: Gesundheit und das Austesten von Limits. In der Studie von Green (2011, S. 382) findet sich folgende Anekdote über das Ausfüllen eines Fragebogens beim Einschreiben in einem MMA Verein, „I am asked to fill out a basic survey- where are you from, why are you here. I select ‘fan of MMA’ and ask Allen how most people answer ‘reason for participation’? He responds, ‘Health.[sic]’". Es wird also bei einer nicht wissenschaftlichen Befragung in einem Verein Gesundheit als häufigster Grund für die Teilnahme angegeben. Ein weiteres Motiv ist das Austesten von körperlichen Limits, ein Vorgang welcher nicht nur in MMA sondern in unterschiedlichen Bereichen beobachtet werden kann. So spricht Breton (2000) von einem Anstieg wohlhabender Erwachsener in den USA, welche sich durch die Erfahrung von Extremsportarten lebendig fühlen wollen, oder auch zu beobachten bei Jugendlichen, welche ihre Gruppenzugehörigkeit durch riskantes Verhalten stärken wollen (Breton, 2004). Dieses

Verlangen nach der Austestung von Grenzen und des Gefühls sich zu spüren, ist auch bei Frauen bemerkbar welche in Boxclubs boxen, weil es „raw“ und „emotional“ sei (Mccaughey, 1997, S. 114) und welche nach einem Training zufrieden nach Hause gehen, wenn sie Schläge einstecken mussten und dadurch zum Beispiel Schürfwunden als Trophäen der Widerstandsfähigkeit und Rauheit mitnehmen können (Lawler, 2002).

Die dargestellten unterschiedlichen Motive lassen sich wie folgt zusammenfassen: In der aktuellen Forschung als fragwürdig bis hin zu revidiert anzusehende Motive sind die der Ausübung von männlicher Dominanz sowie von Gewaltfantasien. Demgegenüber werden Leistung, Wettkampf und soziale Kontakte im Sinne einer sozialen Gemeinschaft eine große Bedeutung zugeschrieben. Die Intensität des MMA Sports soll außerdem die Konzentration auf den Moment begünstigen, eine Bedingung für den Flow Zustand als auch für Ablenkung/Katharsis. Darüber hinaus sei erwähnt, dass das Motiv Gesundheit oftmals in Vereinen als Beweggrund genannt wird und zu guter Letzt findet sich auch das Motiv der Austestung der eigenen Limits.

3.3.3.3 Motive in Karate und Kickboxen

Im deutschsprachigen Raum ist die vorliegende Arbeit die erste Studie welche sich mit den Motiven von MMA Sportlern und Sportlerinnen beschäftigt. Für Karate und Kickboxen, zwei weitere Kampfsportarten, gibt es bereits je eine Motivstudie welche auf den gleichen Fragenkatalog basieren und daher für Vergleichszwecke gut geeignet sind.

Die Rangfolge der Motivkategorien in Karate (Pakosta, 2015) ist im Anschluss dargestellt. Die originale Tabelle wurde modifiziert, so dass ausschließlich Subgruppen aufscheinen welche sich im BMZI Katalog befinden, mit Ausnahme der Kategorie Selbstverteidigung, welche in dieser Arbeit ebenfalls vorzufinden ist.

Tab. 5: Motive im Karate

	Motive		
Rang	**Subdimensionen**	**MW**	**SD**
1.	Fitness/ Gesundheit	4,0539	0,86996
2.	Ästhetik	3,5438	1,09961
3.	Erholung	3,4518	1,04986
4.	Selbstverteidigung	3,4120	1,07601
5.	Kontakt	2,9642	1,08393
6.	Figur/ Aussehen	2,3590	1,13856
7.	Wettkampf/ Leistung	2,3373	1,04986

Quelle: mod. n. Pakosta, (2015, S. 74)

Wie aus Tab. 5 ersichtlich wird, sind die Motive Fitness/Gesundheit und Ästhetik die meist genannten während Figur/Aussehen und Wettkampf/Leistung das Schlusslicht bilden. Es sei erwähnt, dass die Kategorie Erholung aus der Zusammenführung der Subgruppen Ablenkung/Katharsis und Aktivierung/Freude, wie sie im BMZI Fragenkatalog vorkommen, besteht.

In anschließender Tab. 6 sind die Subskalen der Motive in Kickboxen dargestellt, diese Tabelle wurde nicht modifiziert, da sie hauptsächlich aus den BMZI Items besteht, welche allerdings teilweise in neue Kategorien gruppiert und zu welchen zusätzlich neue Items hinzugefügt wurden.

Motivkategorien, welche aus denselben Items bestehen wie jene die in dieser Arbeit verwendet wurden, sind Selbstverteidigung und Figur/Aussehen. Kontakt besteht aus denselben Items, allerdings wurden noch zwei weitere Items hinzugefügt.

Die restlichen Motive bestehen aus einer Vielzahl zusätzlicher Items und Aspekte, welche in dieser Arbeit nicht vorkommen.

Tab. 6: Motive in Kickboxen

	Motive		
Rang	**Subdimensionen**	**MW**	**SD**
1.	Fitness/ Wohlbefinden	4,2	0,68
2.	Psychische Fitness	3,66	0,96
3.	Psychohygiene/Flow	3,57	0,84
4.	Bewegungsästhetik/ -komplexität	3,54	0,96
5.	Selbstverteidigung	3,00	1,13
6.	Wettkampf/Leistung	2,95	1,04
7.	Kontakt	2,74	0,92
8.	Figur/Aussehen	2,71	1,12
9.	Vorbild	1,98	0,98

Quelle: Pehböck (2016, S.77)

4 Methode

Der Fokus dieser Arbeit liegt auf der empirischen Untersuchung hinsichtlich der Motive im Mixed Martial Arts. Die angewandte Methode der empirischen Forschung wird in diesem Kapitle näher vorgestellt. Zunächst wird die konkrete Fragestellung vorgestellt, sowie die von dieser Fragestellung ausgehenden Hypothesen aufgezählt. Im Anschluss daran wird das Forschungsdesign, die Gesamtheit der Stichprobe, die Erstellung und der Aufbau des Fragebogens thematisiert werden. Ein Überblick über die Durchführung der Datenerhebung, deren Auswertung und der Gütekriterien schließt das vorliegende Kapitel ab.

4.1 Fragestellung und Hypothesen

Das Hauptziel dieser Arbeit ist es, herauszufinden wieso Menschen in Österreich Mixed Martial Arts trainieren. Aufgrund dessen wurde folgende Forschungsfrage formuliert:

Was bewegt Menschen in Österreich dazu, die Sportart Mixed Martial Arts auszuüben?

Ausgehend von dieser Forschungsfrage wurden folgenden Hypothesen bezüglich der Motive österreichischer MMA Sportler und Sportlerinnen aufgestellt:

Hypothese 1:

H1/0: Es besteht kein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Männern und Frauen.

H1/1: Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Männern und Frauen.

Hypothese 2:

H2/0: Es besteht kein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Sportlern und Sportlerinnen die neben dem MMA noch andere Sportarten ausüben, und jenen, die ausschließlich MMA trainieren.

H2/1: Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Sportlern und Sportlerinnen die neben dem Kickboxen noch andere Sportarten ausüben, und jenen, die ausschließlich MMA trainieren.

Hypothese 3

H3/0: Es gibt keinen signifikanten Unterschied in den Motiven des MMA Trainings zwischen Sportlern und Sportlerinnen welche eine bestimmte Vorstellung des Sportes vor Ausübung hatten und solchen welche diese Vorstellung nicht hatten.

H3/1: Es gibt einen signifikanten Unterschied in den Motiven des MMA Trainings zwischen Sportlern und Sportlerinnen welche eine bestimmte Vorstellung des Sportes vor Ausübung hatten und solchen welche diese Vorstellung nicht hatten.

Hypothese 4:

H4/0: Es gibt keinen Unterschied bezüglich der Motive der Sportausübung in MMA zwischen Menschen mit Migrationshintergrund und Menschen ohne Migrationshintergrund.

H4/1: Es gibt einen Unterschied bezüglich der Motive der Sportausübung in MMA zwischen Menschen mit Migrationshintergrund und Menschen ohne Migrationshintergrund.

Hypothese 5:

H5/0: Es gibt keinen Unterschied zwischen den Geschlechtern bei der Beantwortung der Frage, ob die Gefahr des Schmerzes während des Sparrings das Besondere an MMA ist.

H5/1: Es gibt einen Unterschied zwischen den Geschlechtern bei der Beantwortung der Frage, ob die Gefahr des Schmerzes während des Sparrings das Besondere an MMA ist.

Hypothese 6:

H6/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Alter der MMA Sportler und Sportlerinnen und den zentralen Motiven, die sie als Grund für die Ausübung des MMA Sportes angeben.

H6/1: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Alter der MMA Sportler und Sportlerinnen und den zentralen Motiven, die sie als Grund für die Ausübung des MMA Sportes angeben.

Hypothese 7:

H7/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Ausbildungsniveau und den zentralen Motiven MMA auszuüben.

H7/1: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Ausbildungsniveau und den zentralen Motiven MMA auszuüben.

Hypothese 8:

H8/0: Es gibt keinen Zusammenhang zwischen dem selbst eingestuften Können und den Motiven MMA auszuüben.

H8/1: Es gibt einen Zusammenhang zwischen dem selbst eingestuften Können und den Motiven MMA auszuüben.

Hypothese 9:

H9/0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen der Trainingshäufigkeit pro Woche und den Motiven in MMA.

H9/1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen der Trainingshäufigkeit pro Woche und den Motiven in MMA.

Hypothese 10:

H10/0: Es gibt keinen Zusammenhang zwischen den Motiven MMA auszuüben und der Gefahr Schmerz zu spüren während des Sparrings.

H10/1: Es gibt einen Zusammenhang zwischen den Motiven MMA auszuüben und der Gefahr Schmerz zu spüren während des Sparrings.

4.2 Forschungsdesign

Da diese Arbeit im Rahmen eines Forschungsprojektes von Dr. Clemens Ley verfasst worden ist, welches die Motive unterschiedlicher Sportarten untersucht, war es mir möglich mich einer standardisierten Verfahrensweise zu bedienen. Die Datenerhebung wurde daher mittels eines Online Fragebogens vollzogen, welcher zum einen auf dem schon vorgestellten BMZI gründet und zum anderen dem Design der Fragebögen von Pehböck (2016) und Pakosta (2015) nachempfunden ist.

Während Pakosta (2015) die Motive in der Sportart Karate untersuchte, erörterte Pehböck (2016) die Motive für Kickboxen. Für die vorliegende Querschnittstudie wurden deren Fragebögen überarbeitet und eine Adaption auf die Sportart Mixed Martial Arts vorgenommen.

4.3 Erstellung und Aufbau des Fragebogens

Der Konstruktion des Fragebogens ging die Auseinandersetzung mit bereits bestehenden Fragebögen voraus. Hierfür wurden Arbeiten ausgewählt, welche ebenfalls Teil der sportartspezifischen Motivforschung in Österreich von Dr. Clemens Ley sind. Die Auswahl fiel auf die bereits erwähnten Fragebögen von Kickboxen (Pehböck, 2016), sowie auf die Arbeit über Motive im Karate (Pakosta, 2015) da diese, wie Mixed Martial Arts, Kampfsportarten sind. Der Vorteil der genannten Fragebögen ist das gemeinsame Grundgerüst, welches auf den 24 Items des BMZI (Lehnert et al.,2011) basiert, und hierdurch einen Vergleich der verschiedenen untersuchten Sportarten erleichtert. Pehböck (2016) und Pakosta (2015) fügten ihren Fragebögen zusätzliche Items hinzu, welche für den hier verwendeten Fragebögen zum Teil übernommen und adaptiert wurden.

Die Fragestellungen des Fragebogens bestehen größtenteils aus geschlossenen Fragen. Aber auch offenen Fragen kommen zur Verwendung, unter anderem soll dadurch auch eine

Abwechslung für die Befragten während der Beantwortung erreicht werden. Ziel ist dadurch eine höhere Rücklaufquote zu erhalten. Die im Fragebogen verwendete Du-Form spiegelt die in vielen Sportarten übliche persönliche Anrede wider und soll die Distanz zwischen Untersucher und Untersuchenden verringern und so eine freundlichere Atmosphäre erschaffen.

Bevor der Fragebogen an eine Vielzahl von Vereinen geschickt wurde, wurde ein vorläufiger Entwurf von vier Personen getestet. Alle vier Personen hatten einen Migrationshintergrund gemein, dies war beabsichtigt, da in der Sportart Mixed Martial Arts viele Menschen mit Migrationshintergrund trainieren, von denen einige Deutsch nicht als Muttersprache haben. Bei manchen Items kam es zu Verständlichkeitsproblemen, so wurde zum Beispiel im Item *... mein Gegenüber besser kennen zu lernen* das Wort *Gegenüber* falsch verstanden, und daher das Item auf um … *meine Trainingspartner besser kennen zu lernen* geändert. Innerhalb der ursprünglichen 24 BMZI Items kam es auch zu vereinzelten Missverständnissen, so wurde das Item *um mit anderen gesellig zusammen zu sein* mit dem Satz *um freundschaftlich Zeit zu verbringen* erklärend ergänzt. Anschließend kam es zu einer zweiten Überprüfung des Fragebogens, durch drei weitere Personen mit einer anderen Muttersprache als Deutsch.

Der Aufbau des Fragebogens gliedert sich in sieben Bereiche. Die Ermittlung der persönlichen Daten erfolgt im ersten Teil und beinhaltet Geschlecht, Alter und höchste abgeschlossene Ausbildung der Teilnehmer und Teilnehmerinnen.

Der zweite Abschnitt befasst sich mit der Ausübung der Sportart. Trainingsdauer, Trainingshäufigkeit, Intensität der sportlichen Betätigung, Wettkampferfahrung und die unterschiedlichen Disziplinen auf die sich die Sportler und Sportlerinnen spezialisieren. Im Anschluss findet sich der Themenbereich Einstieg in die Sportart. Hier wird ermittelt, wodurch die Personen auf MMA aufmerksam geworden sind.

Im dritten Teil der Arbeit, welcher das Kernstück ausmacht, wird in zwei Frageblöcken der Frage nach den Motiven in Mixed Martial Arts nachgegangen. Zuerst stehen für Männer 41 Items zur Beantwortung bereit und für Frauen 37. Der Unterschied ergibt sich durch vier zusätzliche Fragen für männliche Teilnehmer, welche das männliche Rollenbild betreffen.

Die Fragen sind auf einer 5-stufigen Likert Skala zu beantworten, wobei der Zuspruch zu einer Aussage *von trifft völlig zu* bis *trifft gar nicht zu* auszuwählen ist. Im folgenden zweiten Frageblock haben nun die Teilnehmer und Teilnehmerinnen die Möglichkeit Motive, welche sie nicht in der Liste fanden, zu nennen und zu beschreiben. Desweitern wird die Vorstellung von MMA vor Beginn der Sportausübung eruiert.

Der vierte Abschnitt geht einer Aussage einer angloamerikanischen Studie bezüglich der Sportwahl MMA nach. Es wurde versucht Daten zu gewinnen, um die Aussage über die Besonderheit von MMA, welche Green (2011) in der Gefahr des Schmerzes im Sparring sieht, zu erforschen.

Im Bereich *Andere Sportarten* werden Sportarten welche neben MMA noch ausgeübt werden, erfragt und unter *Migrationshintergrund* finden sich freiwillige Fragen, welche den Migrationshintergrund erheben, im speziellen auch den Geburtsort der Eltern. Außerdem wird gefragt, ob die Ausfüllenden der Meinung sind, dass ihr Migrationshintergrund sie beeinflusst hat MMA trainieren zu wollen.

Im letzten und siebten Abschnitt wird um Feedback zum Fragebogen gebeten. Hierbei stehen die Verständlichkeit und die Länge im Fokus und auch die Ehrlichkeit beim Ausfüllen. Es besteht auch die Möglichkeit unter einer offenen Frage den Fragebogen zu kommentieren.

Zusammengefasst werden neben der Befragung der Motive in MMA folgende Teilaspekte erfragt:

- Das Alter, das Geschlecht und die höchste abgeschlossene Ausbildung;
- Die Häufigkeit der Sportausübung in Trainingsjahren, Trainingsmonaten pro Jahr; Einheiten pro Woche und Dauer pro Einheit;
- Turnierteilnahme;
- Bereiche der Spezialisierung in MMA;
- Trainingsintensität;
- Persönliches Können;
- Einstieg in die Sportart;
- Vorstellung der Sportart vor Ausübung;

- Motive für die Sportausübung;
- Migrationshintergrund;
- Zustimmung zur Frage ob die Gefahr des Schmerzes während des Sparrings MMA besonders macht;
- Ausübung weiterer Sportarten;
- Positive und negative Erlebnisse in MMA.

4.4 Stichprobe

Als Grundgesamtheit für die Stichprobe kamen alle in Österreich aktiv Mixed Martial Arts trainierenden Jugendliche und Erwachsene in Frage, wobei die Anzahl der Trainingseinheiten, Training als Profi oder Amateur/in, Wettkämpfer/in oder Hobbysportler/in, Geschlecht und individuelle Leistungsstufe keine Ausschlusskriterien darstellten. Bezüglich des Alters wurde darauf geachtet, dass keine Kinder und zu junge Jugendliche befragt wurden, somit stellte 14 die untere Altersgrenze dar. Nach oben hin gab es keine Altersbegrenzung.

144 Personen füllten den Fragebogen gültig und vollständig aus, hinzu kommen noch weitere fünf Fragebögen, welche aufgrund einer geringen Anzahl von nicht essentiellen fehlenden Daten ebenso in die Datenauswertung aufgenommen wurden. Diese Personen machten vollständige Angaben bei den Fragen nach den Motiven, dem Hauptkern der Arbeit, allerdings fehlten Angaben im Bereich der Sportausübung. Schließlich ergibt dies die Anzahl von 149 Fragebögen, welche zur Auswertung der sportbezogenen Motive zur Verfügung standen.

4.5 Durchführung der Erhebung

Nach zwei Pre-Tests, welche Veränderungen im Ausdruck einiger Items nach sich zog, wurde der fertiggestellte Fragebogen am 06.03.2017 aktiviert. Noch am selben Tag wurde mit den Maßnahmen begonnen, um den Fragebogen in Umlauf zu bringen.

Um möglichst viele Mixed Martial Artists zu erreichen, wurde auf verschiedenen Wegen versucht den Online Link zum Fragebogen zu verteilen und das Interesse zu steigern diesen auszufüllen. So wurden alle auffindbaren Vereine der neun Bundesländer per Email oder

facebook kontaktiert und um Zusammenarbeit gebeten. Auf facebook durfte ich meinen Link in Mixed Martial Arts Gruppen veröffentlichen. Einige Vereine haben den Link zudem auch in deren internen facebook Gruppen gestellt, mit der Bitte an die Mitglieder den Fragebogen auszufüllen. Desweitern wurde der Link auf facebook Seiten, welche Mixed Martial Arts Seminare und Wettkämpfe als Inhalt haben, online gestellt. Ebenso wurde eine Vielzahl an Personen persönlich in Vereinen und Wettkampfveranstaltungen angesprochen, und ihnen anschließend der Link zum Online-Fragebogen per E-Mail oder facebook weitergeleitet.

Mir scheint, dass die Rücklaufquote vor allem nach persönlich geführten Gesprächen höher war, also bei Personen, welche mir persönlich zugesichert hatten den Fragebogen auszufüllen und denen ich den Link persönlich habe zukommen lassen. Während Kundgebungen des Online Links auf facebook Seiten verschiedener Vereine, Wettkämpfe und Seminare eher weniger Rückmeldungen verursachten. Ich habe diesen Eindruck dadurch gewonnen, da die meisten Rückmeldungen aus Wien eingelangt sind, und ich hier viele persönliche Gespräche geführt habe. Eine andere Erklärung wäre allerdings auch der höhere Anteil an MMA Sportlern und Sportlerinnen in Wien. Es muss auch gesagt werden, dass es facebook Gruppen gab, welche enthusiastisch auf den Fragebogenlink reagiert, diesen kommentiert und oftmals geliked haben.

Es ist es schwer zu sagen, welche Art der Verbreitung zu mehr ausgefüllten Fragbögen geführt hat.

4.6 Qualitätssicherung

Um die mit dem Fragebogen erhobenen Daten verwertbar auswerten zu können, muss weitestgehend sichergestellt sein, dass dieser bestimmten Gütekriterien entspricht.

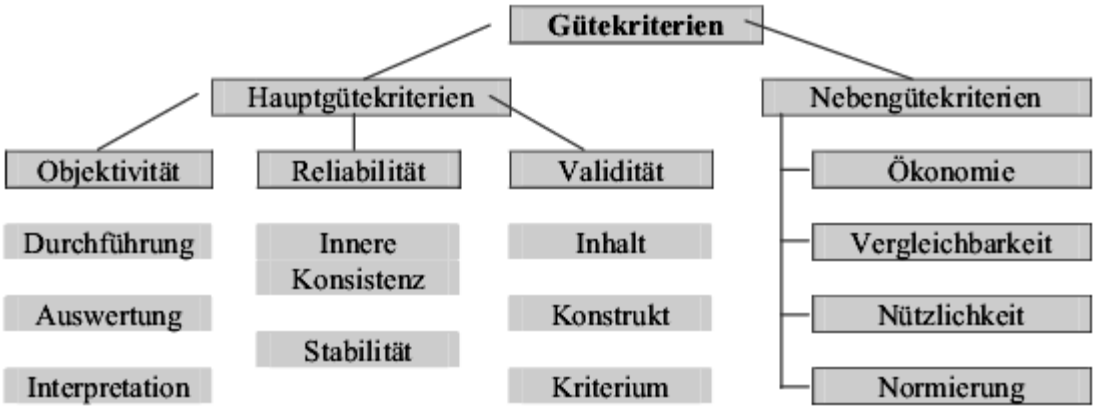


Abb. 1: Haupt- und Nebengütekriterien (Bühner, 2004, S.35)

Abb. 1 zeigt die Aufteilung der Gütekriterien in Hauptgütekriterien und Nebengütekriterien, sowie deren weiteren Unterkategorien. Hauptgütekriterien sollen gewährleisten, dass ein Test vom Testleiter nicht beeinflussbar ist, eine Wiederholung der Messung ein ähnliches Ergebnis hervorruft und gemessen wird was gemessen werden soll (Raithel, 2008). Diese drei Hauptgütekriterien, Objektivität, Reliabilität und Validität, werden im Folgenden kurz erklärt und es wird dargestellt, wie diese Kriterien für den hier verwendeten Fragebogen umgesetzt wurden.

Objektivität.

„Der Grad der Objektivität eines Messinstruments bringt zum Ausdruck, in welchem Ausmaß die Befunde intersubjektiv sind, also unabhängig von der jeweiligen Person, die das Messinstrument anwendet“ (Raithel, 2008, S.45). Sie entspricht somit dem Ausmaß, in welchem der Untersuchungsleiter oder die Untersuchungsleiterin das Testergebnis bei der Durchführung, Auswertung und Interpretation beeinflussen kann.

Durch den standardisierten Online Fragebogen welcher für die hiesige Untersuchung verwendet wurde, wurde ein hohes Maß an Objektivität gewähreistet. Umfrageteilnehmer und –teilnehmerinnen hatten allesamt dieselbe schriftliche Information zur Hand um die Fragen zu beantworten, die Abwesenheit des Untersuchungsleiters stellte sicher, dass kein Einfluss auf die Probanden und Probandinnen genommen werden konnte. Außerdem begünstigte der Aufbau des Fragebogens, welcher hauptsächlich aus geschlossenen Fragen besteht, ein hohes Maß an Auswerteobjektivität (Diekman, 2005).

Eine Limitierung des Online Fragebogens betrifft allerdings die Durchführungsobjektivität. Denn eine Überprüfung und Kontrolle der Bedingungen im Moment des Ausfüllens ist nicht möglich (Thielsch & Weltzin, 2009).

Reliabilität.

„Mit Reliabilität (Zuverlässigkeit, Verlässlichkeit) wird das Ausmaß bezeichnet, in dem wiederholte Messungen eines Objektes mit einem Messinstrument die gleichen Werte liefern“ (Raithel, 2008, S.46). Es geht daher um den Grad der Reproduktion von Messwerten. Da der Fragebogen dieser Arbeit auf dem BMZI (Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport) beruht, kann von einer hohen Reliabilität ausgegangen werden. Lehnert et at. (2011, S.146) urteilen über den BMZI wie folgt:„[m]it dem BMZI liegt ein ökonomisches, reliables und valides Instrument vor, welches sich zum Screening von multidimensionalen Motivprofilen und zur Beschreibung von Zielgruppen im Freizeit- und Gesundheitssport eignet“.

Zur Schätzung der Reliabilität wird als Erweiterung die Itemkonsistenzanalyse mittels des Cronbach-Alpha Koeffizienten (α) errechnet, welcher einen Wert zwischen Null und Eins annehmen kann. Im Zuge der Itemanalyse werden Items entfernt, welche nur sehr schwach mit den anderen Items eines Faktors zusammenhängen. Dies führt zu einer Reliabilitätssteigerung. Diese Verfahren wurden für den hier verwendeten Fragebogen sowohl für die 24 Items des BMZI Kataloges, als auch für die Erweiterung, ausgeführt. Ein wichtiger Vorgang, da schon aufgrund einer „veränderten Zusammensetzung der Menge der Untersuchungsobjekte“ die Reliabilitätsschätzung eines schon als reliabel geltenden Instrumentes sich verändern kann (Raithel, 2008, S.47).

Ein weiterer, die Reliabilität beeinflussender Faktor, ist wenn die Fragen zweideutig sind oder missverstanden werden können (Brown & Abeywickrama, 2010), aus diesem Grund wurde ein Pre-Test ausgeführt, da einige Test Teilnehmer und Teilnehmerinnen einen Migrationshintergrund haben und Deutsch nicht als Muttersprache besitzen. Um die Reliabilität zu steigern wurden einige Items umgeschrieben oder ergänzend erklärt, siehe hierzu den Abschnitt 4.3.

Validität.

„Unter Validität (Gültigkeit) eines Messinstruments ist das Maß zu verstehen, indem das Messinstrument tatsächlich das misst, was es messen soll“ (Raithel, 2008, S.47). Eine valide Datenerfassung misst daher die Daten welche sie vorgibt zu messen und keine irrelevanten, verzerrenden Variablen. Validität gilt als eines der höchsten Güter, denn objektive und reliable Messinstrumente müssen nicht zu validen Ergebnissen führen, sind jedoch Voraussetzung für valide Resultate.

Bei diesem Test kann von einer hohen Validität ausgegangen werden, da er auf dem BMZI beruht, welcher, wie bereits erwähnt, als valide gilt (Lehnert et al., 2011). Eine BMZI Analyse von Studien mit 1098 Personen stellt fest: „Die internen Konsistenzen sowie die konvergente und diskriminante Validität können als gut bewertet werden“ (Lehnert et al., 2011, S.146). Unter konvergenter Validität wird der Zusammenhang zwischen verschiedenen Tests verstanden, welche vorgeben dasselbe Konstrukt zu messen, welche hoch ausfallen soll. Während unter diskriminanter Validität der Zusammenhang zwischen verschiedenen Test verstanden wird, welche vorgeben ein unterschiedliches Konstrukt zu messen, dieser Zusammenhang soll niedrig ausfallen (Moosbrugger & Kelava, 2012).

Darüber hinaus wurde mit einem Experten die Zusammenstellung der Motive zu den Motivgruppen mittels einer Faktorenanalyse ausführlich besprochen.

Neben der oben erwähnten Limitierung der Durchführungsobjektivät bei einer Befragung mittels Online Fragebogen, seien hier noch weitere Einschränkungen erwähnt. Zum einen kann nicht sichergestellt werden, dass alle Zielgruppen online verfügbar sind. Zum anderen ist die Mehrfachteilnahme von Personen kaum kontrollierbar. Weiters hängen Rückfragen von der Initiative der Teilnehmer und Teilnehmerinnen ab und können nur asynchron beantwortet werden (Thielsch & Weltzin, 2009).

4.7 Feedback des Fragebogens

Am Ende der Umfrage gab es die Möglichkeit den Fragebogen zu bewerten. Hierfür standen zum einen zwei offene Fragen und zum anderen drei geschlossene Fragen zur Verfügung, welche abermals auf einer Likert Skala von eins bis fünf zu bewerten waren, wobei fünf eine hohe Zustimmung zur jeweiligen Aussage kennzeichnete und eins eine hohe Ablehnung. Die

offenen Fragen ermöglichten es eine generelle Meinung zu dem Thema und zum Fragebogen abzugeben. Die geschlossenen Fragen wiederum bezogen sich auf die Verständlichkeit und die Länge des Fragebogens sowie auf das Bemühen der Teilnehmer und Teilnehmerinnen beim Ausfüllen.

Die Verständlichkeit des Fragebogens ist als außerordentlich hoch zu bewerten. 140 der 149 befragten Personen entschieden sich diese Frage auszufüllen, von diesen Personen fand eine Person den Fragebogen gar nicht verständlich und 115 Personen sehr verständlich, dies ergibt einen Mittelwert von 4,75 (SD=0,613) und einen Median von 5.

Die Länge des Fragebogens befand sich für die große Mehrheit im angenehmen Rahmen. 4 Personen gaben an, dass der Fragebogen zu lange war, 1 Person gab an, dass dieser zu kurz war, in der Mitte, sprich im Bereich weder zu lange noch zu kurz, lassen sich 107 Personen ausmachen. Dieser Eindruck findet sich sowohl im Mittelwert mit 2,93 (SD=0,571) als auch im Median mit 3 wieder. 137 der 149 befragten Personen gaben hierzu ihren Eindruck kund.

Bezüglich der Bemühung den Fragebogen ehrlich auszufüllen, lässt sich feststellen, dass 137 Personen angaben, sich bemüht zu haben den Fragebogen ehrlich zu beantworten, während 2 Personen angaben, nur neugierig gewesen zu sein und sich durch die Fragen durchgeklickt zu haben. Vor einem möglichen Ausschluss dieser zwei Personen, wurden ihre Antworten genauer inspiziert, um einen Eindruck über ihr Antwortverhalten zu gewinnen. Da sich sowohl bei den Motiven eine Konsistenz innerhalb der Motivfaktoren zeigte, als auch Antworten auf freiwillige offene Fragen gegeben wurden, wurde der Entschluss gefasst, diese zwei Personen für die Auswertung des Fragebogens beizubehalten. Von 149 Personen beantworteten 139 Personen die Frage nach dem ehrlichen Bemühen.

Die offene Antwortmöglichkeit zur Kundgabe der eigenen Meinung über das Thema oder um eine Ergänzung hinzuzufügen nutzten 18 von 149 Befragten. Zehn der achtzehn Personen fügten ein kurzes *Nein* als Antwort ein, oder ein *Nein, es war alles dabei*. Die restlichen Personen nutzten die Gelegenheit um ihren Grund für die Sportausübung zu nennen oder um den Sport generell zu beschreiben. So finden sich Aussagen wieder, welche berichten, dass MMA ein gutes Mittel gegen Mobbing sei: *MMA ist ein sehr gutes Mittel gegen Mobbing! Weiö man lernt mit Emotionen umzugehn und sicj dinge nicht gefallen zu*

lassen, das MMA kein Sport für aggressive Menschen sei sondern viele verschiedene koordinative Bereiche fördert, *MMA oder sonstige Kampfsportarten oder Kampfkünste ist kein Sport die Aggressive oder unsoziale Menschen praktisiert. Es ist ein Sport die deine Motorik, Selbstbewusstsein und Soziale Kompetenzen steigern*.

21 Personen gaben ein Kommentar zu der Frage ab, ob sie Sonstiges zum Fragebogen hinzufügen wollen. Viele nutzten dies um mir ihre Glückwünsche für die Diplomarbeit auszurichten, was mich sehr freute. Andere teilten mit, dass es viele Dopplungen bei den Fragen gäbe. Hierbei meinten manche sie wollten dies nur erwähnen, es habe bestimmt seinen Sinn, andere formulierten die Bitte *Weniger Dopplungen bitte*, insgesamt wurde die Wiederholung der Fragen vier Mal angesprochen. Es wurde auch der Vorschlag gebracht d aufgrund eines Vorbildes Kampfsport auszuüben, als Antwortoption hinzuzufügen.

4.8 Datenanalyse

Die durch den Online Fragebogen gewonnenen Daten wurden mit dem Statistikprogramm *SPSS Statistics 24* ausgewertet. In der deskriptiven Datenanalyse wurden Häufigkeitstabellen erstellet inklusive Prozentangaben. Bei manchen Tabellen ist eine Differenzierung in *Prozente* und *gültige Prozente* vorgenommen worden, dies kam durch die Aufnahme unvollständiger Datensätze zustande. Hier sind die *gültigen Prozente* zu beachten. Weiters wurden Angaben zu Mittelwerten (MW), Medianen (MD) und Standardabweichungen (SD) gemacht.

Zur Überprüfung der Hypothesen auf Unterschiede und Zusammenhänge kamen der T-Test für unabhängige Stichproben, der Mann-Whitney U-Test und der Rangkorrelationskoeffizient nach Spearman zur Verwendung.

Die Prüfung auf Signifikanz wurde auf dem 5%-Niveau berechnet. Die Interpretation des Korrelationskoeffizienten r entsprach (Bühl & Zöffel, 2005):

1.) r 0 bis 0,2 sehr geringer Zusammenhang
2.) r 0,2 bis 0,5 geringer Zusammenhang
3.) r 0,5 bis 0,7 mittlerer Zusammenhang
4.) r höher als 0,7 hoher Zusammenhang

5 Ergebnisse

In diesem Kapitel werden die Ergebnisse der Umfrage und die gewonnenen Erkenntnisse präsentiert und statistisch dargestellt. Zunächst wird auf die Überprüfung des Messinstrumentes eingegangen und anschließend erfolgt eine deskriptive Darstellung der gewonnenen Daten.

5.1 Ergebnisse der Faktorenanalyse

Das Messinstrument dieser Arbeit, ein Fragebogen, wurde mittels Faktorenanalyse analysiert um festzustellen, ob er sich eigne um Motive von österreichischen Mixed Martial Artists zusammenzufassen. Hierbei wurde in zwei Schritten vorgegangen, zu Beginn wurden die 24 Items des BMZI überprüft, dies diente der Überprüfung der Motivfaktoren von Lehnert et al. (2011) auf MMA Sportler und Sportlerinnen. Im zweiten Schritt wurden zusätzlich zu den 24 Items die hinzugefügten Items, welche teilweise bestehende BMZI Kategorien ergänzten, teilweise aber auch neue sportspezifische Kategorien bilden sollten, überprüft. Schlussendlich führte die Untersuchung dieser erweiterten Motivitems zur finalen Zusammenstellung der Motivgruppen mit welchen in dieser Arbeit geforscht wurde.

5.1.1 Überprüfung des BMZI

Die Wahl der Überprüfung der 24 Items des BMZI war die explorative Faktorenanalyse (Varimax Rotation) des Statistikprogrammes SPSS. Hierbei bildeten sich 6 unterschiedliche Faktoren.

Das Item *wegen des Nervenkitzels* ließ sich keinen Faktor weder inhaltlich noch durch die Faktorladung begründend hinzufügen. Am ehesten hätte es mit einer Faktorladung von 0,457 dem Faktor Ablenkung/Katharsis beigemessen werden können, da die Ladung allerdings sehr gering ausfiel und die Verknüpfung mit dem Faktor auch inhaltlich nicht passt, wurde das Item herausgenommen.

Bei einer anschließenden Faktorenanalyse ergaben sich wieder dieselben sechs Kategorien, diesmal mit einer durchgehend höheren Faktorladung, als es noch mit dem Item *wegen des Nervenkitzels* der Fall war.

Der im BMZI angesetzte Faktor Aktivierung/Freude stellte sich als kritisch heraus, so wurden zwei, des aus drei Items bestehenden Faktors, zum Faktor Ästhetik zugewiesen, und ein Item dem Faktor Ablenkung/Katharsis. Dies erscheint wenig überraschend, bedenkt man, dass auch Lehnert et. al zu dem Schluss kommen, dass der Faktor Aktivierung/Freude sich bei der Untersuchung der konvergenten und diskriminanten Validität als „z.T. problematisch erweist“ (2011, S. 155). Die Abgrenzung zum Faktor Ästhetik wie auch zu Ablenkung/Katharsis war in ihren Untersuchungen ebenfalls beeinträchtigt. Daher wurden in dieser Arbeit die Faktoren, wie in der Faktorenanalyse vorgeschlagen, übernommen und Items *freu1* und *freu2* dem Faktor Ästhetik hinzugefügt, sowie *freu3* nun den Faktor Ablenkung/Katharsis verstärkt. Dies war inhaltlich auch dadurch begründet, da sich die Items *freu1*, *freu2* und *freu 3* ursprünglich aus den Bereichen Aktivierung und Bewegungsfreude gebildet haben (Lehnert et al., 2011). Es entstand somit aus dem Faktor Ästhetik der neue Faktor Ästhetik/Freude. Es ist zu beachten, dass hiermit die Unterscheidung zwischen Ästhetik und Aktivierung/Freude wegfällt, welche darin begründet liegt, dass Motive der Ästhetik sowohl selbstintegriert als auch nicht selbstintegriert zum Sporttreiben anregen, während Aussagen der Kategorie Freude verstärkt selbstintegriert sind und leicht negativ mit nicht selbstintegrierten Motiven korrelieren (Lehnert et al., 2011).

In den Kategorien Figur/Aussehen, Kontakt und Fitness/Gesundheit fanden sich die exakt gleichen Aussagen wie in den Motivskalen des BMZI wieder. Mit einer Faktorladung von ,656 bis ,874 fanden sich auch annehmbar hohe Werte.

Die Kategorie Wettkampf bildeten nun die Aussagen *weil ich im Wettkampf aufblühe*, *um mich mit anderen zu messen* und *um sportliche Ziele zu erreich*en. Eine Faktorladung von ,709 bis ,790 war gegeben.

In der folgenden Tab. 7 sind die nun entstandenen Subskalen aufgelistet, einschließlich des ermittelten Alphakoeffizienten.

Tab. 7: die sechs ermittelten Subskalen des BMZI (23 Items)

Subdimensionen	**Cronbachs Alpha**
Fitness/ Gesundheit	,736
Kontakt	,884
Wettkampf/ Leistung	,640
Ablenkung/ Katharsis	,842
Ästhetik/ Freude	,808
Figur/Aussehen	,830

5.1.2 Erweiterte Motivskala Überprüfung

1. Schritt der Faktorenanalyse. In einer erneuten Faktorenanalyse (Varimax Rotation) wurden alle Items, welche die Motive der MMA Sportler und Sportlerinnen untersuchen sollten, untersucht. Zuzüglich zu den 24 Items des BMZI kamen 17 hinzugefügte Aussagen, welche einem Itempool von 41 Items bildeten.

Untersuchungsziel war es abermals zu überprüfen, ob aus den nun 41 Items neue Faktoren entstehen, ob Items zu bestehenden Faktoren hinzugefügt werden, ob Items aus bestehenden Kategorien auszuschließen sind und ob einzelne Items ausgeschlossen werden müssen.

Im ersten Schritt der Faktorenanalyse bildeten sich 10 Kategorien aus. Es entstanden einige einleuchtende, plausible Faktorengruppen, daneben zeigten sich allerdings auch Items, welche aufgrund niedriger Faktorladung keiner Kategorie zugeteilt werden konnten, sowie Gruppierungen, welche inhaltlich fragwürdige Aussagen beinhalteten.

Unter den 10 gebildeten Kategorien gab es eine Kategorie welche kein Item mit einer Faktorladung von über ,511 besaß und somit keine begründbare Gruppierung bildete. Die beiden Items mit der höchsten Faktorladung in dieser Gruppe waren *weil meine Eltern/Freunde von mir als Mann erwarten*, *dass ich Kampfsport trainiere* mit einer Faktorladung von ,511 und *um meinen Körper zu stärken* mit einer Ladung von ,451. Da

beide Items inhaltlich nicht zueinander passten und das erste besprochene Item auch noch in einer anderen inhaltlich passenden Kategorie mit ,505 vertreten war, das Item *um meinen Körper zu stärken* allerdings nicht, wurde dieses letztere genannte Item gelöscht.

Unter den restlichen Kategorien war eine große Kategorie bestehend aus Items der Ästhetik, Freude/Aktivierung und Flow entstanden. Wie in der reinen BMZI Itemanalyse fallen die Items *vor allem aus Freude an der Bewegung* und *um neue Energie zu tanken* mit den Items der Ästhetik *weil es mir Freude bereitet, die Schönheit der menschlichen Bewegung im Sport zu erleben* und *weil mir Sport die Möglichkeit für schöne Bewegungen bietet* zusammen. Neu hinzugekommen ist das Item *wegen dem Glückgefühl während der Ausübung*, welches allerdings aufgrund einer niedrigen Faktorladung von ,491 und einer inhaltlich fraglichen Übereinstimmung mit den restlichen Items im nächsten Schritt ausgeschlossen wurde. Ebenso hinzugekommen sind Items der Gruppe Flow, *um vollkommen in der Aktivität aufzugehen (Flow Zustand= während dem MMA denke ich nur an MMA und fühle mich gut dabei)*. und *weil dabei nur der Moment zählt und meine Gedanken auf die Aktivität fokussiert sind. (weil ich mich 100% konzentrieren muss)*. Das dritte Item der Kategorie Flow *weil beim MMA meine Fähigkeiten mit den Anforderungen im Einklang sind* hatte, wie das Item Glücksgefühl, mit ,566 eine deutlich niedrigere Faktorladung als die restlichen Items dieses Faktors welche von ,696 bis ,767 reichten. Daher wurde es unter Beobachtung gehalten, auch da der Gedanke im Raum stand die Gruppe im Nachhinein in eine Gruppe mit dem Thema Flow und eine Gruppe bestehend aus Items der Ästhetik und Aktivierung/Freude aufzuteilen. Unter Beobachtung gehalten bedeutet, dass darauf geachtet wurde, wie die Faktorladung des Items sich in den nächsten Schritten verändern würde, und ob der Alphakoeffizient bei Löschung des Items signifikant steigen würde.

Die Faktoren Kontakt, Fitness/Gesundheit und Figur/Aussehen bestanden aus den vom BMZI vorgesehenen Komponenten und unterschieden sich hinsichtlich der Zusammenstellung der Aussagen nicht von den Gruppen der vorangehenden BMZI Faktorenanalyse. Die Aussagen dieser drei Gruppierungen erreichten Faktorladungen von ,683 bis ,822. Beim Faktor Fitness/Gesundheit fiel das zur erweiterten Analyse neu hinzugefügte Item *um meinen Körper zu stärken* wie oben besprochen weg, da es sich zu keiner Kategorie zuteilen ließ.

Eine neu hinzugefügte Kategorie namens Verteidigung wurde durch die Faktorenanalyse bestätigt. Jedoch wurde sie durch ein Item ergänzt, nämlich *weil ich von mir als Mann erwarte mich und andere verteidigen zu können*. Dies ist nicht verwunderlich, da es bei diesem Item inhaltlich auch um Verteidigung geht, allerdings steht die Verknüpfung mit der Rollenerwartung als Mann in der Lage sein zu müssen sich zu verteidigen, im Fokus. Da die übrigen vier Items der Kategorie Verteidigung eine hohe Faktorladung von ,805 bis ,858 aufweisen, und das Item über die Erwartung sich als Mann verteidigen zu müssen nur eine Ladung von ,529 aufwies, und es auch in der Gruppe der Rollenerwartung nur eine Faktorladung von ,460 erreichte, wurde entschieden es auszuschließen.

Die Kategorie Ablenkung/Katharsis beinhaltete alle vier vom BMZI vorgesehenen Items, mit einer Faktorladung zwischen ,663 und ,826. Zusätzlich zu diesen vier Items fiel ein Item der Gruppe Freude/Aktivierung hierunter, nämlich *um mich zu entspannen*. Da die Faktorladung mit ,526 niedrig und die schwächste in der besagten Kategorie war, sowie inhaltlich die Zugehörigkeit nicht vollkommen klar war, steht dieses Item in den folgenden Schritten unter Beobachtung.

In die Kategorie Finanzen waren die ursprünglich dafür angedachten zwei Finanzen Items mit einer hohen Faktorladung von ,898 und ,895 vorzufinden. Hinzukommen noch zwei weitere Faktoren, diese wären *um sportliche Ziele zu erreichen* (,687) und *weil ich im Wettkampf aufblühe* (,469). Da beide inhaltlich nicht zur Kategorie Finanzen passen, und sie keiner anderen Kategorie zugeteilt werden können, da die Faktorladung in allen anderen Kategorien unter ,300 liegt, wurden beide Items im nächsten Schritt entfernt.

Die Items *weil mich die direkte Auseinandersetzung mit dem Gegner reizt* und *um mich mit anderen zu messen* bilden die Grundlage für die Kategorie Wettkampf, mit einer Faktorladung von ,850 und ,761. Da der inhaltliche Fokus durch diese beiden Aussagen auf der Ebene des gegenseitigen Messens liegt, wurde die Kategorie in Wettkampf/Messen umbenannt. Zwei weitere Items finden sich in dieser Kategorie, welche aus inhaltlichen Gründen und/oder niedriger Faktorladung nicht gehalten wurden. Diese waren *um in einem Zustand zu kommen in dem alles herum keine Rolle spielt* (,515), und *wegen des Nervenkitzels* (,414).

Die letzte hier vorgestellte Kategorie betrifft die Rollenerwartung der Männer, und ihre Motivation MMA zu trainieren, um ihrer Rollenvorstellung zu entsprechen. Als Ergebnis der Faktorenanalyse bestand diese Kategorie aus den Items *weil es zum Mann sein dazugehört, kämpfen zu können* (,842), *weil man kein richtiger Mann ist, wenn man keinen Kampfsport kann* (,818) und *weil meine Eltern/Freunde von mir als Mann erwarten, dass ich Kampfsport trainiere* (,505). Die letzte Aussage stand aufgrund ihrer niedrigen Faktorladung unter Beobachtung, inhaltlich fällt auf, dass dieses Item einer Fremdbewertung entspricht und die ersten zwei Aussagen einer Eigenbewertung.

2. Schritt der Faktorenanalyse. Nach einer zweiten Faktorenanalyse, unter Ausschluss der oben beschrieben Items aufgrund niedriger Faktorladungen und inhaltlichen Unstimmigkeiten, bestätigten sich die Kategorien der ersten Analyse. Einzig das Item *weil meine Eltern/ Freunde von mir als Mann erwarten dass ich Kampfsport trainiere,* stand nun alleine. Daher wurde es für die nächste Faktoranalyse ausgeschlossen.

3. Schritt der Faktorenanalyse. Bei einer erneuten Faktorenanalyse verlor nun in der oben vorgestellten großen Kategorie welche aus Items der Ästhetik, Aktivierung/Freude und Flow bestand das Flow Item *weil beim MMA meine Fähigkeiten mit den Anforderungen im Einklang sind* mit einer Faktorladung von ,470 den Anschluss und wurde entfernt.

4. Schritt der Faktorenanalyse. In einer letzten Faktorenanalyse ließen sich nun zehn übereinstimmende Kategorien festhalten, welche aus günstigen Faktorladungen und inhaltlich stimmigen Verbindungen bestanden.

Die große Kategorie welche aus Aussagen der Gruppen Ästhetik, Aktivierung/Freude und Flow bestand, teilte sich schlussendlich in zwei Faktoren, nämlich in die Faktoren Ästhetik/Freude und Flow.

Die finale Zusammenstellung der zehn Kategorien, welche aus 32 Motivaussagen besteht, ist in Tab. 8 dargestellt, deren innere Konsistenz wird über den Alphakoeffizienten präsentiert.

Tab. 8: Übersicht erweiterter Subskalen (32 Items)

Faktor	**Ich trainiere MMA …**	**FL**	**K**
Ästhetik/ Freude **(Cronb. – α = ,817**	... weil mir Sport die Möglichkeit für schöne Bewegungen bietet.	,775	BMZI
	…weil es mir Freude bereitet, die Schönheit der menschlichen Bewegung im Sport zu erleben.	,759	BMZI
	... vor allem aus Freude an der Bewegung.	,667	BMZI
	… um neue Energie zu tanken.	,667	BMZI
	... um mich zu entspannen.	,540	BMZI
Kontakt **(Cronb. – α = ,884**	... um durch den Sport neue Freunde zu gewinnen.	,825	BMZI
	... um mit anderen gesellig zusammen zu sein. (um freundschaftlich Zeit zu verbringen)	,821	BMZI
	... um etwas in einer Gruppe zu unternehmen.	,808	BMZI
	... um dadurch neue Menschen kennen zu lernen.	,804	BMZI
	... um dabei Freunde/Bekannte zu treffen.	,698	BMZI
Verteidigung **(Cronb. – α = ,887)**	… um mich im Notfall besser verteidigen zu können.]	,869	NEU
	… um mich vor Angreifern zu schützen	,843	NEU
	… um meine Angst vor körperlichen Übergriffen zu mildern. (um weniger Angst vor Angriffen zu haben)	,812	NEU
	… um meiner Angst in Notsituationen entgegenwirken zu können.	,800	NEU
Ablenkung/Katharsis **(Cronb. – α = ,(834)**	... um Ärger und Gereiztheit abzubauen.	,849	BMZI
	... weil ich mich so von anderen Problemen ablenke.	,758	BMZI
	... um Stress abzubauen.	,741	BMZI

	... um meine Gedanken im Kopf zu ordnen.	,694	BMZI
Figur/ Aussehen	... um mein Gewicht zu regulieren.	,850	BMZI
(Cronb. – α = ,830)	... um abzunehmen.	,815	BMZI
	... wegen meiner Figur.	,782	BMZI
Fitness/Gesundheit	... um mich in körperlich guter Verfassung zu halten.	,814	BMZI
(Cronb. – α = ,736)	... vor allem aus gesundheitlichen Gründen.	,743	BMZI
	... vor allem um fit zu sein.	,710	BMZI
Finanzen	... um damit Geld zu verdienen.	,931	NEU
(Cronb. – α = ,870)	... um den Sport zum Beruf zu machen.	,924	NEU
Rollenerwartung ♂	… weil man kein richtiger Mann ist, wenn man keinen Kampfsport kann.	,873	NEU
(Cronb. – α = ,786)	… weil es zum Mann sein dazugehört, kämpfen zu können.	,870	NEU
Wettkampf/Messen	…um mich mit anderen zu messen.	,888	BMZI
(Cronb. – α = ,810)	… weil mich die direkte Auseinandersetzung mit dem Gegner reizt.	,886	NEU
Flow	... um vollkommen in der Aktivität aufzugehen (Flow Zustand= während dem MMA denke ich nur an MMA und fühle mich gut dabei).	,723	NEU
(Cronb. – α = ,761)	.. weil dabei nur der Moment zählt und meine Gedanken auf die Aktivität fokussiert sind. (weil ich mich 100% konzentrieren muss)	,566	NEU

5.2 Ergebnisse der soziodemographische Daten

In diesem Bereich der Arbeit werden soziodemographische Daten wie Alter, Geschlecht und Ausbildungsgrad der Mixed Martial Arts Sportler und Sportlerinnen präsentiert. Es werden alle 149 Personen, welche den Fragebogen ausgefüllt haben, berücksichtigt.

5.2.1 Geschlecht

Den Fragebogen füllten 149 Personen aus, wobei 22 (14,8%) weiblichen Geschlechts und 127 (85,2%) männlichen Geschlechtes waren (siehe Tab. 9).

Tab. 9: Geschlecht (n=149)

Geschlecht		Häufigkeit	Prozent
	weiblich	22	14,8
	männlich	127	85,2
	Gesamt	149	100,0

5.2.2 Alter

Das durchschnittliche Alter der erhobenen Personen beträgt 25,7 Jahre (MD 25 / SD 7,92). Die älteste Person war zum Zeitpunkt der Befragung 65 Jahre alt und die jüngsten zwei Personen 14 Jahre (siehe Tab. 10).

Tab. 10: Alter (n=149)

N	149
Mittelwert	25,72
Median	25,00
Standardabweichung	7,92
Minimum	14,00
Maximum	65,00

5.2.3 Ausbildungsgrad

Wie aus Tab. 11 zu erkennen, bilden die Personen mit universitären Abschluss die größte Gruppe mit 22,8 %, gefolgt von der Gruppe der Personen mit Matura an einer Berufsbildenden Schule (14,1%). 13,4 % der befragten Mixed Martial Artists haben eine fertige Lehrausbildung oder den Abschluss an einer Allgemeinbildenden höheren Schule. Pflichtschulabsolventen und -absolventinnen sind mit 12,8 % vertreten,

Berufsschulabsolventen und -absolventinnen ohne Matura mit 8,1 % und Meister als kleinste Gruppe mit 2 %. Herangezogen wurden 143 Personen, da es 6 fehlende Angaben gab.

Tab. 11: höchste abgeschlossene Ausbildung (n=149)

höchste abgeschlossene Ausbildung		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozent
	Pflichtschule	19	12,8	13,3
	Lehre	20	13,4	14,0
	Meister	3	2,0	2,1
	Berufsbildende Schule ohne Matura	14	9,4	9,8
	Berufsbildende Schule mit Matura (HAK, HTL, HBLA, ...)	21	14,1	14,7
	Allgemeinbildende höhere Schule	20	13,4	14,0
	Fachhochschule	12	8,1	8,4
	Universität	34	22,8	23,8
	Fehlend System	6	4	100,0
	Gesamt	149	96,0	

5.3 Ergebnisse Einstieg in die Sportart

In diesem Teil der Arbeit wird dargestellt wie Personen erstmals mit MMA in Kontakt gekommen sind, was ihre Vorstellungen waren bevor sie mit dem Training begannen und inwiefern sich diese Vorstellungen bewahrheitet haben, oder auch nicht.

5.3.1 Erstkontakt mit Mixed Martial Arts

Auf die Frage wie die Personen auf MMA aufmerksam geworden sind, war eine Mehrfachnennung möglich.

Tab. 12: Erstkontakt mit MMA (n=149)

Erstkontakt durch	Häufigkeit	Prozent
Zufälliges Beobachten auf öffentlichen Plätzen (Park, Sportplatz, etc…)	4	2,7
Freunde/ Bekannte	72	48,3
Familie	9	6
Schule	4	2,7
(Sport-) Veranstaltungen	14	9,4

Medien (Fernsehen, Internet, Zeitschrift)	66	10,7
Angebot in einem Sportverein	16	44,3
Universität (Lehrveranstaltungen, USI-Kurs)	2	1,3
Sonstiges	10	7
Gesamt	197	158,8

Die häufigste Antwort unter den Befragten war, dass sie über Freunde oder Bekannte auf MMA aufmerksam geworden sind (48,3 %) und über Angebote von Sportvereinen (44,3%). Die restlichen Gründe finden sich in einem weitaus geringeren Prozentbereich von 1-11 %, wobei hierbei die Medien die höchsten Prozentwerte erreichen mit 10,7 %. Dahinter werden als Gründe (Sport)-Veranstaltungen (9,7 %), Sonstiges (7 %), Familie (6 %), zufälliges Beobachten auf öffentlichen Plätzen (2,7 %), Schule (2,7%) und über die Universität (1,3 %) angegeben. Drei der Antworten welche unter *Sonstiges* angegeben wurden, sind im Anschluss exemplarisch genannt: in der Arbeit, Jakobsweg, Podcast.

5.3.2 Vorstellung/Bild von Mixed Martial Arts

Die erhobenen Daten bezüglich der Vorstellung, welche sich MMA Sportler und Sportlerinnen vor Ausübung der Sportart gemacht haben, beziehungsweise ob sie sich welche gemacht haben, werden hier dargestellt. Von 146 Personen gaben 56 (37,6 %) an, dass sie eine bestimmte Vorstellung davon hatten, was sie erwarten würde, beziehungsweise hatten sie ein bestimmtes Bild von dieser Sportart im Kopf. Demgegenüber stehen 90 Personen (62,4 %) welche sich keine bestimmte Vorstellung zu MMA machten.

Auf die Frage, ob sich die Vorstellungen im Laufe der Sportausübung bestätigen haben, konnten die Befragten eine von fünf Antwortmöglichkeiten wählen, welche zwischen gar nicht bestätigt und völlig bestätigt lag.

Tab. 13: Bewertung der MMA Vorstellung vor Trainingsbeginn (n=56)

		Häufigkeit	Prozent	MW
	1 = gar nicht bestätigt	1	,7	4,14
	2	5	3,4	
	3	7	4,7	
	4	15	10,1	
	5 = völlig bestätigt	28	18,8	

Aus Tab. 13 geht klar hervor, dass die meisten Personen ihr Bild völlig (28) oder fast völlig bestätigt (15) sehen. Nur eine Person gab an, dass ihr Bild von MMA gar nicht bestätigt worden ist. Dies spiegelt auch der Mittelwert von 4,14 wieder.

Es gab hierbei auch die Möglichkeit die bestimmten Vorstellungen zu beschreiben und zu erklären. In nachfolgender Tab. 14 sind einige Antworten dargestellt.

Tab. 14: Vorstellung von MMA und Erklärung, Bewertung

TN	4
Vorstellung	Lernen seinen Körper unter Kontrolle zu haben.
Erklärung	Naja am anfang glaubt man dort sind nur Leute die Freude dran haben sich zu prügeln. Tatsächlih gehts viel mehr um die Techniken und um das Kräfte-Messen untereinander (auch im Wettbewerb).
TN	232
Bewertung	3
Vorstellung	Vorstellung: Eine Mischung aus den verschiedensten Kampfkünsten/-sportarten.
Erklärung	Beim MMA ist Bodenkampf essentieller als ich dachte.
TN	229
Bewertung	4

Vorstellung	Das es ein Kampf gegen sich selbst ist und man nur durch mentale Kraft stärker wird.
TN	225
Bewertung	4
Vorstellung	Ich dachte zuerst, dass das "eine planlose prügelei" ist...Jetzt wo ich den Sport allerdings aktiv ausübe, weiß ich, wieviel Technik, Übung, Körperbeherrschung usw. dafür nötig sind.
Erklärung	Siehe oben
TN	201
Bewertung	2
Vorstellung	Körperlich und geistig anstrengendes Training, mit der Möglichkiet sich in einem direkten Duell zu messen, ohne der Zuhilfe jeglicher Gegenstände.
Erklärung	Es machen nicht nur "coole" Menschen mma sondern ganz normale Leute aus jeder Bevölkerungsgruppe, aber leider auch einige idioten.
TN	226
Vorstellung	so wie ich es auf ufc kannte, ganzkörper sport inklusive stress abbau durch komplette ablekung, fokusiert auf den Gegner!
TN	35
Bewertung	5
Vorstellung	Ein starker Mann der sich und seine Familie beschützen kann. Ein Mann der sich im Wettstreit mit anderen messen kann.
Erklärung	Liebe Boxen und Ringen beim MMA kann ich meine Lieblings Disziplinen ausüben.

TN	5
Bewertung	5
Vorstellung	When I entered the sport I was already an experienced practicioner and trainer of boxing, kickboxing and Muay Thai; but I wanted to be a complete fighter from a self defense point of view, and be able to coach my students in MMA tournaments, so I started to learn jiu-jitsu and some basic wrestling and judo techniques. My idea of what is needed in MMA was very clear from the beginning, even when other people didn't have a clear view.
Erklärung	From the very beginning of the sport I visualized its future and the way it would be developed from a technical and tactical point of view.
TN	56
Vorstellung	Die Verbindung von Boden- und Standkampf in einem sehr wettkampforientierten Rahmen. MMA als Sport im Gegensatz zur klassischen Selbstverteidigung.

5.4 Ausübung von Mixed Martial Arts

5.4.1 Bundesland:

Wie Tab. 15 zeigt, trainieren die meisten der 149 Umfrage Teilnehmer in Wien (87,7 %), gefolgt von der Steiermark (5,4 %), Oberösterreich (4 %), Kärnten (2,7 %) und Niederösterreich (0,7 %). Aus den Bundesländern Burgenland, Salzburg und Vorarlberg kamen keine beantworteten Fragebögen zurück. Bei der Angabe war, aufgrund der Möglichkeit in mehreren Bundesländern zu trainieren, eine Mehrfachnennung möglich.

Tab. 15: Bundesland

Bundesland	Häufigkeit	Prozent
Wien	130	87,2
Niederösterreich	1	0,7
Burgenland	0	0
Kärnten	4	2,7
Steiermark	8	5,4
Oberösterreich	6	4
Tirol	3	2
Salzburg	0	0
Vorarlberg	0	0
Gesamt	152	102,3

5.4.2 Auf welchen Bereich in MMA bist du spezialisiert ?

Herauszufinden in welchen Bereichen des Mixed Martial Arts sich die Sportler und Sportlerinnen spezialisieren, war ein weiteres Ziel der Arbeit. Die Fragestellung im Fragebogen erlaubte es mehrere Bereiche zu wählen, da die Möglichkeit besteht sich auf mehr als einen Bereich zu fokussieren. Die höchste Anzahl an Athleten und Athletinnen legt ihren Schwerpunkt auf den Standkampf (71,1 %), gefolgt vom Bodenkampf (52,3 %) und zuletzt findet sich der Aspekt des Werfens des Gegners/ der Gegnerin (24,8 %).

Bereich	Häufigkeit	Prozente
Bodenkampf	78	52,3
Standkampf	106	71,1
Werfen	37	24,8
Gesamt	221	148,2

5.4.3 Jahre der Ausübung

Die durchschnittliche Dauer in Jahren, welche die Befragten MMA trainieren, ist 3,7 Jahre (MW 3,69 / MD 3 / SD 3,6). Es gibt 10 Personen welche null als Antwort angegeben haben, was darauf schließen lässt, dass diese Personen den Sport seit weniger als einem Jahr ausüben. Das Maximum der Trainingsjahre hat eine Person mit 20 Jahren erreicht. Der Übersicht wegen, wird die Dauer der Trainingsjahre in drei große Gruppen unterteilt. Wie Tab. 16 zeigt, ist die Gruppe mit einer Trainingsdauer von 1,5 bis 5,5 Jahren die größte Gruppe mit 63,1%, gefolgt von der Gruppe welche 6 Jahre und länger trainiert, mit 25,5%. Die kleinste Gruppe bilden die Neulinge mit einer Trainingsdauer von unter einem Jahr, wo 11,4% der Befragten zugeordnet sind.

Tab. 16: Jahre der Ausübung (n=149)

		Häufigkeit	Prozent
	<1	17	11,4
	1-5,5	94	63,1
	>6	38	25,5
	Gesamt	149	100,0

5.4.4 Anzahl der Monate im Jahr, in denen MMA trainiert wird

Der Durchschnitt der Monate im Jahr, in welchen MMA trainiert wird beträgt 10 Monate (SD 2,8 / MD 11), dies ist in Tab. 17 dargestellt.

Tab. 17: Anzahl der Monate in denen durchschnittlich MMA trainiert wird (n=149)

N	149
Mittelwert	10,10
Median	11,00
Standardabweichung	2,884

5.4.5 Anzahl der Einheiten in MMA pro Woche

3,6 Einheiten beträgt der Mittelwert der Anzahl der Einheiten pro Woche, in welchen die Befragten MMA trainieren. Um eine bessere Übersicht zu garantieren, wurden die Ergebnisse abermals in drei Gruppen gegliedert.

Tab. 18: Anzahl der MMA Einheiten pro Woche (n=149)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente
Gültig	<2	43	28,9	29,1
	2,5-4	68	45,6	45,9
	4,5-8	31	20,8	20,9
	>8,5	6	4,0	4,1
	Gesamt	148	99,3	100,0
Fehlend	System	1	,7	
Gesamt		149	100,0	

Tab. 18 spiegelt deutlich wieder, dass die meisten Personen (45,9%) 2,5 bis 4 Mal die Woche trainieren. Das Mittelfeld bildet die Gruppe mit zwei oder weniger Trainingseinheiten pro Woche (29,1%) und die Gruppe mit 4,5 bis 8 Einheiten (20,9%). Die wenigsten Personen trainieren häufiger als acht Mal innerhalb von sieben Tagen.

5.4.6 Trainingsdauer pro MMA Einheit

Die kürzeste Trainingseinheit beträgt 50 Minuten, während die längste Trainingseinheit 210 Minuten lang dauert. Im Mittel trainieren die Sportler und Sportlerinnen 94 Minuten MMA (MW 93,9 / MD 90/ SD 27,3). Die große Mehrheit der Personen trainiert zwischen 65 und 90 Minuten (69,4%). Die Anzahl der Sportler und Sportlerinnen welche 60 Minuten oder weniger trainiert beträgt 13,2% und die, welche zwischen 95 und 180 Minuten trainiert 16%. Das Schlusslicht bildet die Gruppe mit einer Trainingsdauer von 185 bis 210 Minuten pro Einheit, mit 1,4% (siehe Tab. 19).

Tab. 19: Trainingsdauer pro MMA Einheit (n=149)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente
Gültig	</=60	19	12,8	13,2
	65-90	100	67,1	69,4
	95-180	23	15,4	16,0
	185-210	2	1,3	1,4
	Gesamt	144	96,6	100,0
Fehlend	System	5	3,4	
Gesamt		149	100,0	

5.4.7 Intensität des MMA Trainings

Die Intensität des MMA Trainings befindet sich zu einem sehr großen Teil im hohen Intensitätsbereich (54,2%) und mittleren Intensitätsbereich (42,4). Lediglich 3,5% gaben an bei niedriger Intensität MMA zu trainieren (siehe Tab. 20).

Tab. 20: Intensität des MMA Trainings (n=149)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente
Gültig	Mit niedriger Intensität	5	3,4	3,5
	Mit mittlerer Intensität	61	40,9	42,4
	Mit hoher Intensität	78	52,3	54,2
	Gesamt	144	96,6	100,0
Fehlend	System	5	3,4	
Gesamt		149	100,0	

5.4.8 Einschätzung des Könnens

Durchschnittlich schätzen sich die Trainierenden als mäßig fortgeschritten ein (MW 2,2 / SD ,816). Diese Gruppe ist mit 42,4% daher auch am stärksten vertreten. Fortgeschrittene mit höheren Fähigkeiten sind mit 32,6% repräsentiert. Anfänger und Anfängerinnen mit 20,8% und Experten und Expertinnen mit 4,2% .

Tab. 21: Einschätzung des Könnens (n=149)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente
Gültig	Anfänger/in	30	20,1	20,8
	mäßig Fortgeschrittene/r (mittlere Fähigkeit)	61	40,9	42,4
	Fortgeschrittene/r (höhere Fähigkeit)	47	31,5	32,6
	Experte/Expertin	6	4,0	4,2
	Gesamt	144	96,6	100,0
Fehlend	System	5	3,4	
Gesamt		149	100,0	

5.4.9 Wettkampfteilnahme

Die Umfrageteilnehmer und -teilnehmerinnen konnten angeben ob sie im Moment an Wettkämpfen teilnehmen und, falls ja, auf welcher Wettkampfstufe. Mit 58,3% nimmt mehr als die Hälfte der Befragten nicht an Wettkämpfen teil, demgegenüber stehen 41,7% welche an Wettkämpfen teilnehmen. Von diesen 41,7% partizipieren 22 Personen (15,3%) an internationalen Wettkämpfen, während 10 (6,9%) an regionalen, 12 (8,3%) an nationalen und 16 Personen (11,1%) an vereinsinternen Wettkämpfen teilnehmen (siehe Tab. 22).

Tab. 22: Wettkampfteilnahme(n=149)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente
Gültig	Nein	84	56,4	58,3
	Hobby-/Vereinsinterne Wettkämpfe	16	10,7	11,1
	Regionale Wettkämpfe	10	6,7	6,9
	Nationale Wettkämpfe	12	8,1	8,3
	Internationale Wettkämpfe	22	14,8	15,3
	Gesamt	144	96,6	100,0
Fehlend	System	5	3,4	
Gesamt		149	100,0	

5.5 Ergebnisse Allgemeine Sportarten

Beim Frageblock über die allgemeinen Sportarten im Fragebogen ging es um Angaben zu weiteren sportlichen Tätigkeiten der Mixed Martial Artists abseits ihres MMA Trainings.

Die Ausübung anderer Sportarten, auch Kampfsportarten, steht hier im Fokus, sowie die Häufigkeit und die Dauer der Sporteinheiten.

5.5.1 Anzahl weiterer Sportarten

Von 145 Personen gaben 110 (75,9%) an, dass sie neben MMA noch eine andere Sportart ausüben, 35 (24,1%. Von diesen 110 Personen wurde erfragt welche Sportarten diese seien, eine Mehrfachnennung war möglich.

Tab. 23: Konkretisierung der anderen Sportarten (n=110)

Sportart	Häufigkeit	Prozent
Wintersport	30	27,3
Fitness-/Krafttraining	75	68,2
Mannschafts-/Ballsport	25	22,7
Radsport	21	19,1
Bergsport	21	19,1
Rückschlagspiele	10	9,1
Wassersport	14	12,7
Golf	1	0,9
Surfen/Segeln	8	7,3
Leichtathletik	7	6,4
Yoga/Pilates	8	7,3
Geräteturnen/Akrobatik/Slackline/Freerunning	6	5,5
Kampfsport	58	52,7
Reitsport	1	0,9
Skateboarden	4	3,6
Tanzsport	4	3,6
Andere Sportarten	8	7,3
Gesamt	301	273,7

Die Gesamtzahl der angegebenen Sportarten ist 301. Die 110 Personen welche neben MMA noch eine andere Sportart ausüben, üben im Durchschnitt 2,7 Sportarten neben MMA aus. Hohe Werte erreicht das Fitness- und Krafttraining mit 68,2%, ebenso andere Kampfsportarten mit 52,7%. Demnach trainiert mehr als die Hälfte neben MMA zumindest noch eine eigene Kampfsportdisziplin. Im Mittelfeld mit 19-22%´befinden sich die Mannschafts- und Ballsportarten, der Radsport und Bergsport. Außerdem wurde noch Motocross fahren und Hindernislauf jeweils einmal erwähnt.

5.5.2 Anzahl der Monate im Jahr sportlicher Betätigung

Wie aus Tab. 24 ersichtlich wird, welche die Anzahl der Monate wiedergibt an welchen die Sportler und Sportlerinnen der Befragung sportlich aktiv sind, ist die große Mehrheit der Befragten, nämlich 75,2%, das ganze Jahr über sportlich aktiv. 5,5% sind 11 Monate aktiv und 10,3% 10 Monate. Kleine Prozentangaben von 1,4% bis 4,1% befinden sich zwischen 9 und 5 Monaten. Keine Person gab an, weniger als 5 Monate Sport im Jahr zu betreiben.

Tab. 24: Monatsanzahl jeglicher sportlicher Betätigung (n=149)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente
Gültig	5,0	2	1,3	1,4
	6,0	3	2,0	2,1
	8,0	2	1,3	1,4
	9,0	6	4,0	4,1
	10,0	15	10,1	10,3
	11,0	8	5,4	5,5
	12,0	109	73,2	75,2
	Gesamt	145	97,3	100,0
Fehlend	System	4	2,7	
Gesamt		149	100,0	

5.5.3 Anzahl der Sporteinheiten pro Woche

Ebenfalls Gegenstand der Untersuchung war die Frage, wie viele Einheiten in der Woche die Befragten in jeglicher Sportart aktiv sind, dies stellt Tab. 25 dar. Die häufigsten Werte befinden sich in der Gruppe der 4,5-8 Mal Aktiven, was 40,7% der Gesamtanzahl der Befragten ausmacht. Diese Gruppe ist dicht gefolgt von den Personen welche 2,5-4 Mal die Woche Sport ausüben, dies entspricht 38,6%. Beide hohen Werte sind auch im Mittelwert widergespiegelt, so entspricht dieser 5,5 Einheiten pro Woche (MW 5,48 / MD 5 / SD 2,98). Nur 6,2% sind 2 Mal oder weniger oft sportlich tätig, ähnlich wenige Personen, nämlich 14,5%, sind über 8 Mal sportlich aktiv.

Tab. 25: Einheiten pro Woche jeglicher sportlicher Aktivität (n=149)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente
Gültig	<2	9	6,0	6,2
	2,5-4	56	37,6	38,6
	4,5-8	59	39,6	40,7
	>8,5	21	14,1	14,5
	Gesamt	145	97,3	100,0
Fehlend	System	4	2,7	
Gesamt		149	100,0	

5.5.4 Trainingsdauer pro Sporteinheit

Im Durchschnitt sind die Personen pro Einheit in jeglicher Sportart 95 Minuten sportlich aktiv (MW 94,9 / SD 42,3 / MD 90). Für eine bessere Übersicht erfolgt eine Einteilung in Gruppen, welche in Tab. 26 zu sehen ist.

Tab. 26: Trainingsdauer jeglicher sportlicher Aktivität (n=149)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente
Gültig	1-45	9	6,0	6,2
	46-60	18	12,1	12,4
	61-90	80	53,7	55,2
	91-180	33	22,1	22,8
	181-210	1	,7	,7
	>211	4	2,7	2,8
	Gesamt	145	97,3	100,0
Fehlend	System	4	2,7	
Gesamt		149	100,0	

Mehr als die Hälfte der Personen ist zwischen 61 und 90 Minuten sportlich aktiv (55,2%), gefolgt von der Gruppe der Personen, welche zwischen 91 und 180 Minuten Sport betreibt (22,8%). Die drittgrößte Gruppe macht 12,4% aus und trainiert zwischen 46 und 60 Minuten. Bis 45 Minuten trainieren 6,2% der Befragten und lediglich 2,8% trainieren über 211 Minuten. Eine Person (0,7%) trainiert zwischen 181 und 210 Minuten.

5.6 Positive und negative Erlebnisse seit Trainingsbeginn

Ein weiteres Ziel des Fragebogens war es zu erheben, welche positiven Erlebnisse sowie motivierende Faktoren die Sportler und Sportlerinnen seit ihrer MMA Ausübung erlebt haben. Zusätzlich war es ein Anliegen, Antworten auf die Frage nach negativen Erlebnissen und demotivierenden Faktoren seit Trainingsbeginn zu erhalten. Beide Fragen waren auf freiwilliger Basis zu beantworten. Es entschieden sich 58 von 149 Befragten, 38,9%, die Frage nach den positiven Erlebnissen und 68 Personen, 45,6%, die Frage nach negativen Erlebnissen zu beantworten.

Einige Rückmeldungen bezüglich der positiven Erlebnisse und motivierenden Faktoren sind in Tab. 27 wiedergegeben:

Tab. 27: Positive Rückmeldungen sei MMA Trainingsbeginn

TN	Rückmeldung
105	das es eine der anstrengendsten Sportarten ist die ich kenne
37	ich fühle mich stärker denn je
155	Erfolg beim Sparring, Techniken verbessern, werde stärker, merke physisch und psychisch Fortschritte für meinen Körper und Geist. Schmerzabbau, Resistenz Gestärktes SelbstbewusstseinGefühl für meine eigenen Möglichkeiten und GrenzenMotivierend auch gute Gruppendynamik mit den anderen, Freundschaften die entstanden sind Mehr Bad-ass Dasein ganz allgemein so im Leben lol, äh, soll heißen: positive soziale Konnotation
171	Verbesserte innere Ausgeglichenheit,Zuwachs an Disziplin, SelbstbewusstseinZiel besser erreichen im Lebenbessere Fitness, Suchtprobleme in Griff gekriegt

23	gute freundschaftenunglaublich nette leutegutes training
128	Neue Freunde.Zu sehen wie sich mein Körper verändert(mehr Kraft,Muskeln usw.)
142	Selbstbewuster sportdiziplin die miich geduldiger gemacht hat
235	Komplett abschalten zu können und sich voll und ganz dem Sport widmen.
116	Ganzkörper beherrschung
97	Ich wurde stärker besser und schneller. Mein Leben wurde dadurch verbessert.
207	Ich habe viel Spaß. Ich habs nicht gemnacht um neue Leute kennenzulernen aber es sind neue Freundschaften geblüht. Fast so viele wie blaue Augen.
26	Innere Ruhe, bessere Beherrschung, selbstsicheres Auftreten, Disziplniertere Art, härter im Nehmen, Kontakte weltweit geschlossen, Ansehen u. Respekt bekommen, im Einklang mit mir selbst
90	mein erster Wettkampf - Adrenalinrausch purMein erster Armbar im Sparring - Erfolgserlebnis

85	Einfach Alles! Das Training, die Vorbereitung, der Wettkampf... Es ist ein schönes Gefühl seine Grenzen zu kennen und immer weiter auszubauen!
200	Besser Beweglichkeit,Koordination und Kondition neue Freunde kennengelernt ist sehr anspruchsvoll für Körper und Geist wie die Kombination verschiedener Stile aus Stand- und Bodenkampf.
33	Dass Herkunft,Geschlecht und verschiedene Ethnien zumindest in meinem Verein keine Rolle spielen und dass nicht befolgen dieses Grundsatzes zum Ausschluss aus dem Verein führt bzw. unnötig Aggressives verhalten während dem Training nicht toleriert wird.
53	Den Nervenkitzel, die Adrenalin und Endorphine Ausschüttung und der Spaß
154	Viel sparring
153	Ich war nach nur kurzer Zeit mit regelmäßigem Training viel besser, ich konnte zB nach 3-4 Monaten Leute submitten, gegen die ich keine Chance hatte.. Die ständigen Fortschritte sind für mich unglaublich motivierend.Einer der besten Erlebnisse die ich hatte war mein erstes Turnier, wo ich 2 mal Silber in 2 Gewichtsklassen geholt habe.

98	Wenn man das erste mal merkt, dass man besser geworden ist und das Training nicht umsonst war. Und wenn man eine Sparrings-Partner findet der einem ebenbürtig ist und man dass man von jedem etwas lernen kann.
150	Siege in Wettkämpfen, Erfolgserlebnisse im Sparring
65	Meine Kondition ust super geworden und ich habe sehr gut verteidigen und angreifen gelernt
110	Sich neu kennenlernen!
106	Mein erster Sieg durch ko.
64	Gute Freunde, schönes und freundliches Atmosphäre im Gym;Schöne Figur und fühle mich mehr gesund als davor.
112	Am positivsten habe ich erlebt, wie man selber den eigenen Fortschritt beobachten kann. Außerdem wirkt die Sportart wie eine Art Ventil. Ich kann dabei Stress und Frustration abbauen und Energie, Selbstbewusstsein, Kraft und Gelassenheit für andere Bereiche in meinem Leben gewinnen. Und obwohl es kein Teamsport ist, herrscht doch ein sehr starker Teamspirit - zumindest so wie ich das bis jetzt erlebt habe.

Grob lassen sich die meisten Aussagen in folgende Bereiche gruppieren: Selbstbewusstsein, Freundschaften, Wertschätzung, sportliche Erfolge, spürbare Fortschritte, Fitness, Toleranz und Offenheit, sich selbst Kennenlernen und Grenzen ausloten.

Auszugweise sind in folgender Tab. 28 Beispiele aus den Antworten hinsichtlich der negativen Erlebnisse und demotivierenden Faktoren aufgelistet.

Tab. 28:Negative Erlebnisse in MMA seit Trainingsbeginn

TN	Rückmeldung
105	Ordentlich eine auf die Nase bekommen
155	Körperliche Belastungen: Handgelenk, Schulter, etc. durch einseitige Belastung.Weniger Zeit für andere hobbies. Muss Ausgleichssport machen (siehe oben, einseitige Belastung)Rede oft viel über Kampfsport und nerve meine nicht-Kampfsport Umwelt damit
71	Vorurteile (Rechtsextremismus,Islamismus), negative rezeption durch Umfeld
23	fast nichts, eher stress abau
142	Gar keine
26	Häufige Verletzungen (arbeitsplatzgefährdung), durch tägliches mehrstündiges Training wenig Zeit für Anderes
244	Versagensgefühle - nicht gut genug zu sein

243	Oftmaliges Gefühl des Versagens
60	Ein paar verletzungen aber nichts schlimmes hauptsächlich ein paar gelenksschmerzen
167	Mentalität und Stimmung gewisser Teams, Respektlosigkeit, Intoleranz,... (all das, was man durch KS eigentlich erlernen sollte)
196	Eigentlich garkeine!! Sogar jede Niederlage nach einem Wettkampf macht einen stärker und motivierter! Man will immer nur besser werden und sich weiter entwickeln!
210	Ehrlich gesagt habe ich kaum negative Erlebnisse. Ab und zu gelingt nicht alles oder man fühlt sich als hätte man noch nie zuvor gekämpft, allerdings spornt mich dies meistens nur dazu an, härter zu trainieren und es beim nächsten mal besser zu machen.
153	Die ganzen Verletzungen die mich vom Training abhalten...
79	Verletzungen
114	eine Abfolge nicht in den Kopf zu bekommen; immer wieder die selben Fehler zu machen (da kommt man sich ziemlich behindert vor)

98	Man kann sich sehr leicht verletzten, oft stärker als man denkt und wenn man Pech hat muss man dann für einige Zeit mit dem Training aufhören um sich erholen. Wenn man an einem Punkt angekommen ist an dem es einem nicht mehr so vorkommt dass man Fortschritte macht.
191	Negative Haltung von Freunden/Bekannten gegenüber MMA, manche - vor allem junge - Menschen möchten ihr Können auf der Straße oder beim Ausgehen zeigen.
14	Vorurteile gegen unseren Sport
99	Übermotivation andere Kämpfer (Verletzungsrisiko, unnötig zu hartes nicht lehrreiches Sparring/ Drillen /etc)Clubinterne Führungsprobleme

Hinsichtlich der Ergebnisse ist interessant, dass elf Personen als Antwort gaben, keine negativen Erlebnisse gehabt zu haben. Die am häufigsten genannten negativen Erlebnisse sind Verletzungen, weitere Kategorien sind ein negatives Image in der Gesellschaf, der Zeitumfang, den der Sport beansprucht, eine ungünstige Gruppendynamik und Versagensängste.

5.7 Rollenerwartung, Schmerz und MMA und Migrationshintergrund

5.7.1 Rollenerwartung

Ein interessanter Aspekt der Arbeit ist das Ergebnis der Befragung nach der männlichen Rollenerwartung als Motiv für das MMA Training. Mit 74% befindet sich die große Mehrheit hierbei in dem Bereich *trifft gar nicht zu* und *trifft eher nicht zu*, sprich den Grund

ihres MMA Trainings sehen die Befragten nicht darin begründet, dass sie von sich als Mann erwarten einen Kampfsport auszuüben. Lediglich 1,6%, dies entspricht zwei von 127 befragten Männern, erwarten von sich als Mann sehr stark eine Kampfsportart auszuüben (siehe Tab. 29). Der Mittelwert beträgt 2,1 (SD 1,1 / MD 2)

Tab. 29: Rollenerwartung ♂ in MMA (n=127)

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	1 = trifft gar nicht zu	58	45,7
	2	36	28,3
	3	14	11,0
	4	17	13,4
	5 = trifft völlig zu	2	1,6
	Gesamt	127	100,0

5.7.2 Schmerz und MMA

Ein weiterer Aufgabenbereich der Arbeit war es, herauszufinden ob die Gefahr während des MMA Trainings Schmerz zu verspüren von den Sportlern und Sportlerinnen als besonderes Element betrachtet wird. Wie in Tab. 30 ersichtlich ist, können knapp unter der Hälfte (43,8%) der Befragten sich mit dieser Aussage identifizieren während 41% diese verneinen. Der Anteil der unsicheren Personen fällt mit 15,3% geringer aus.

Tab. 30: Schmerz als besonderes Element im MMA (n=144)

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	Ja	63	43,8
	Nein	59	41,0
	Unsicher	22	15,3
	Gesamt	144	100,0

Wenn die befragten Personen die vorhergehende Frage mit *Ja* oder *Unsicher* beantworteten, folgten drei weitere Fragen bezüglich der Art und Weise wie die Gefahr Schmerz zu spüren bestimmte motivationale Faktoren begünstigt. Siehe hierzu Tab. 31.

Tab. 31: Übersicht der Aussagen zur Gefahr des Schmerzes im MMA Sparring

		, meine Trainingspartner besser kennen zu lernen.	, dass ich Schmerz aushalten und durchkämpfen muss.	, dass ich 100% konzentriert bin und mich selber spüre.
N	Gesamt	85	85	85
Mittelwert		3,74	4,40	4,29
Median		4,00	5,00	5,00
Standardabweichung		1,187	,876	,986

Der Aussage *Das Besondere am MMA ist das Sparring mit der Gefahr Schmerz zu spüren, was dazu führt…meine Trainingspartner besser kennen zu lernen* stimmt der Durchschnitt eher zu (MW 3,74 / MD 4/ SD 1,18)*, dass ich Schmerz aushalten und durchkämpfen muss* stimmt der Durchschnitt eher zu bis völlig zu (MW 4,40 / MD 5/ SD 0,98) und *‚dass ich 100% konzentriert bin und mich selber spüre* stimmen die meisten Personen ebenso eher bis völlig zu (MW 4,29 / MD 5/ SD 0,98).

Zwecks einer besseren Veranschaulichung sind die drei Antwortmöglichkeiten zusätzlich als Kreisdiagramm dargestellt.

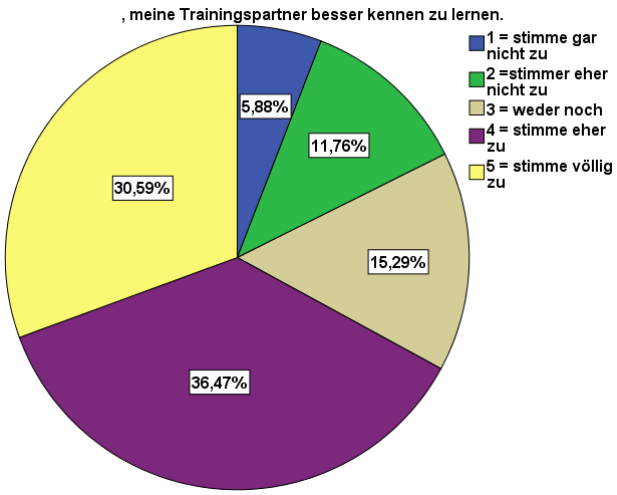


Abb. 2: die Gefahr des Schmerzes als Begünstigung Trainingspartner kennenzulernen.

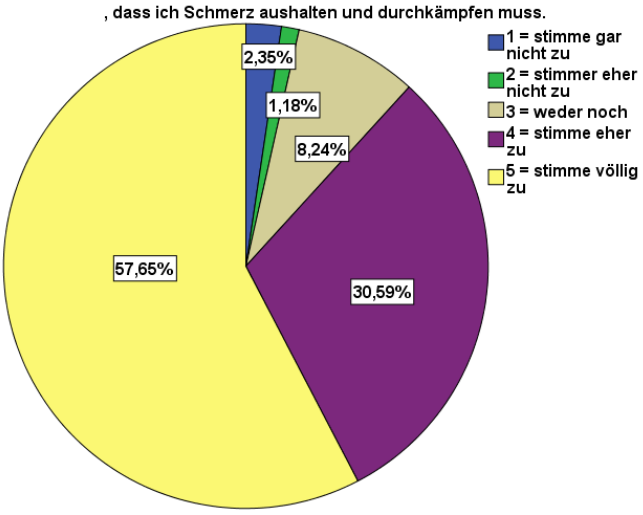


Abb. 3: die Gefahr des Schmerzes als Begünstigung Schmerz auszuhalten und zu durchkämpfen

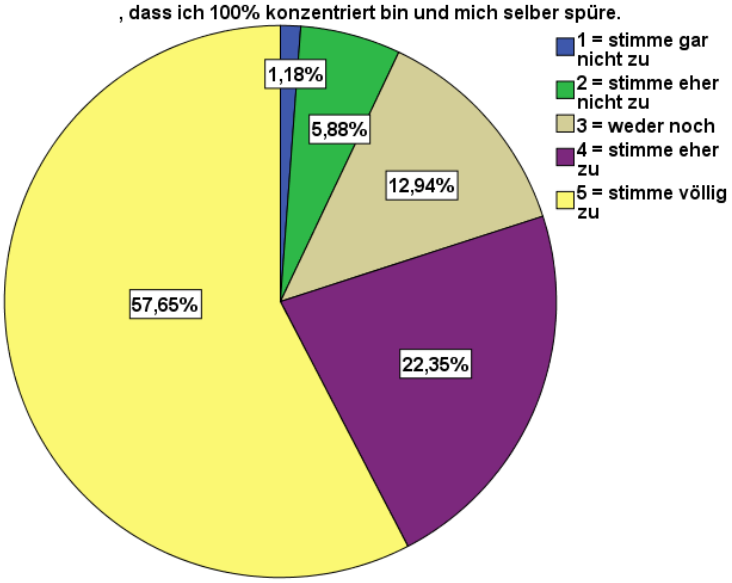


Abb. 4: Die Gefahr des Schmerzes als Begünstigung um sich auf den Moment zu fokussieren

Wie aus den Kreisdiagrammen (siehe Abb. 2, Abb. 3, Abb. 4) ersichtlich wird, erhalten die Aussagen, dass die Gefahr des Schmerzes im MMA Sparring die Konzentration auf die

Sportausübung fokussiert, sowie der Umstand, dass Schmerz ausgehalten und durchkämpft werden muss, den höchsten Zuspruch.

5.7.3 Migrationshintergrund

Diese Forschungsarbeit hat auf freiwilliger Basis versucht, den Migrationshintergrund der Teilnehmer und Teilnehmerinnen zu erfassen. Von 149 befragten Personen entschieden sich 17 Personen diese Frage nicht auszufüllen. Von den restlichen 132 Personen gaben 59 an, dass sie einen Migrationshintergrund haben, dies macht 44,7% aus. Demgegenüber stehen 73 Personen, 55,3%, welche keinen Migrationshintergrund besitzen (siehe Tab. 32).

Tab. 32: Migrationshintergrund (n=149)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente
Gültig	Ja	59	39,6	44,7
	Nein	73	49,0	55,3
	Gesamt	132	88,6	100,0
Fehlend	System	17	11,4	
Gesamt		149	100,0	

Auf die Frage, ob ihr Migrationshintergrund sie beeinflusst hat MMA zu trainieren, antworteten 54 der 59 Personen. Von diesen 54 Personen waren 46, und somit 85,2%, der Meinung, dass sie dies nicht beeinflusst hat. Acht Personen, demnach 14,8%, gaben an, dass ihr Migrationshintergrund einen Einfluss auf ihre MMA Sportwahl hatte (siehe Tab. 33).

Tab. 33: Einfluss des Migrationshintergrundes auf Sportwahl

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente
Gültig	Ja	8	5,4	14,8
	Nein	46	30,9	85,2
	Gesamt	54	36,2	100,0
Fehlend	System	95	63,8	
Gesamt		149	100,0	

Von diesen acht Personen haben sieben eine Erklärung dazu abgegeben. Diese sind in der anschließenden Tab. 34 wiedergegeben, einschließlich des Geburtsortes der Mutter und des Vaters.

Tab. 34: Erklärungen zur Beeinflussung des Migrationshintergrundes auf die MMA Sportwahl

TN	Vater	Mutter	Erklärung
23	USA	Luxemburg	weil ich durch meinen willen der US armee beizutreten auf mma gestollpert bin
97	Serbien	Serbien	Kampfsport ist in unserer Heimat all gegenwärtig. Bzw ist die Anforderungen an einen Mann eine andere als in Österreich. Ein Mann MUSS am Balkan stark sein. Nur so kann sich ein Mann eine richtige Frau wünschen bzw diese bekommen.
207	Südkorea	Österreich	Da ich eine südkoreanische Mutter habe gab es seit meiner Kindheit eine Erwartung etwas sportliches zu machen und zwar hervorragend. Als ich mit Krav Maga angefangen habe und später MT, BJJ, Boxen hat sie mich angefeuert weiter zu machen.
50	Bulgarien	Türkei	Teilweise denn jedes Land hat seine Sportartenz.B Österreich mit ihren SchneesportUnd Rusisland mit ihren sehr berühmten Ballet
176	Kosovo	Kosovo	Weil uns das Kämpfen im Blut liegt
52	Türkei	Türkei	Da Ringer der Nationalsport in der Türkei ist

Zusätzlich gibt es sechs Kommentare der 46 Personen, welche der Meinung sind, dass es keinen Zusammenhang zwischen einem Migrationshintergrund und der Ausübung des MMA Sportes gibt (siehe Tab. 35).

Tab. 35: Erklärungen wieso der Migrationshintergrund keinen Einfluss auf die MMA Sportwahl hat

TN	Vater	Mutter	Erklärung
39	Bangladesch	Bangladesch	In Bangladesh ist Kampfsport gar nicht etabliert.
35	Kosovo	Serbien	Egal woher man kommt, Jeder kann ein MMA Kämpfer werden.
192	Serbien	Serbien	Hat meiner Meinung nach nichts mit dem Migrationshintergrund zu tun
87	Österreich	Tansania	Das hat überhaupt nichts damit zutun
36	Südafrika	Österreich	Nein im Gegenteil. Meine Eltern verstehen meine Hintergründe nicht dieses Sport auszuüben.

29	Peru	Peru	No because I started to train MMA in my country of origin. Of my experience in Peru and Austria I can say that the youth of the Socio economic level "C" is more prone to practice contact combat sports at a professional level (they don't take so much care of their faces), so it is natural to find inmigrants involved in contact combat sports. Also I think that the young people that is coming of very conservative muslim countries like Chechenia and Afganistan, have the tendence to train combat sports very much more than any other kind of sport. The muslim youth that could not smoke, drink beer or have sex before marriage, usually channel their energy doing combat sports. Some bad tongues are going to say that also they want to be ready for the Jihad :)

5.8 Ergebnisse der Motive in Mixed Martial Arts

Das vorliegende Unterkapitel thematisiert den Kernpunkt dieser Arbeit, nämlich die Motive, welche der Ausübung des MMA Sportes zugrunde liegen. Zu Beginn werden die einzelnen Motivitems ihren Mittelwerten nach geordnet, dargestellt. Anschließend werden die Mittelwerte, die aus der Faktorenanalyse entstandenen Subskalen, miteinander verglichen. Danach werden die aufgestellten Hypothesen auf ihre Signifikanz überprüft und außerdem werden zusätzlich von den Teilnehmern und Teilnehmerinnen selbstformulierte Motive vorgestellt.

5.8.1 Motive Einzeln

Der Frageblock des Fragebogens, welcher die Motive der Sportler und Sportlerinnen erfasste, ermöglichte es Aussagen auf einer 5-stufigen Likert Skala von 1 (=trifft gar nicht zu) bis 5 (=trifft völlig zu) anhand der eigenen persönlichen Einschätzung zu beurteilen. Tab. 36 beinhaltet den Rang, die Subdimension, die Aussage sowie den Mittelwert, Median und die Daten der Standardabweichung. Die Reihenfolge erfolgt auf Basis des erhobenen Mittelwertes.

Tab. 36: Mittelwert einzelner Motive in MMA

Rang	Subdimension	Items	Mittelwert	Median	SD
1	Fitness/Gesundheit	...um mich in körperlich guter Verfassung zu halten.	4,19	4,00	0,911
2	Flow	.. weil dabei nur der Moment zählt und meine Gedanken auf die Aktivität fokussiert sind. (weil ich mich 100% konzentrieren muss)	4,04	4,00	1,150
3	Flow	... um vollkommen in der Aktivität aufzugehen (Flow Zustand= während dem MMA denke ich nur an MMA und fühle mich gut dabei)	4,03	4,00	1,096
4	Fitness/Gesundheit	... vor allem um fit zu sein.	4,00	4,00	1,078
5	Ablenkung/Katharsis	... um Stress abzubauen.	3,80	4,00	1,305
6	Ästhetik/Freude	... vor allem aus Freude an der Bewegung.	3,73	4,00	1,223
7	Wettkampf/Messen	… weil mich die direkte Auseinandersetzung mit dem Gegner reizt.	3,67	4,00	1,249
8	Verteidigung	… um mich im Notfall besser verteidigen zu können.	3,65	4,00	1,340
9	Ästhetik/Freude	... um neue Energie zu tanken.	3,64	4,00	1,290
10	Ästhetik/Freude	... weil mir Sport die Möglichkeit für schöne Bewegungen bietet.	3,51	4,00	1,239
11	Ästhetik/Freude	... weil es mir Freude bereitet, die Schönheit der menschlichen Bewegung im Sport zu erleben.	3,46	4,00	1,287
12	Verteidigung	… um mich vor Angreifern zu schützen.	3,37	4,00	1,317
13	Ästhetik/Freude	... um mich zu entspannen.	3,33	3,00	1,338
14	Wettkampf/Messen	.. um mich mit anderen zu messen.	3,33	3,00	1,317
15	Ablenkung/Katharsis	... um meine Gedanken im Kopf zu ordnen.	3,22	3,00	1,399
16	Ablenkung/Katharsis	... um Ärger und Gereiztheit abzubauen.	3,17	3,00	1,446

17	Ablenkung/Katharsis	... weil ich mich so von anderen Problemen ablenke.	3,13	3,00	1,435
18	Fitness/Gesundheit	... vor allem aus gesundheitlichen Gründen.	3,04	3,00	1,320
19	Verteidigung	… um meiner Angst in Notsituationen entgegenwirken zu können.	3,03	3,00	1,307
20	Verteidigung	… um meine Angst vor körperlichen Übergriffen zu mildern. (um weniger Angst vor Angriffen zu haben)	2,89	3,00	1,358
21	Kontakt	... um mit anderen gesellig zusammen zu sein. (um freundschaftlich Zeit zu verbringen)	2,66	3,00	1,178
22	Kontakt	... um dadurch neue Menschen kennen zu lernen.	2,60	3,00	1,184
23	Figur/Aussehen	... wegen meiner Figur.	2,52	2,00	1,298
24	Finanzen	... um den Sport zum Beruf zu machen.	2,50	2,00	1,518
25	Rollenerwartung ♂	… weil es zum Mann sein dazugehört, kämpfen zu können.	2,50	2,00	1,344
26	Kontakt	... um dabei Freunde/Bekannte zu treffen.	2,41	2,00	1,203
27	Figur/Aussehen	... um mein Gewicht zu regulieren.	2,41	2,00	1,380
28	Kontakt	... um durch den Sport neue Freunde zu gewinnen.	2,37	2,00	1,193
29	Kontakt	... um etwas in einer Gruppe zu unternehmen.	2,36	2,00	1,220
30	Figur/Aussehen	... um abzunehmen.	2,11	1,00	1,378
31	Finanzen	... um damit Geld zu verdienen.	2,06	1,00	1,453
32	Rollenerwartung ♂	… weil man kein richtiger Mann ist, wenn man keinen Kampfsport kann.	1,69	1,00	1,074

Wie aus Tab. 36 ersichtlich, zeichnen sich, durch die Vertretung einzelner Aussagen aus den 32 gesamten Einzelitems, drei Motivkategorien im oberen Drittel deutlich ab. So findet sich

auf Rang 1 die Aussage … *um mich in körperlich guter Verfassung zu halten* aus der Kategorie Fitness/Gesundheit mit einem Mittelwert von 4,19. Ebenso aus der Kategorie Fitness/Gesundheit entdecken wir auf Rang 4 das Motiv *...vor allem um fit zu sein*, mit einem Mittelwert von 4,0. Die Subskala Flow ist mit zwei Items auf Rang 2 und 3 vertreten, mit Mittelwerten von jeweils 4,04 und 4,03. Auf den Rängen 6, 9, 10, 11 und 13 finden sich Vertreter des Faktors Ästhetik/Freude, welcher sich in Folge auch auf das obere Drittel positionieren lässt. Somit finden sich Items aus Fitness/Gesundheit und Flow mit Mittelwerten von über 4 und Aussagen aus Ästhetik/Freude unter den meist genannten Items.

Im Mittelbereich der genannten Motive lassen sich Items aus Kategorien ausfindig machen, welche jeweils schon durch ein einzelnes Item im oberen Drittel vertreten sind, jedoch in ihrer Vielzahl im mittleren Bereich vorkommen. So sind die Aussagen *...um Stress abzubauen* (Ablenkung/Katharsis), *...weil mich die direkte Auseinandersetzung mit dem Gegner reizt* (Wettkampf/Messen) und *...um mich im Notfall besser verteidigen zu können* (Verteidigung) schon auf den Rängen 5-10 auszumachen. Verteidigung kommt außerdem auf Rang 12 (MW 3,37) und Rang 19 (MW 3,03) vor, Ablenkung auf den Rängen 15, 16, 17 mit den Mittelwerten 3,22; 3,17 und 3,13. Das zweite Item der Kategorie Wettkampf/Messen (*...um mich mit anderen zu messen*) findet sich auf Rang 14 mit einem Durchschnittswert von 3,33. Zusammengefasst bilden Items aus den Faktoren Wettkampf/Messen, Verteidigung und Ablenkung/Katharsis den mittleren Bereich.

Motivaussagen der Gruppierungen Kontakt, Figur/Aussehen, Finanzen und Rollenerwartung bilden das untere Drittel der Motive mit welchen sich die Sportler und Sportlerinnen identifizieren konnten. Kontakt findet sich auf Rang 21 (MW 2,66), Rang 22 (MW 2,6), Rang 26 (MW 2,41), Rang 28 (MW 2,37) und Rang 29 (MW 2,36). Items der Kategorie Rollenerwartung sind auf Rang 25 (MW 2,5) und auf dem letzten Rang, Rang 32 *...weil man kein richtiger Mann ist, wenn man keinen Kampfsport kann* (MW 1,69) vertreten. Auf dem vorletzten und vorvorletzten Rang befinden sich die Items *...um damit Geld zu verdienen* (Rang 31, Finanzen, MW 2,06) und *...um abzunehmen* (Rang 30, Figur/Aussehen, MW 2,11). Zusätzlich ist der Faktor Figur/Aussehen auf dem Rang 27 (MW 2,41) sowie auf Rang 23 (MW 2,52) aufzufinden und der Faktor Finanzen auf Rang 24 (MW 2,5).

5.8.2 Selbstformulierte Items

Es gab für die an der Umfrage teilnehmenden Personen die Möglichkeit, Motive für das MMA Training, welche sie als für sich relevant erachten aber nicht im Fragebogen zur Auswahl fanden, zu ergänzen. In anschließender Tab. 37 finden sich einige exemplarische Beispiele.

Tab. 37: selbstformulierte Motive für MMA

TN	Selbstformuliertes Motiv
23	um mich auf einen militaerischen beruf vor zu bereiten
26	Spaß, Disziplin, Spaß
227	Um ein Vermächtnis zu hinterlassen
60	Die tradition des kampfsportes
75	-den Körper besser kennen zu lernen (auch den inneren wie z.B.: die Atmung)-Ruhe bewahren in schwierigen Situationen -von einander und mit einander lernen, ganz gleich wer man ist und wie lange man trainiert
98	Um sich den eigenen Idolen näher zu fühlen.
114	Meinen Großvater zu ehren
102	Faszination ans Kämpfen!Die Steigerung des Selbstwertgefühl Der Umgang im Verein selbst mit Respekt
233	um an mir selbst zu wachsen. man wird mit einem problem konforntiert und muss lernen auf seine art damit umzugehen, sei es physisch oder geistig
199	Weil es mir spaß macht.
85	MMA hat mein Leben gerettet!

5.8.3 Motive Subskalen

Die Mittelwerte der Subskalen sind in folgender Tab. 38 übersichtlich dargestellt. Die Rangfolge erschließt sich basierend auf den Mittelwert.

Tab. 38: Mittelwerte der Subskalen

Rang	Subskala	N	Mittelwert	SD
1	Flow	149	4,03	1,01
2	Fitness/Gesundheit	149	3,86	0,81
3	Ästhetik/Freude	149	3,53	0,96
4	Wettkampf/Messen	149	3,50	1,17
5	Ablenkung/Katharsis	149	3,33	1,14
6	Verteidigung	149	3,23	1,15
7	Kontakt	149	2,48	0,98
8	Figur/Aussehen	149	2,34	1,16
9	Finanzen	149	2,28	1,39
10	Rollenerwartung ♂	127	2,09	1,10

Anhand Tab. 38 zeigt sich, dass der Faktor Flow von den Teilnehmern und Teilnehmerinnen der Studie am häufigsten genannt wurde (MW 4,03), dicht gefolgt von der Kategorie Fitness/Gesundheit (MW 3,86). Danach folgt Ästhetik/Freude, Wettkampf/Messen, Ablenkung/Katharsis und mit Rang 6 Verteidigung. Die Ränge 7 bis 10 erschließen sich aus Kontakt, Figur/Aussehen, Finanzen und Rollenerwartung (MW 2,09).

5.9 Prüfung auf Unterschiede bezüglich Geschlecht, weiteren Sportarten, Vorstellung/Bild von MMA und Migrationshintergrund

5.9.1 Unterschiede nach Geschlecht und Motive

Der Frage, ob es einen Unterschied zwischen den Geschlechtern bei den Motiven für MMA gibt, geht dieses Unterkapitel nach. Folgende Hypothese wird daher überprüft:

H1/0: Es besteht kein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Männern und Frauen.

H1/1: Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Männern und Frauen.

Aufgrund der fehlenden Normalverteilung einiger Mittelwerte, sowohl bei den Motiven der männlichen als auch weiblichen Teilnehmenden, sowie aufgrund der Gruppengröße der weiblichen Teilnehmerinnen welche unter 30 Personen lag, wurde anstatt eines T-Tests für unabhängige Variablen, der Mann-Whitney U-Test als Test auf Unterschiede gewählt.

Zur Interpretation des Ergebnisses wird auf die asymptotische Signifikanz geblickt, dies ist der Fall, da die gesamte Gruppengröße über 30 beträgt. Ist dieser p-Wert (Signifikanzniveau) kleiner als 0,05, so weist dies auf ein signifikantes Ergebnis für den Mann-Whitney U-Test hin, und die Nullhypothese H0 würde verworfen und H1, die Alternativhypothese, angenommen werden. In diesem Fall würde dies einen signifikanten Unterschied der Motive zwischen Männern und Frauen bedeuten.

Tab. 39: Unterschiede zwischen ♂ und ♀ bei den Motive

Subskala	N ♂	N ♀	Z	asymptotische Signifikanz	Median ♀	Median ♂
Wettkampf/Messen	127	22	-0,578	0,563	3,5000	3,5000
Ästhetik/Freude	127	22	-1,126	0,260	3,8000	3,6000
Kontakt	127	22	-0,625	0,532	2,6000	2,4000
Verteidigung	127	22	-0,099	0,921	3,1250	3,5000
Ablenkung/Katharsis	127	22	-2,189	0,029	4,0000	3,2500
Figur/Aussehen	127	22	-3,138	0,002	3,0000	2,0000
Fitness/Gesundheit	127	22	-0,481	0,631	4,0000	4,0000
Finanzen	127	22	-2,286	0,022	1,0000	2,0000
Flow	127	22	-0,280	0,779	4,0000	4,0000

In den Subskalen Wettkampf/Messen, Kontakt, Verteidigung, Fitness/Gesundheit und Flow lassen sich anhand des Mann-Whitney U-Tests keine signifikanten Unterschiede erkennen. In diesen Kategorien wird die Nullhypothese beibehalten. Frauen weißen in den Kategorien Ablenkung/Katharsis und Figur/Aussehen einen höheren Medianwert als Männer auf, in der Kategorie Ablenkung/Katharsis ist dieser bei Frauen 4, bei Männern 3,25 und in der Kategorie Figur/Aussehen beläuft sich dieser bei Frauen auf 3 und bei Männern auf 2. Der höhere Wert spiegelt eine Antwort auf der 5-stufigen Likert Skala wider, welche einer höheren Zustimmung als die der Männer entspricht. Der Mann-Whitney U-Test ergibt einen signifikanten Unterschied zwischen den Geschlechtern in der Kategorie Ablenkung/Katharsis ($z=-2,189$; $p=0,029$), sowie in der Kategorie Figur/Aussehen ($z=-3,138$; $p=0,002$), hier wird die Nullhypothese verworfen und die Alternativhypothese angenommen. Allerdings ist die Effektstäke nach Cohen für beide Faktoren gering, (Ablenkung/Katharsis $r=0,179$; Figur/Aussehen $r= 0,257$) und somit erscheint der Unterschied zwischen den Geschlechtern als praktisch nicht relevant.

Ein signifikanter Unterschied zwischen den Geschlechtern zeigt sich ebenfalls beim Faktor Finanzen (MD Frauen = 1; MD Männer = 2; $p=0,022$; $z=-2,286$). Die Nullhypothese wird daher verworfen und H1 angenommen. Die Effektstärke nach Cohen fällt schwach aus ($r=0,187$).

Zusammengefasst wird für folgende Kategorien die Nullhypothese verworfen und die Alternativhypothese, es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Männern und Frauen, angenommen: Ablenkung/Katharsis, Figur/Aussehen und Finanzen.

5.9.2 Unterschiede zwischen Sportlern und Sportlerinnen, welche andere Sportarten ausführen und solche, die nur MMA trainieren

An dieser Stelle wird überprüft ob es einen Unterschied in der Bedeutung der Motive unter den MMA Praktizierenden gibt, je nachdem ob sie noch andere Sportarten ausüben oder nicht.

H2/0: Es besteht kein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Sportlern und Sportlerinnen, die neben dem MMA noch andere Sportarten ausüben und jenen, die ausschließlich MMA trainieren.

H2/1: Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Sportlern und Sportlerinnen, die neben dem Kickboxen noch andere Sportarten ausüben und jenen, die ausschließlich MMA trainieren.

Zur Analyse wurde der T-Test für unabhängige Stichproben herangezogen. Dies ist der Fall, da beide Merkmale der Gruppierungsvariable eine Gruppengröße von über 30 besitzen, und daher der T-Test für unabhängige Stichproben angewandt werden kann, trotz der Verletzung der Normalverteilungsvoraussetzung (Baca, 2011).

Tab. 40: Unterschied zwischen MMA Sportlern und Sportlerinnen mit und ohne Ausübung einer anderen Sportart

Subskala	Andere Sportart	N	MW	SD	T	df	Signifikanz (p)
Kontakt	Ja	110	2,4273	0,98072	-0,699	143	0,486
	Nein	35	2,5600	0,97353			
Fitness/Gesundheit	Ja	110	3,7667	0,82340	-2,323	143	0,022
	Nein	35	4,1333	0,78048			
Flow	Ja	110	3,9545	1,07419	-1,465	143	0,145
	Nein	35	4,2429	0,78937			
Finanzen	Ja	110	2,2636	1,38919	-0,187	143	0,852
	Nein	35	2,3143	1,43017			
Figur/Aussehen	Ja	110	2,3000	1,10688	-1,002	143	0,318
	Nein	35	2,5238	1,28411			
Ästhetik/Freude	Ja	110	3,4545	0,95434	-1,725	143	0,087
	Nein	35	3,7714	0,92182			
Ablenkung/Katharsis	Ja	110	3,2000	1,14479	-1,991	143	0,048
	Nein	35	3,6357	1,07160			
Wettkampf/Messen	Ja	110	3,5591	1,17452	1,216	143	0,226

	Nein	35	3,2857	1,10670			
Verteidigung	Ja	110	3,1955	1,18059	-0,889	143	0,376
	Nein	35	3,3929	1,02053			
Rollenerwartung ♂	Ja	92	2,0435	1,10108	-0,904	122	0,368
	Nein	32	2,2500	1,15004			

Tab. 40 verdeutlicht, dass die Nullhypothese für die Motivkategorien Kontakt, Flow, Finanzen, Figur/Aussehen, Ästhetik/Freude, Wettkampf/Messen, Verteidigung und Rollenerwartung beibehalten wird, da kein p-Wert unter 0,05 liegt.

Die Alternativhypothese H1 wird für Fitness/Gesundheit (p=0,022) und Ablenkung/Katharsis (0,048) angenommen. Die Mittelwertunterschiede in der Gruppe Fitness/Gesundheit zeigen, dass Personen welche keine andere Sportart als MMA ausüben dem Motiv der Fitness/Gesundheit mehr Bedeutung zukommen lassen (MW nur MMA= 4,13 / MW andere Sportarten neben MMA= 3,76).

Zusätzlich wurde bei dem Faktor Ablenkung/Katharsis ein signifikanter Unterschied festgestellt (p=0,048), so dass die Nullhypothese verworfen wird und die Alternativhypothese angenommen wird. Inhaltlich lässt sich sagen, dass Personen welche ausschließlich MMA trainieren den Aspekt der Ablenkung/Katharsis häufiger als Motiv nennen als Personen welche neben MMA noch andere Sportarten trainieren.

5.9.3 Unterschiede zwischen MMA mit Vorstellung oder ohne Vorstellung

Haben MMA Sportler und Sportlerinnen, welche eine bestimmte Vorstellung von MMA vor der Sportausübung gehabt haben, andere Motive als Sportler und Sportlerinnen ohne konkreter Vorstellung. Die Hypothese lautet:

> *H3/0: Es gibt keinen signifikanten Unterschied in den Motiven des MMA Trainings zwischen Sportlern und Sportlerinnen, welche eine bestimmte Vorstellung des Sportes vor der Ausübung hatten und solchen welche keine hatten.*

H3/1: Es gibt einen signifikanten Unterschied in den Motiven des MMA Trainings zwischen Sportlern und Sportlerinnen, welche eine bestimmte Vorstellung des Sportes vor der Ausübung hatten und solchen welche keine hatten.

Der ausgewählte Test ist der T-Test für unabhängige Stichproben, denn trotz der fehlenden Normalverteilung einiger Variablen ist die Verwendung des T-Tests angebracht, da beide zu vergleichenden Gruppen eine Gruppengröße von über 30 haben (Baca, 2011).

Tab. 41: Unterschiede zwischen Sportler und Sportlerinnen mit einer bestimmten Vorstellung über das MMA Training:

Subskala	Vorstellung/ Bild	N	MW	SD	T	df	Signifikanz (p)
Kontakt	Ja	56	2,3893	0,95149	144	-0,625	0,533
	Nein	90	2,4933	0,99491			
Fitness/Gesundheit	Ja	56	3,8988	0,92096	144	0,466	0,642
	Nein	90	3,8333	0,76151			
Flow	Ja	56	3,8393	1,19128	92,028	-1,687	0,095
	Nein	90	4,1500	0,87874			
Finanzen	Ja	56	2,4732	1,46914	144	1,371	0,173
	Nein	90	2,1500	1,33124			
Figur/Aussehen	Ja	56	2,5714	1,08193	144	1,890	0,061
	Nein	90	2,2037	1,17898			
Ästhetik/Freude	Ja	56	3,3214	0,98178	144	-1,942	0,054
	Nein	90	3,6378	0,94138			
Ablenkung/Katharsis	Ja	56	3,3214	1,09929	144	0,153	0,878

	Nein	90	3,2917	1,16374			
Wettkampf/Messen	Ja	56	3,4375	1,14837	144	-0,312	0,756
	Nein	90	3,5000	1,19691			
Verteidigung	Ja	56	3,4464	1,01098	144	1,789	0,076
	Nein	90	3,1000	1,20963			
Rollenerwartung ♂	Ja	49	2,0612	1,07835	123	-0,215	0,830
	Nein	76	2,1053	1,14110			

Wie aus Tab. 41 ersichtlich, zeigt einzig die Kategorie Ästhetik/Freude einen marginal signifikanten Unterschied zwischen den Gruppen (p= 0,054). Die Alternativhypothese wird angenommen, so dass ein schwacher signifikanter Unterschied zwischen den Personen, welche eine Vorstellung oder ein Bild des MMA Trainings vor Ausübung hatten, sich bezüglich des Motivs Ästhetik/Freude von solchen Personen unterscheiden, welche keine Vorstellung oder Bild des MMA Trainings hatten. Vergleicht man die Mittelwerte bei Personen mit Vorstellung beträgt dieser 3,32, bei Personen ohne Vorstellung 3,64. Aufgrund dessen lässt sich schlussfolgern, dass für Personen ohne konkrete Vorstellung über das MMA Training vor der Sportausübung, das Motiv der Ästhetik/Freude etwas wichtiger erscheint.

Für die Kategorien Rollenerwartung, Verteidigung, Flow, Wettkampf/Messen, Fitness/Gesundheit, Kontakt, Ablenkung/Katharsis, Figur/Aussehen und Finanzen wird die Nullhypothese beibehalten.

5.9.4 Unterschiede bezüglich Migrationshintergrund

Im folgenden Bereich wird untersucht, ob sich ein Unterschied in den Motiven feststellen lässt zwischen Personen mit Migrationshintergrund und ohne Migrationshintergrund. Die zu überprüfenden Hypothesen lauten:

H4/0: Es gibt keinen Unterschied bezüglich der Motive der Sportausübung in MMA zwischen Personen mit Migrationshintergrund und solchen ohne Migrationshintergrund.

H4/1: Es gibt einen Unterschied bezüglich der Motive der Sportausübung in MMA zwischen Personen mit Migrationshintergrund und solchen ohne Migrationshintergrund.

Tab. 42: Unterschied in den Motiven zwischen Menschen mit Migrationshintergrund und Menschen ohne Migrationshintergrund

Subskala	Migrations-hintergrund	N	MW	SD	T	df	Signifikanz (p)
Kontakt	Ja	59	2,4712	0,92009	0,282	130	0,778
	Nein	73	2,4219	1,05386			
Fitness/Gesundheit	Ja	59	3,9492	0,83463	1,336	130	0,184
	Nein	73	3,7580	0,80366			
Flow	Ja	59	3,8983	1,08588	-1,169	130	0,244
	Nein	73	4,1096	0,98688			
Finanzen	Ja	59	2,5932	1,48113			
	Nein	73	2,0959	1,30612	2,021	116,687	0,046
Figur/Aussehen	Ja	59	2,4068	1,16472	0,499	130	0,619
	Nein	73	2,3059	1,14632			
Ästhetik/Freude	Ja	59	3,4000	1,09545			
	Nein	73	3,5836	0,79145	-1,079	102,557	0,283
Ablenkung/Katharsis	Ja	59	3,1780	1,22479	-0,598	130	0,551
	Nein	73	3,2979	1,07904			
Wettkampf/Messen	Ja	59	3,5169	1,26956	-0,221	130	0,826
	Nein	73	3,5616	1,05720			

Verteidigung	Ja	59	3,1441	1,10855	-0,421	130	0,675
	Nein	73	3,2295	1,19806			
Rollenerwartung ♂	Ja	55	2,0727	1,15237	-0,097	112	0,923
	Nein	59	2,0932	1,09652			

Aus Tab. 42 wird ersichtlich, dass Personen mit Migrationshintergrund sich bezüglich des Motives Finanzen signifikant von solchen ohne Migrationshintergrund unterscheiden (p= 0,046). Aufgrund der Mittelwerte lässt sich inhaltlich sagen, dass Personen ohne Migrationshintergrund dem Motiv Finanzen noch weniger Bedeutung schenken, als solche mit Migrationshintergrund (MW ohne Migrationshintergrund= 2,09 / MW mit Migrationshintergrund= 2,59).

5.10 Unterschiede zwischen den Geschlechtern und der Bewertung der Gefahr von Schmerz

Im Rahmen dieser Arbeit, wurde auch die Frage gestellt, ob die Gefahr während des Sparrings Schmerz zu spüren, das Besondere an MMA ist. Es wurde untersucht, ob es bei der Beantwortung der Frage einen signifikanten Unterschied zwischen den Geschlechtern gibt. Die Hypothese lautet:

H5/0: Es gibt keinen Unterschied zwischen den Geschlechtern bei der Beantwortung der Frage, ob die Gefahr des Schmerzes während des Sparrings das Besondere an MMA ist.

H5/1: Es gibt einen Unterschied zwischen den Geschlechtern bei der Beantwortung der Frage, ob die Gefahr des Schmerzes während des Sparrings das Besondere an MMA ist.

Zur Untersuchung der Frage fiel die Wahl auf den Mann-Whitney U-Test. Das Ergebnis gilt als statistisch signifikant, wenn der asymptotische Signifikanzwert unter 0,05 liegt.

Tab. 43: Unterschiede zwischen den Geschlechtern bei der Frage nach der Bedeutung von Schmerz in MMA

Z	-,912
N ♂	124
N ♀	20
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)	0,362

Aus Tab. 43 ergibt sich, dass es keinen signifikanten Unterschied zwischen den Geschlechtern gibt. Die Nullhypothese wird beibehalten.

5.11 Zusammenhänge bezüglich Alter, Ausbildungsniveau, Können, Trainingshäufigkeit und der Bedeutung von Schmerz

Zusätzlich zu den Unterschieden zwischen Gruppen mit verschiedenen Unterscheidungsmerkmalen, ist es von Interesse, ob Zusammenhänge zwischen den Motiven der MMA Sportler und Sportlerinnen und Faktoren, wie zum Beispiel dem Alter oder Ausbildungsniveau bestehen. Das statistische Verfahren der Wahl ist die Spearman Rangkorrelation, da keine Normalverteilung aller Variablen herrscht.

5.11.1 Zusammenhang zwischen Alter und Motiven

Zu Beginn wird der Frage nachgegangen, ob es einen Zusammenhang zwischen dem Alter und der Auswahl der Motive gibt. Folgende Hypothese wird überprüft:

H6/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Alter der MMA Sportler und Sportlerinnen und den zentralen Motiven, die sie als Grund für die Ausübung des MMA Sportes angeben.

H6/1: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Alter der MMA Sportler und Sportlerinnen und den zentralen Motiven, die sie als Grund für die Ausübung des MMA Sportes angeben.

Die Spearman Rangkorrelation ist wie folgt zu interpretieren. H0 ist zu verwerfen, wenn der p-Wert unter 0,05 liegt, in diesem Fall herrscht ein signifikanter Zusammenhang zwischen den Variablen. H1 würde angenommen werden, was in diesem Fall bedeuten würde, dass es einen signifikanten Zusammenhang zwischen dem Alter und einer speziellen Motivkategorie gibt. Anhand von Tab. 44 zeigt sich, dass die Alternativhypothese H1 nur für die Kategorie Finanzen angenommen wird (p= 0,000; r=-0,301). Es besteht ein geringer negativer Zusammenhang, dies bedeutet, dass je älter die MMA Sportler und Sportlerinnen sind, desto weniger wichtig ist es ihnen über Mixed Martial Arts Geld zu verdienen. Für alle weiteren Motivkategorien wird die Nullhypothese beibehalten.

Tab. 44: Zusammenhang zwischen Alter und Motiven

Subskala	N	Korrelationskoeffizient (r)	Signifikanz (p)
Wettkampf/Messen	149,000	0,000	0,996
Verteidigung	149,000	-0,159	0,053
Rollenerwartung ♂	149,000	-0,128	0,152
Kontakt	149,000	0,118	0,153
Fitness/Gesundheit	149,000	0,139	0,091
Flow	149,000	-0,057	0,487
Finanzen	149,000	-0,301	0,000
Figur/Aussehen	149,000	0,079	0,336
Ästhetik/Freude	149,000	0,038	0,644
Ablenkung/Katharsis	149,000	-0,016	0,846

5.11.2 Gibt es einen signifikanten Zusammenhang zwischen dem Ausbildungsniveau und den Motiven

Nun folgt die Überprüfung, ob aufgrund des Ausbildungsniveaus eine Tendenz hin zu bestimmten Motivgruppen geschlussfolgert werden kann. Folgende Hypothese steht zur Überprüfung:

H7/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Ausbildungsniveau und den zentralen Motiven MMA auszuüben.

H7/1: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Ausbildungsniveau und den zentralen Motiven MMA auszuüben.

Tab. 45: Zusammenhang zwischen Ausbildungsgrad und Motiven

Subskala	N	Korrelationskoeffizient (r)	Signifikanz (p)
Wettkampf/Messen	143	-0,150	0,074
Verteidigung	143	0,001	0,990

Rollenerwartung ♂	143	-,186*	0,039
Kontakt	143	0,081	0,336
Fitness/Gesundheit	143	0,032	0,708
Flow	143	-0,058	0,492
Finanzen	143	-,398**	0,000
Figur/Aussehen	143	0,116	0,167
Ästhetik/Freude	143	0,157	0,061
Ablenkung/Katharsis	143	0,074	0,063

Aus Tab. 45 geht hervor, dass für die Kategorien Finanzen und Rollenerwartung die Nullhypothese verworfen und die Alternativhypothese angenommen werden kann. Für die weiteren Kategorien wird die Nullhypothese beibehalten. H1 wird daher für die Kategorie Rollenerwartung angenommen, es gibt einen signifikanten Zusammenhang zwischen dem Ausbildungsniveau und dem Motiv Rollenerwartung (p= 0,039). Dieser Zusammenhang ist sehr gering negativ (r=-0,186), demnach ist mit steigendem Ausbildungsniveau die Motivation männlicher Sportler MMA zu trainieren, um die Erwartung an ein männliches Rollenbild zu erfüllen, geringer.

Die zweite Kategorie für welche die Alternativhypothese angenommen wurde ist Finanzen, sie ist statistisch mit einem p-Wert von 0,000 signifikant. Mit einem Korrelationskoeffizienten r= -0,398 ist dieser Zusammenhang als gering negativ zu deuten. Inhaltlich lässt sich somit sagen, dass ein geringer Zusammenhang für die Aussage besteht, dass MMA Sportler und Sportlerinnen, welche einen höheren Ausbildungsgrad besitzen, weniger häufig MMA ausüben um damit Geld zu verdienen.

5.11.3 Zusammenhang zwischen Können und Motiven

Eine weitere Hypothese beschäftigt sich mit der Frage nach einem möglichen Zusammenhang zwischen dem selbsteingestuften Können und den Motiven in MMA. Die Hypothese lautet:

H8/0: Es gibt keinen Zusammenhang zwischen dem selbst eingestuften Können und den Motiven MMA auszuüben.

H8/1: Es gibt einen Zusammenhang zwischen dem selbst eingestuften Können und den Motiven MMA auszuüben.

Tab. 46: Zusammenhang zwischen selbsteingestuften Können und Motiven

Subskala	N	Korrelationskoeffizient (r)	Signifikanz (p)
Wettkampf/Messen	144	,218**	0,009
Verteidigung	144	-0,134	0,110
Rollenerwartung ♂	144	-0,066	0,463
Kontakt	144	-0,037	0,657
Fitness/Gesundheit	144	-,254**	0,002
Flow	144	0,128	0,128
Finanzen	144	,399**	0,000
Figur/Aussehen	144	-,232**	0,005
Ästhetik/Freude	144	-0,096	0,251
Ablenkung/Katharsis	144	0,006	0,941

Ein statistisch signifikanter Zusammenhang besteht für die Kategorien Wettkampf/Messen, Fitness/Gesundheit, Finanzen und Figur/Aussehen, die Nullhypothese wird für diese Kategorien verworfen und H1 angenommen. Der Zusammenhang zwischen dem selbsteingestuften Können und der Motivkategorie Wettkampf/Messen beträgt p= 0,009 und hat einen Korrelationskoeffizienten r=0,218. Es weist daher einen geringen Zusammenhang auf. Es lässt sich schlussfolgern, dass je höher das Können von MMA Sportlern und Sportlerinnen ist, desto wichtiger der Aspekt des Wettkampfes und des gegenseitigen Messens wird (siehe Tab. 46).

Die Schlussfolgerung: Je höher das Können eines MMA Sportlers und einer MMA Sportlerin, desto wichtiger das Motiv Finanzen, lässt sich ebenso aus Tab. 46 ableiten (p= 0,000; r= 0,399).

Die statistisch signifikanten Zusammenhänge von Fitness/Gesundheit (p=0,002) und Figur/Aussehen (p=0,005) mit dem selbsteingestuften Können von MMA Praktizierenden, haben gemeinsam, dass sie einen geringen negativen Zusammenhang aufweisen (Fitness/Gesundheit r=-0,254; Figur/Aussehen r=-0,232). Daraus lässt sich schließen, dass je höher das Können in MMA ist desto unwichtiger werden Motiven der Fitness/Gesundheit und des Erscheinungsbildes.

5.11.4 Zusammenhang zwischen Trainingshäufigkeit und Motiven

In diesem Abschnitt wird untersucht, ob ein Zusammenhang zwischen der Trainingshäufigkeit pro Woche und den Motiven existiert. Die Hypothese lautet:

H9/0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen der Trainingshäufigkeit pro Woche und den Motiven in MMA.

H9/1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen der Trainingshäufigkeit pro Woche und den Motiven in MMA.

Tab. 47: Zusammenhang zwischen Trainingshäufigkeit und Motiven

Subskala	N	Korrelationskoeffizient (r)	Signifikanz (p)
Ablenkung/Katharsis	149	0,029	0,727
Figur/Aussehen	149	-0,108	0,192
Finanzen	149	,385**	0,000
Flow	149	0,028	0,733
Fitness/Gesundheit	149	-0,142	0,083
Kontakt	149	-0,013	0,880
Rollenerwartung ♂	149	0,006	0,942
Verteidigung	149	-,195*	0,017
Wettkampf/Messen	149	0,031	0,704
Ästhetik/Freude	149	-0,107	0,195

Die Nullhypothese wird für die Kategorien Ablenkung/Katharsis, Figur/Aussehen, Flow, Fitness/Gesundheit, Kontakt, Rollenerwartung, Wettkampf/Messen und Ästhetik/Freude beibehalten, da die Signifikanz stets über 0,05 liegt (siehe Tab. 47).

Die Nullhypothese wird für die Kategorie Verteidigung verworfen und H1 wird angenommen, da p=0,017. Der Korrelationskoeffizient r beträgt -0,195, und beschreibt somit einen sehr schwachen, negativen Zusammenhang. Die Schlussfolgerung lautet: Je wichtiger einem das Motiv der Selbstverteidigung ist, desto seltener trainiert man MMA in der Woche.

Ebenso wird für die Kategorie Finanzen die Nullhypothese verworfen und H1 angenommen. Der p-Wert beträgt 0,000 und der Korrelationskoeffizient r=0,385, es herrscht ein geringer, positiver Zusammenhang. Je wichtiger einem die finanzielle Vergütung durch den MMA Sport ist, desto häufiger wird pro Woche trainiert.

5.11.5 Gibt es einen Zusammenhang zwischen Sparring mit der Gefahr Schmerz zu spüren und Motiven

Ein Teil dieser Arbeit beschäftigt sich damit, zu ermitteln ob es Hinweise für die folgenden zwei Aussagen einer Studie (Green, 2011), anhand der hier abgefragten Motive gibt:

1.) Das Besondere an MMA ist die Gefahr Schmerzen zu spüren, was dazu führt, meine Trainingspartner besser kennen zu lernen.
2.) Das Besondere an MMA ist die Gefahr Schmerzen zu spüren, was dazu führt, dass ich 100% konzentriert bin und mich selber spüre.

Die zu überprüfende Hypothese lautet:

H10/0: Es gibt keinen Zusammenhang zwischen den Motiven MMA auszuüben und der Gefahr Schmerz zu spüren während des Sparrings.

H10/1: Es gibt einen Zusammenhang zwischen den Motiven MMA auszuüben und der Gefahr Schmerz zu spüren während des Sparrings.

Da die Kategorie Wettkampf/Messen aus den Items *... um mich mit anderen zu messen* und *... weil mich die direkte Auseinandersetzung mit dem Gegner reizt* besteht, scheint es einleuchtend sie als Vertretung für den Aspekt des Sparrings zu verwenden. Während die

Motivkategorie Kontakt zur Überprüfung der Aussage, dass man Trainingspartner und -partnerinnen über das Sparring besser kennenlernt, dient, und die Motivgruppe Flow für den Bereich sich 100% zu konzentrieren und sich selber zu spüren, steht. Zur Überprüfung der Zusammenhänge wurde die Spearman Rangkorrelation gewählt, da nicht alle Variablen normal verteilt sind.

Tab. 48: Zusammenhänge zwischen den Motiven und der Bedeutung von Schmerz in MMA

		Wettkampf/Messen	Flow	Kontakt
Wettkampf/Messen	Korrelationskoeffizient (r)	1,000	,351**	-0,007
	Signifikanz (p)		0,000	0,937

Aus Tab. 48 ergibt sich, dass ein signifikanter Zusammenhang zwischen den Motiven Wettkampf/Messen und Flow besteht (p= 0,000; r= 0,351). Der Zusammenhang ist gering und positiv. Je wichtiger Sportlern und Sportlerinnen das Messen mit anderen in MMA ist, desto wichtiger ist ihnen auch der Flow Zustand. Zusammengefasst bedeutet dies, dass für die Kategorien Wettkampf/Messen und Flow die Nullhypothese verworfen wird und H1 angenommen wird.

Für die Kategorien Wettkampf/ Messen und Kontakt wird die Nullhypothese beibehalten, es besteht kein Zusammenhang zwischen den Motiven Wettkampf/Messen und Kontakt (p=0,937).

6 Diskussion der Ergebnisse

Dieses Kapitel widmet sich der Analyse, Interpretation und Diskussion der wichtigsten vorhergehend präsentierten Ergebnisse. Zunächst werden die soziodemographischen Erkenntnisse über die MMA Sportler und Sportlerinnen erörtert. Anschließend stehen der Einstieg in die Sportart, die Sportausübung und mögliche alternative sportliche Aktivitäten im Fokus. Daran schließt sich eine genaue Analyse der Motive in MMA an, sowie eine abschließende Auswertung der Ergebnisse der Hypothesenprüfung.

6.1 Diskussion der soziodemographische Daten

6.1.1 Geschlecht

Die gesamte Stichprobe zählt insgesamt 149 Personen. Von diesen waren 22 Personen Frauen und 127 Männer. In Prozenten ausgedrückt macht dies 85,2% männliche Teilnehmer und 14,8% weibliche Teilnehmerinnen aus. Dies spiegelt eine hohe Dominanz des männlichen Geschlechtes in der Sportart MMA wider. Wie sieht dies aber in anderen Kampfsportarten aus? In einer Arbeit zu den Motiven in Karate wurde eine Geschlechterverteilung von 40% Frauen und 60% Männern festgestellt (Pakosta, 2015). Eine ähnliche Verteilung fand Kral (2009) in seiner Studie über die Auswirkungen des Karates auf die Gesundheit wieder. In Kickboxen wurde gar eine Geschlechterverteilung von 60% weiblich zu 40% männlich festgehalten (Pehböck, 2016), wobei andere, wenn auch ältere Studien, noch eine starke männlichen Dominanz in Kickboxen konstatierten (Donas, 2000).

Es lässt sich feststellen, dass eine deutlich höhere Anzahl Männer den Sport ausüben als Frauen. Dieser Unterschied ist größer als es in Karate und Kickboxen der Fall ist.

6.1.2 Alter

Das durchschnittliche Alter der Teilnehmer und Teilnehmerinnen beträgt 25,7 Jahre. Die Spanne reicht von den jüngsten zwei Personen mit 14 Jahren bis hin zu einer Person mit 65 Jahren. Vergleicht man diese Werte mit Karate (Pakosta, 2015), wo ein durchschnittliches Alter von 36,13 Jahren festgestellt worden ist, wird das deutlich jünger liegende durchschnittliche Alter der MMA Sportler und Sportlerinnen sichtlich. Ebenso ist in Kickboxen (2016) ein etwas höher liegendes Durchschnittsalter von 27,6 Jahren erfasst worden.

6.1.3 Höchste abgeschlossene Ausbildung

Durch die Verteilung der Ausbildungsgrade wird die Vertretung des MMA Sportes in allen möglichen Bildungsschichten bemerkbar. So haben 22% der Befragten einen universitären Abschluss, 14,1% eine Matura an einer Berufsbildenden Schule und 13,4% eine Matura an einer Allgemeinbildenden höheren Schule, 13,4% einen Lehrabschluss, 12,8% einen

Pflichtschulabschluss, 8,1% sind Berufsschulabsolventen und -absolventinnen und 2,1% Meister.

6.2 Diskussion zu den Anfängen der Sportausübung

In dem Abschnitt der Arbeit, welcher den Erstkontakt mit der Sportart behandelt, wurde versucht herauszufinden, wie die Umfrageteilnehmer und -teilnehmerinnen auf MMA aufmerksam geworden sind und ob sie eine bestimmte Vorstellung von MMA vor Trainingsbeginn hattten.

6.2.1 Einstieg in die Sportart

Bei der Frage nach dem Einstieg in die Sportart war eine Mehrfachnennung möglich. Die große Mehrheit gab an, dass sie über Freunde und Bekannte (48,3%), sowie über Angebote in Sportvereinen (44,3%) auf MMA gestoßen sind. Deutlich weniger Angaben fielen auf die Medien mit 10% und Sport- und sonstige Veranstaltungen. Familie, Schule und Universität werden nur sehr selten genannt, mit einem Prozentanteil von 1,3 – 6%.

Es ist zu erkennen, dass Freunde und Bekannte, sprich Mundpropaganda im nahen sozialen Umfeld, ebenso wie das Angebot in Sportvereinen als Einstiegshilfe in den MMA Sport besondere Bedeutung zukommen. In Schulen und Universitäten dürfte MMA nicht Teil des Curriculums sein, und auch selten thematisiert werden, da kaum jemand über diese Einrichtungen zum MMA gelangt ist. Dies könnte an einem Bekanntheitsmangel der Sportart liegen, an einem negativen Bild gegenüber der Sportart oder an dem fehlenden Technikwissen der Professoren und Professorinnen und der daher schweren Umsetzung einer dem MMA gewidmeten Sportstunde. Zur Erhärtung würden diese angeführten Erklärungen allerdings weiteren Untersuchungen benötigen.

Dieses Ergebnis war für mich insofern sehr interessant, da ich aufgrund der steigenden Popularität der UFC weltweit, von einer wichtigeren Rolle der Medien für den Ersteinstieg in den MMA Sport ausgegangen war. Dies wurde jedoch widerlegt, denn nur 10% der Ausfüllenden gaben Medien als Grund für den Ersteinstieg an.

6.2.2 Vorstellung/Bild der Sportart

Teil der Befragung war die Untersuchung, ob MMA Sportler und Sportlerinnen ein bestimmtes Bild oder eine bestimmte Vorstellung der Sportart vor ihrer Ausübung gehabt haben, und inwiefern sich dieses bestätigt hat.

Von 149 Befragten Personen gaben 146 eine Antwort auf diese Frage. 37,4% gaben an, dass sie eine bestimmte Vorstellung oder ein bestimmtes Bild von MMA vor Sportbeginn hatten, während 62,4% dies verneinten. Möglicherweise hatten viele Personen keine genaue Vorstellung und kein Bild von der Sportart, da diese hauptsächlich über Freundschaften und Bekannte oder über Angebote von Sportvereinen auf MMA aufmerksam geworden sind. So ist vorstellbar, dass ein Freund oder eine Freundin jemanden zu einem Training mitnimmt, ohne viel zu erklären was da genau passiert, und viele auf ein Angebot von einem Sportverein, zum Beispiel für ein Probetraining, aus Neugierde eingehen, um sich einmal ein Bild von der Sportart zu machen. Wäre die Haupteinstiegsquelle zu MMA die Medien, so wäre über eine Vielzahl an Fotos und Videos wahrscheinlich schon eine genauere Vorstellung über die Sportart vorhanden.

Von den Personen welche eine Vorstellung über MMA hatten, gab die große Mehrzahl an, dass sich diese fast völlig bestätigt hat.

Unter den Erklärungen zu den Vorstellungen fand sich MMA als: Ganzkörpertraining, Messen untereinander, Stressabbau und die Faszination eines Kampfes, welcher sowohl Stand- als auch Bodenelemente umfasst.

6.3 Diskussion zur Sportausübung

6.3.1 Bundesland

Eine Mehrfachnennung war bei der Frage, nach dem Bundesland der Sportausübung möglich. Die überwältigende Mehrheit der Personen gaben Wien als Ort des Trainings an (87,2%). Desweiteren trainierten 4% der Befragten in Oberösterreich, 5,4% in der Steiermark, 2,7% in Kärnten, 2% in Tirol und 0,7% in Niederösterreich. Aus dem Burgenland, Vorarlberg und Salzburg kamen keine Rückmeldungen.

Auch wenn sich der Hauptteil der MMA Sportler und Sportlerinnen in Österreich zweifelsohne in der Bundeshauptstadt Wien befindet, so sollte die hier ermittelte Prozentverteilung nicht als repräsentativ gesehen werden. Da ich in Wien selber als MMA Trainer tätig bin, und auch Kontakte zu verschiedenen Vereinen habe, war es mir in Wien leichter, Umfrageteilnehmer und -teilnehmerinnen persönlich anzusprechen und mir ihr Interesse und ihre Unterstützung zu erhalten. Während ich versucht habe die Bundesländer größtenteils über soziale Netzwerke und Emails anzusprechen und somit ein nur indirekter Bezug zu mir und der Umfrage bestehen konnte.

Die Anzahl der Vereine in Österreich, welche ich durch Gespräche mit Trainern und Trainerinnen verschiedener Bundesländer und dem Verbandspräsidenten in Österreich zu eruieren versucht habe, spiegelt sich im gewissen Ausmaß in der hier angeführten Prozentverteilung der Trainingsorte wieder. So gibt es in Salzburg nur einen MMA Verein und in Vorarlberg zwei Vereine, welche allerdings auf den Bodenkampf spezialisiert sind und nur am Rande MMA anbieten. Daher verwundet es wenig, dass von diesem Bundesland gar keine Rückmeldungen eingingen. Während in der Steiermark vier MMA Sportvereine und in Oberösterreich sechs MMA Vereine vorzufinden sind und hier demnach auch eine höhere Rücklaufquote erreicht werden konnte. Wien führt mit der Anzahl von neun MMA Vereinen, allerdings nicht in dem Ausmaß wie es die hier erfasste Prozentangabe von 87,2% erwarten lassen würde.

6.3.2 Anzahl der Jahre des MMA Trainings

Durchschnittlich trainieren die Befragten 3,7 Jahre Mixed Martial Arts. Gruppiert man die Angaben in drei große Gruppen, so trainieren knapp über zwei Drittel zwischen 1,5 und 5 Jahren MMA, ein Viertel trainiert mehr als 6 Jahre und die kleinste Gruppe wird mit 11,4% von den MMA Anfängern und Anfängerinnen gebildet welche 1 Jahr oder weniger trainiert.

Da das durchschnittliche Alter der Befragten bei 25,7 Jahren liegt, lässt sich grob abschätzen, dass möglicherweise viele der Befragten Anfang zwanzig mit dem MMA Sport angefangen haben. Hierdurch lässt sich möglicherweise auch die relativ geringe durchschnittliche Dauer der Sportausübung erklären, diese beträgt zum Vergleich im Fußball 18 Jahre (Rockenschaub, 2015) und im Karate 13 Jahre (Pakosta, 2015).

Eine Erklärung ist, dass MMA eine hohe Anforderung an den Körper stellt, sowohl im Bereich der Kraft, der Ausdauer und der Beweglichkeit. Bei einem Einstiegsalter von Anfang zwanzig ist es vorstellbar, dass mit dreißig der Körper bei einigen Personen schneller an seine Grenzen stößt und somit die Lust am MMA Training abnimmt. Zum selben Schluss kommt auch Pehböck (2016) beim Kickboxen.

6.3.3 Anzahl der Monate im Jahr, in denen MMA trainiert wird.

Im Durchschnitt trainieren die Teilnehmer und Teilnehmerinnen 10 Monate MMA im Jahr. Da ich persönlich als Trainer in einem MMA Verein arbeite, erkläre ich mir diese 10 Monate Training mit den zwei Sommermonaten, in denen kaum trainiert wird. Es ist in diesen zwei Monaten, wo der Übungsbetrieb in meinem Verein aufgrund fehlender Kundschaft auf ein Minimum zurückgeschraubt wird. Das hat zum einen wahrscheinlich mit dem schönen Wetter zu tun – da möchte man sich nicht in einer Halle aufhalten – und zum anderen sind die meisten in den Sommermonaten auf Urlaub.

6.3.4 Häufigkeit des MMA Trainings

Im Durchschnitt trainieren die befragten Personen 3,6 Einheiten pro Woche. Die Angaben wurden in vier verschiedene Gruppen gegliedert, hierbei erreichte die Gruppe mit 2,5-4 Trainingseinheiten pro Woche 45,6%, die Gruppe 2 Mal die Woche und weniger 29,1% und die Gruppe zwischen mehr als 4 und 8 Einheiten pro Woche 20,9%. Kaum jemand trainiert häufiger als 8 Mal die Woche.

Da die meisten befragten Personen keine professionellen MMA Athleten und Athletinnen sind, ist die geringe Anzahl von Personen, welche häufiger als 8 Mal pro Woche trainieren nicht verwunderlich.

6.3.5 Dauer des MMA Trainings

Der Hauptteil der Personen trainiert zwischen 65 und 90 Minuten, diese Gruppe entspricht 69,4% der befragten Sportler und Sportlerinnen. 16% trainieren zwischen 95 und 180 Minuten und 13,2% 60 Minuten oder weniger. Im Mittel wird etwas über 90 Minuten trainiert, die kürzeste angegebene Trainingseinheit beläuft sich auf 50 Minuten und die längste auf 210 Minuten. Der Durchschnitt von etwas über 90 Minuten wirkt sehr plausibel,

da in Österreich die angebotenen MMA Einheiten in Kampfsportstudios in der Regel 90 Minuten betragen.

Bei einer durchschnittlichen Trainingszeit von 90 Minuten, und 3,6 Einheiten pro Woche, würde dies bedeuten, dass die Befragten im Durchschnitt 5 Stunden und 24 Minuten in der Woche MMA trainieren. In Kickboxen beträgt die durchschnittliche wöchentliche Trainingsdauer 3 Stunden und 34 Minuten (Pehböck, 2016), daher trainieren die hier untersuchten MMA Sportler und Sportlerinnen durchschnittlich um knapp zwei Stunden länger als Kickboxer und Kickboxerinnen. Dies kann durch die Komplexität des MMA Sportes erklärt werden. Während Kickboxer und -boxerinnen sich auf den Standkampf konzentrieren, besteht MMA aus drei Bereichen. Um daher einen spürbaren Fortschritt in einem oder in mehreren Bereichen zu sehen, ist ein höheres Trainingspensum notwendig.

6.3.6 Intensität des MMA Trainings

Über 54,2% gaben an, dass sie mit hoher Intensität MMA trainieren, somit trainiert jede zweite Person in einem hohen Intensitätsbereich. 42,4% gaben an, dass sie in einem mittleren Trainingsbereich trainieren und nur 3,5% bewerten ihre Trainingsintensität als niedrig.

Einschätzung des Könnens in MMA

Bei der subjektiven Einschätzung des Könnens konnten die Umfrageteilnehmer und –teilnehmerinnen zwischen Anfänger/in, mäßig Fortgeschrittene/r, Fortgeschrittene/r und Experte/ Expertin wählen. Mit 42,2% stuft sich die Majorität als mäßig fortgeschritten ein, gefolgt von den Fortgeschrittenen mit 32,6% und den Anfängern und Anfängerinnen mit 20,8%. Die weitaus kleinste Gruppe sind die Experten und Expertinnen mit nur 4,2%, was die Angabe von sechs Personen darstellt.

6.3.7 Wettkampfteilnahme

Die Wettkampfteilnahme scheint keine große Rolle in der Sportart MMA zu spielen. 58,3% der Befragten gaben an, dass sie nicht an Wettkämpfen teilnehmen. Dies erscheint deswegen interessant, da die Motivkategorie Wettkampf/Messen an vierter von zehn möglichen Plätzen rangiert und sich somit in der oberen Hälfte der Rangreihe der Subskalen der Motive befindet (siehe Abschnitt 5.8.3). Ein Erklärungsansatz ist, dass das sich gegeneinander

Messen für MMA Sportler und Sportlerinnen nicht in einem offiziell ausgetragenen Wettkampf stattfinden muss, sondern auch schon das Sparring dieses Motiv befriedigt.

6.4 Diskussion Ergebnisse jeglicher sportlichen Betätigung

6.4.1 Anzahl weiterer Sportarten

75,9% der Personen gaben an, dass sie neben MMA noch andere Sportarten ausüben. Des Weiteren konnten sie mittels Mehrfachnennung auswählen, welche Sportarten dies sind. Fitness und Krafttraining (68,2%) und andere Kampfsportarten (52,7%) wurden mit Abstand am häufigsten genannt. Die sportliche Tätigkeit in gezielten Kampfsportarten neben MMA kann mit der Spezialisierung auf einen oder mehrere Bereiche innerhalb des MMAs erklärt werden. Will sich jemand in MMA im Standkampf profilieren, scheint es eine sinnvolle Idee, sich nebenbei noch mit anderen Athleten und Athletinnen, welche nur den Standkampf ausüben, zu trainieren, um dadurch von ihnen zu lernen und sich mit ihnen zu messen.

Da MMA einen hohen Anspruch an die körperliche Fitness hat, ist es nicht verwunderlich, das mehr als die Hälfte nebenbei noch Krafttraining ausübt. Aus persönlicher Erfahrung weiß ich, dass in vielen Kampfsporteinrichtungen welche MMA anbieten ein kleiner bis mittelgroßer Krafttrainingsbereich mit Hanteln und anderen Fitnessgegenständen eingerichtet ist und zusätzlich zum MMA Sportprogramm oftmals noch ein Fitnesstraining angeboten wird.

6.4.2 Monatsanzahl in denen man im Jahr sportlich aktiv ist, Anzahl der Einheiten pro Woche und durchschnittliche Trainingsdauer in anderen Sportarten

Die große Mehrheit der Befragten (75%) ist das ganze Jahr über sportlich aktiv, somit wird deutlich, das wohl die Mehrheit der Personen welche angaben, dass sie 10 Monate im Jahr MMA trainieren, in ihrer MMA Pause einer anderen Sportart nachgehen. Durchschnittlich werden 5,5 Einheiten pro Woche trainiert mit einer Trainingsdauer von etwas mehr als 90 Minuten. Daher entspricht die Angabe der Trainingsdauer jeglicher sportlichen Aktivität in der Woche derselben wie in MMA und im Durchschnitt trainieren die Umfrageteilnehmer und

-teilnehmerinnen neben ihren MMA Trainingseinheiten noch zwei weitere Einheiten in einer anderen Sportart.

6.5 Diskussion zu Rollenerwartung, Schmerz und MMA & Migrationshintergrund

6.5.1 Rollenerwartung

Ziel dieser Arbeit war es auch zu erforschen, inwiefern männliche MMA Sportler diesen Kampfsport ausüben, um ihre Männlichkeit und hierdurch ihr Selbstbild als Mann zu bestätigen. Wie in Kapitel 3.3.3.1 dieser Arbeit vorgestellt, galt dies in der Vergangenheit oftmals als Erklärung für die Sportausübung von Männern in MMA. Von den 127 befragten Männern stimmte mit 74% die große Mehrheit diesem Motiv nicht zu. Genaugenommen stimmten 45,7% der Aussage gar nicht zu und 28,3% eher nicht zu. 11% gaben weder noch an, 13,4% stimmten dieser Rollenerwartung eher zu und auf 1,6% traf dieses Motiv völlig zu. Im Durchschnitt stimmten die befragten Personen mit *eher nicht zu* ab. Aufgrund der hohen Anzahl an Personen, welche sich mit dem Motiv der männlichen Rollenerwartung nicht identifizieren konnte, bestätigt sich die Verwerfung der Erklärung, dass Männer MMA trainieren um sich ihre Männlichkeit zu beweisen.

6.5.2 Schmerz und MMA

Ein weiterer Gegenstand der Untersuchung war die Frage, inwiefern MMA Sportler und Sportlerinnen der Aussage, dass das Besondere an MMA das Sparring mit der Gefahr Schmerz zu spüren sei, zustimmen, so wie es Green (2011) annimmt.

Um dies zu erörtern, wurde gefragt, ob die Teilnehmer und Teilnehmerinnen der oben vorgestellten Aussage zustimmen (Ja), sie ablehnen (Nein) oder sich unsicher sind (Unsicher). 43,8% der Befragten können sich mit der Aussage, dass das Besondere am MMA das Sparring mit der Gefahr Schmerz zu spüren sei, identifizieren. 15,3% gaben an, dass sie sich unsicher sind und 41% verneinten die Aussage. Zusammengefasst lässt sich sagen, dass ein Indiz gegeben ist, welches zeigt, das Greens Annahme (2011) für einen beträchtlichen Teil der MMA Ausübenden zutrifft, da die Gruppe der Personen, welche die Gefahr Schmerz zu spüren als besonders wahrnimmt, zumindest gleich groß ist wie die Gruppe die dies verneint.

Für die Personen welche der Aussage zustimmten oder sich unsicher waren, folgten drei Folgeaussagen welche zu bestätigen oder zu verwerfen waren:

Der Aussage *Das Besondere an MMA ist das Sparring mit der Gefahr Schmerz zu spüren, was dazu führt* 1.) *meine Trainingspartner besser kennen zu lernen* stimmte der Durchschnitt eher zu, 2.) *dass ich Schmerz aushalten und durchkämpfen muss* stimmten die Personen durchschnittlich zwischen eher zu und völlig zu. Gleiches gilt für 3.) *dass ich 100% konzentriert bin und mich selber spüre*.

Da die Aussage*, dass ich 100% konzentriert bin und mich selber spüre*, einen hohen Zuspruch bekommen hat, lässt sich sagen, dass die Annahme, dass das Sparring in MMA mit der Gefahr Schmerz zu spüren, zumindest für die Hälfte der Trainierenden die Erfüllung des Flow Motives begünstigt.

Außerdem, lässt sich die Aussage von Abramson und Mozelewski (2010) erhärten, dass einige Sportausübende die Konfrontation mit dem Gegner/ der Gegnerin im Sparring als Möglichkeit wahrnehmen, um sich Werte wie Courage, Mut und Durchhaltevermögen zu beweisen. Dies lässt sich aus dem Zuspruch für die Aussage*, dass ich Schmerz aushalten und durchkämpfen muss,* ableiten.

Die Annahme, dass das Sparring den sozialen Kontakt fördere, lässt sich nur gering bestätigen. Hier kann vielleicht von einer Tendenz für einige Personen im MMA gesprochen werden, da die Zustimmung hier schwächer ausfiel.

Eine weitere diesbezügliche Analyse findet sich im Kapitel 6.6.1.10 welches die Zusammenhänge zwischen den Motiven unter dem Aspekt des Schmerzes in MMA untersucht.

6.5.3 Migrationshintergrund und MMA

Auf freiwilliger Basis wurde ermittelt, ob die Teilnehmenden einen Migrationshintergrund haben und inwiefern sie der Meinung sind, dass sie dies in ihrer Sportwahl MMA auszuüben beeinflusst hat.

Von 149 Befragten gab es 132 Antworten bezüglich des Migrationshintergrundes. 44,7% der Teilnehmer und Teilnehmerinnen haben demnach einen Migrationshintergrund. Von

diesen 59 Personen beantworteten wiederum 54 die Frage, ob ihr Migrationshintergrund sie bei der Entscheidung und Aufrechterhaltung des MMA Trainings beeinflusst habe. 85,2% verneinen diese Frage, somit zeigt das Ergebnis deutlich, dass die große Mehrheit der Personen mit Migrationshintergrund eben diesen nicht als entscheidend für ihre Sportwahl sehen.

Das Ergebnis, dass fast jeder/jede zweite Befragte einen Migrationshintergrund hat, erscheint nicht allzu überraschend, da nicht von einem geringen Wert auszugehen war. Vor allem, da die große Mehrheit der Befragte in dem Ballungsraum Wien trainieren. Laut Universität Innsbruck (2008) ist bei Personen mit Migrationshintergrund ein Trend hin zu den Sportarten Fußball und Kampfsport zu beobachten. In Ballungszentren und Gemeinden mit einem hohen Anteil an Personen mit Migrationshintergrund lassen sich für die Sportarten Fußball und Kampfsport eine hohe Anzahl an Sportlern mit Migrationshintergrund feststellen. In Fußballvereinen in Innsbrucks, Schwaz und Telfs liegt der Prozentwert bei 20%, in Kampfsportvereinen bei 27% (Universität Innsbruck, 2008). Der Prozentwerte der Personen mit Migrationshintergrund in Wiener Fußballvereinen liegt noch höher, so weißt bei den Nachwuchsmannschaften und in den Akademien von Rapid und Austria jeder zweite Spieler einen Migrationshintergrund auf (Medienservicestelle, 2014). Daher war auch von einem hohen Wert an Personen mit Migrationshintergrund für Mixed Martial Arts in Wien auszugehen.

6.6 Diskussion der Ergebnisse der Motive

Das vorliegende Kapitel setzt sich mit dem Kernthema der Arbeit auseinander, den Motiven der Sportler und Sportlerinnen in Österreich den MMA Sport auszuüben. Hierfür wird in den folgenden Schritten vorgegangen werden: zuerst werden die einzelnen Mittelwerte der Motivitems interpretiert werden, sowie die Mittelwerte, der in Subskalen zusammengefassten Motive und abschließend die Hypothesenprüfung auf Unterschiede und Zusammenhänge erörtert.

Betrachtet man die Rangfolge der nach ihren Mittelwerten gereihten Motive, lassen sich im oberen Drittel der Ränge Motive aus den Kategorien Fitness/Gesundheit, Flow und Ästhetik/Freude ausmachen. Im mittleren Bereich finden sich Aussagen der Kategorien

Ablenkung/Katharsis, Wettkampf/Messen und Verteidigung. Die Motive mit der geringsten Bedeutung fallen in die Gruppen Kontakt, Figur/Aussehen, Finanzen und Rollenerwartung. Das Item mit dem höchsten Zuspruch war … *um mich in körperlich guter Verfassung zu halten* und unterstreicht somit die Bedeutung der Gesundheit und Fitness für die Ausübung des MMA Sportes. Am wenigsten Zuspruch erlangten die Items *...um damit Geld zu verdienen* und *...weil man kein richtiger Mann ist, wenn man keinen Kampfsport kann*, dies spiegelt wiederum die Bedeutungslosigkeit der Erfüllung einer kämpferischen männlichen Rollenerwartung wider und bekräftigt somit die Auffassung, dass dieses Motiv als generelle Erklärung für die Ausübung des MMA Sportes, als überholt anzusehen ist (Abramson und Mozelewski, 2010). Der hintere Rang der Aussage durch den Sport Geld zu verdienen erscheint plausibel, da nur wenige Profisportler und -sportlerinnen den Fragebogen ausgefüllt haben.

Betrachtet man die Subskalen der Motive, welche zusammenpassende Gruppierungen der einzelnen Items darstellen, und interpretiert deren Rangfolge, so lässt sich folgendes feststellen: wie bei den einzelnen Items sind auf den ersten drei Rängen die Kategorien Fitness/Gesundheit, Flow und Ästhetik/Freude auszumachen. An erster Stelle, und somit am häufigsten von den Teilnehmern und Teilnehmerinnen als Grund für deren MMA Training genannt, ist der Faktor Flow gereiht, gefolgt von Fitness/Gesundheit und Ästhetik/Freude. Der Faktor Flow besteht aus den Items: 1.) ... *weil dabei nur der Moment zählt und meine Gedanken auf die Aktivität fokussiert sind. (weil ich mich 100% konzentrieren muss);* 2.) ... *um vollkommen in der Aktivität aufzugehen (Flow Zustand= während dem MMA denke ich nur an MMA und fühle mich gut dabei)*. Das Mittelfeld, wie auch das untere Drittel, spiegeln ebenfalls den Eindruck, welcher aus der Begutachtung der einzelnen Items gewonnen wurde, wider. Aufgelistet befinden sich auf den Rängen: 4. Wettkampf/Messen; 5. Ablenkung/Katharsis; 6. Verteidigung; 7. Kontakt; 8.Figur/Aussehen; 9. Finanzen und 10. die Rollenerwartung der Männer.

Die geringe Nennung des Motives Kontakt zeigt, dass sich die Erklärung von Abramson und Mozelewski (2010), welche in der Herstellung einer engen sozialen Gemeinschaft einen Hauptgrund für die anhaltende Sportausübung im MMA sehen, nicht halten lässt.

Bezogen auf die Unterteilung nach Gabler, vorgestellt im Abschnitt 3.2.1, lassen sich die Faktoren Flow und Fitness/Gesundheit in verschiedene Bereiche unterteilen. Das Motiv des Flows bezieht sich demnach auf das Sporttreiben selbst, während das Motiv der Fitness/Gesundheit das Sporttreiben als Mittel zur Erfüllung eines externen Zweckes betrachtet. Hierbei sei erwähnt, dass das Ergebnis der Motivkategorie Fitness/Gesundheit unter den am meisten genannten Gründen für die Sportausübung in MMA nicht verwunderlich ist, da es sowohl in der Literatur in MMA (siehe Abschnitt 3.3.3.2), als auch generell im Freizeitsport häufig als Motiv genannt wird (Conzelmann et al., 2012). Wichtig scheint der Hinweis, dass Motive, welche sich auf das Sporttreiben selbst beziehen, wie in diesem Falle Flow, für die Aufrechterhaltung einer Sportart von größerer Bedeutung sind als Motive, welche einen äußeren Zweck erfüllen sollen, wie hier das Motiv Fitness/Gesundheit (Lehnert et al., 2011).

Im Vergleich mit den Kampfsportarten Karate (Pakosta, 2015) und Kickboxen (Pehböck, 2016), finden sich starke Ähnlichkeiten bei den Motiven Verteidigung, Figur/Aussehen und Kontakt. In Kickboxen befinden sich die Motive welche mit Fitness und Gesundheit in Verbindung stehen, unter den ersten zwei Rängen. Flow in Kickboxen, welcher eine Mischung aus Flow und Ablenkung/Katharsis darstellt, nimmt den dritten Platz ein und ist somit auch im oberen Drittel vertreten, allerdings nach Gesundheits- und Fitnessmotiven. Verteidigung nimmt einen mittleren Platz ein. Das Gleiche gilt für Wettkampf/Leistung, eine Kategorie welche mit Wettkampf/Messen vergleichbar ist. Auf den hintersten Plätzen befinden sich, wie beim MMA, Kontakt und Figur/Aussehen.

In Karate findet man das Motiv Fitness/Gesundheit auf Rang 2. Ästhetik, Erholung und Verteidigung, gleich wie beim MMA, im Mittelfeld. Ebenso finden sich die Motivkategorien Kontakt und Figur/Aussehen im hinteren Drittel. Die Kategorie Flow war nicht unter den Motivgruppen in Karate vertreten und Wettkampf/Leistung findet sich an vorletzter Stelle.

Zusammengefasst lässt sich sagen, dass die Motivkategorien von MMA mit denen von Kickboxen und Karate im Groben übereinstimmen, sich im Detail aber einige Unterschiede ausmachen lassen. So ist in MMA das Motiv Flow vor Fitness/Gesundheit und Wettkampf/Messen erscheint wichtiger als in Kickboxen und Karate. Diese Kategorie ist in

Kickboxen und Karate Wettkampf/Leistung benannt und verfügt über weitere Items, daher ist der direkte Vergleich mit Vorsicht zu betrachten. Interessanterweise, findet sich die Kategorie Verteidigung bei allen drei Kampfsportarten nur im Mittelfeld und Kontakt scheint eine untergeordnete Rolle zu spielen.

Das Verteidigung sich nicht unter den häufig genannten Gründen befindet ist deshalb interessant, weil Kampfsportarten, und MMA ist hier keine Ausnahme, von Vereinen oftmals mit dem Aspekt der Selbstverteidigung beworben werden. Tatsächlich scheint dies für Personen welche Kampfsportarten auf Dauer betreiben wollen nebensächlich zu sein. Möglicherweise finden sich Personen für die der Aspekt der Selbstverteidigung von Bedeutung ist vermehrt in speziell dafür vorgesehenen Kursen und Seminaren wieder.

6.6.1 Unterschieds- und Zusammenhangshypothesen

Im folgenden Abschnitt werden die Ergebnisse der Unterschieds- und Zusammenhangshypothesen erläutert, deren detaillierte deskriptive Beschreibung in den Abschnitten 5.9, 5.10 und 5.11 vorzufinden sind.

6.6.1.1 Unterschiede nach Geschlecht und Motive

Die Vermutung lag nahe, dass sich einige Motive bei Männern und Frauen unterscheiden würden. Zur Überprüfung wurde folgende Hypothese mittels Mann-Whitney U-Test überprüft:

H1/0: Es besteht kein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Männern und Frauen.

H1/1: Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Männern und Frauen.

Für die folgenden Faktoren wurde ein signifikanter Unterschied zwischen den Geschlechtern festgestellt und die Alternativhypothese H1 angenommen: Ablenkung/Katharsis, Figur/Aussehen und Finanzen. Der Vergleich der Mediane lässt schließen, dass Frauen das Motiv Ablenkung/Katharsis etwas höher schätzen als ihre männlichen Kollegen. Die Begründung den Sport ihrer Figur und ihres Aussehens zu liebe zu betreiben, lehnen Frauen weniger ab als Männer. Der Median der Frauen beträgt hierbei 3 und befindet sich daher im

Bereich *weder noch*, also zwischen Zustimmung und Ablehnung, während er bei den Männern im Bereich 2 liegt, also ich *stimme eher nicht zu*. Was den Aspekt betrifft, durch den MMA Sport finanziell etwas zu verdienen, so trifft dies auf Frauen noch weniger zu als auf Männer.

Der Unterschied zwischen den Geschlechtern im Bereich Figur/Aussehen, wurde sowohl in Karate (Pakosta, 2015), als auch in Kickboxen (Pehböck, 2016) aufgezeigt. Der Unterschied bezüglich Finanzen erscheint plausibel, da von den dreizehn Profis, welche den Fragebogen ausgefüllt haben, nur eine davon eine Frau war. Es sei erwähnt, dass die Effektstärke Cohen für alle drei signifikanten Ergebnisse sehr gering ausfiel und die praktische Relevanz daher fraglich erscheint.

Wie in Kapitel 3.3.1 vorgestellt, schreibt Gabler (2002), dass Frauen Motiven wie Figur, Gesundheit, Entspannung und Stressabbau mehr Bedeutung schenken als Männer. Umgekehrt ist Männern der Leistungs- und Wettkampfaspekt wichtiger als Frauen. Interessanterweise konnten in dieser Studie keine Unterschiede in dem Bereich Wettkampf/Messen und Gesundheit gefunden werden. Allerdings bestätigen die signifikanten Unterscheide im Bereich Ablenkung/Katharsis, und Figur/Aussehen, die gefundenen Unterschiede zwischen den Geschlechtern wie sie bei Gabler (2002) für die Bereiche Entspannung, Stressabbau und Aussehen gefunden wurden.

Für die restlichen Motivkategorien wurde die Nullhypothese beibehalten.

6.6.1.2 Unterschiede zwischen Sportlern und Sportlerinnen, welche andere Sportarten ausführen und solche, die nur MMA trainieren

Um herauszufinden, ob die Ausübung anderer Sportarten neben dem MMA Training eine Auswirkung auf die Motive der Sportausübung hat, wurde die anschließende Hypothese entworfen, und mittels T-Test für unabhängige Stichproben überprüft:

> *H2/0: Es besteht kein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Sportlern und Sportlerinnen, die neben dem MMA noch andere Sportarten ausüben, und jenen, die ausschließlich MMA trainieren.*

H2/1: Es besteht ein signifikanter Unterschied zwischen den Motiven von Sportlern und Sportlerinnen, die neben dem Kickboxen noch andere Sportarten ausüben, und jenen, die ausschließlich MMA trainieren.

Ein signifikanter Unterschied konnte für die Motive Fitness/Gesundheit und Ablenkung/Katharsis festgestellt werden. Personen, welche ausschließlich MMA trainieren, messen den Motiven Fitness/Gesundheit und Ablenkung/Katharsis mehr Bedeutung zu als Personen, welche neben MMA noch eine andere oder mehrere andere Sportarten ausüben.

6.6.1.3 Unterschiede mit Vorstellung von MMA und ohne Vorstellung

Gibt es einen Unterschied im Trend der Motive zwischen Sportlern und Sportlerinnen, welche vor dem Start des MMA Trainings eine Vorstellung bzw. ein Bild von MMA hatten und solchen, welche dies nicht hatten? Dieser Frage wird in folgender Hypothese nachgegangen:

H3/0: Es gibt keinen signifikanten Unterschied in den Motiven des MMA Trainings zwischen Sportlern und Sportlerinnen , welche eine bestimmte Vorstellung des Sports vor Ausübung hatten und solchen welche diese Vorstellung nicht hatten.

H3/1: Es gibt einen signifikanten Unterschied in den Motiven des MMA Trainings zwischen Sportlern und Sportlerinnen, welche eine bestimmte Vorstellung des Sports vor Ausübung hatten und solchen welche diese Vorstellung nicht hatten.

Die Überprüfung mittels T-Test für unabhängige Stichproben ergab, dass ein marginal signifikanter Unterschied (p=0,054) zwischen den beiden Gruppen im Motivbereich Ästhetik/Freude herrscht. Der Vergleich der Mittelwert zeigt, dass Sportler und Sportlerinnen, welche vor dem MMA Trainingsbeginn eine Vorstellung bzw. ein Bild von MMA hatten, dem Aspekt der Ästhetik und der Freude während des MMA Trainings mehr Bedeutung beimessen als Personen, welche nicht über eine solche Vorstellung, solch ein Bild verfügt haben.

Für die restlichen Kategorien wurde die Nullhypothese beibehalten.

6.6.1.4 Unterschiede bezüglich Migrationshintergrund

In einem weiteren Schritt wurde untersucht, ob Personen mit Migrationshintergrund unterschiedliche Motive aufweisen MMA zu trainieren als Personen ohne Migrationshintergrund. Mittels T-Test für unabhängige Stichproben wurde folgende Hypothese überprüft:

H4/0: Es gibt keinen Unterschied bezüglich der Motive der Sportausübung in MMA zwischen Personen mit Migrationshintergrund und solchen ohne Migrationshintergrund.

H4/1: Es gibt einen Unterschied bezüglich der Motive der Sportausübung in MMA zwischen Personen mit Migrationshintergrund und solchen ohne Migrationshintergrund.

Die Überprüfung ergab, dass es beim Motiv Finanzen einen signifikanten Unterschied zwischen Personen mit und ohne Migrationshintergrund gibt. Die Auswertung der Mittelwerte zeigt, dass Sportler und Sportlerinnen ohne Migrationshintergrund MMA nicht aufgrund einer finanzielle Vergütung trainieren, während die Antworten der Sportler und Sportlerinnen mit Migrationshintergrund auf die Fragen nach dem finanziellen Aspekt, im Durchschnitt zwischen den Antwortmöglichkeiten *eher nicht* und *weder noch* lagen. Personen ohne Migrationshintergrund trainieren demnach noch weniger aus dem Grund mit dem Sport Geld verdienen zu wollen, als es solche mit Migrationshintergrund bereits nicht tun. Für die restlichen Motivkategorien konnten keine Unterschiede festgestellt werden.

Der Test auf Unterschiede bestätigt das Ergebnis der Umfrage welches besagte, dass der Migrationshintergrund keinen Einfluss auf die Sportwahl hatte.

Arbeitet man mit der Kategorie der Person mit Migrationshintergrund, ist zu beachten, dass keine wissenschaftlich, einheitliche Definition dieses Begriffes existiert (Settelmeyer, A.; Erbe, J.; 2010). In dieser Studie wurde die Gruppe aufgrund der subjektiven Selbsteinschätzung der Untersuchten gebildet, wobei zumindest ein Elternteil nicht in Österreich geboren ist.

6.6.1.5 Unterschied zwischen den Geschlechtern und der Bewertung der Gefahr von Schmerz

Folgende Hypothese wurde durch den Mann-Whitney U-Test überprüft:

H5/0: Es gibt keinen Unterschied zwischen den Geschlechtern bei der Beantwortung der Frage, ob die Gefahr des Schmerzes während des Sparrings das Besondere an MMA ist.

H5/1: Es gibt einen Unterschied zwischen den Geschlechtern bei der Beantwortung der Frage, ob die Gefahr des Schmerzes während des Sparrings das Besondere an MMA ist.

Es konnte kein signifikanter Unterschied zwischen den Geschlechtern und der Bewertung der Gefahr von Schmerz während des Sparrings in MMA festgehalten werden.

6.6.1.6 Zusammenhang zwischen Alter und Motiven

Mit Hilfe der Spearman Korrelation wurde untersucht, ob es einen Zusammenhang zwischen dem Alter der Untersuchungsteilnehmer und -teilnehmerinnen und den Motivausprägungen in MMA gibt. Die Hypothese lautet wie folgt:

H6/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Alter der MMA Sportler und Sportlerinnen und den zentralen Motiven, die sie als Grund für die Ausübung des MMA Sportes angeben.

H6/1: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Alter der MMA Sportler und Sportlerinnen und den zentralen Motiven, die sie als Grund für die Ausübung des MMA Sportes angeben.

Ein signifikanter Zusammenhang besteht zwischen dem Alter und der Motivkategorie Finanzen. Je älter die MMA Athleten und Athletinnen sind, desto weniger wichtig ist es ihnen über den Sport Geld zu verdienen.

Unterschiedliche Erklärungen kommen in Frage, so kann es sein, dass es mit zunehmenden Alter schwieriger wird mit den jungen Athleten und Athletinnen mitzuhalten, und daher andere Wege des finanziellen Zugewinns gesucht werden. Es könnte aber auch sein, dass im höheren Alter die Erfahrung gezeigt hat, dass es schwierig ist, über den MMA Sport eine größere Summe Geld zu verdienen und daher durch Einsicht bzw. Demotivation andere Aspekte für die Sportausübung überwiegen.

In allen anderen Motivbereichen konnte kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Alter und Motivausprägungen festgestellt werden. Dies ist bemerkenswert, da es sich nicht mit anderen Arbeiten deckt. So wurden sowohl im Kickboxen (Pehböck, 2016) als auch im

Karate (Pakosta, 2015) negative Zusammenhänge zwischen dem Alter und den Motiven Selbstverteidigung und Wettkampf/Leistung gefunden. Auch Gabler (2002) spricht davon, dass mit zunehmendem Alter Wettkampf und Leistung als Motive an Bedeutung verlieren, dies konnte in der vorliegenden Arbeit nicht festgehalten werden.

6.6.1.7 Zusammenhang zwischen dem Ausbildungsniveau und den Motiven

Gibt es einen Zusammenhang zwischen der Art der abgeschlossenen Ausbildung und den Motiven in MMA? Dieser Frage geht die nachfolgende Hypothese nach:

H7/0: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Ausbildungsniveau und den zentralen Motiven MMA auszuüben.

H7/1: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Ausbildungsniveau und den zentralen Motiven MMA auszuüben.

Die Überprüfung mittels der Spearman Korrelation zeigt, dass es einen signifikanten Zusammenhang zwischen dem Ausbildungsniveau und den Motiven der Erfüllung der männlichen Rollenerwartung, sowie des Motivs Finanzen gibt. Ein sehr geringer negativer Zusammenhang besteht für die Aussage, dass mit steigendem Ausbildungsniveau das Motiv der Bestätigung der eigenen Männlichkeit durch den MMA Sport sinkt. Ein geringer Zusammenhang ist erkennbar für die Angabe, dass MMA Sportler und Sportlerinnen mit höheren Ausbildungsgrad weniger oft MMA trainieren, um damit Geld zu verdienen.

Nicht gefunden wurden Zusammenhänge welche Pehböck (2016) für Kickboxen fand. Dieser entdeckte einen schwach ausgeprägten Zusammenhang zwischen der abgeschlossenen Ausbildung und den Motiven Kontakt und Wettkampf/Leisten.

6.6.1.8 Zusammenhang zwischen Können und Motiven

Es wurde die Vermutung aufgestellt, dass ein Zusammenhang zwischen der Selbsteinstufung des Könnens und der Ausprägung der Motive vorhanden ist. Unter Verwendung der Spearman Korrelation wurde die nachstehende Hypothese untersucht:

H8/0: Es gibt keinen Zusammenhang zwischen dem selbst eingestuften Können und den Motiven MMA auszuüben.

H8/1: Es gibt einen Zusammenhang zwischen dem selbst eingestuften Können und den Motiven MMA auszuüben.

Für nachfolgende Kategorien konnte ein signifikanter Zusammenhang gefunden werden: Wettkampf/Messen, Fitness/Gesundheit, Finanzen und Figur/Aussehen. Je höher das Können von MMA Praktizierenden, desto wichtiger wird das Motiv des gegenseitigen Messens. Gleiches lässt sich schlussfolgern für die Motivation MMA wegen Geld zu trainieren.

Außerdem gilt: je höher das Können, desto weniger wird MMA der Gesundheit und Fitness zu liebe trainiert. Ebenso sinkt die Bedeutung aufgrund der Figur und des Aussehens den Sport auszuüben. Zu beachten ist der Korrelationskoeffizient für die vier oben genannten Zusammenhänge, welcher von sehr gering bis gering reicht.

Es scheint plausibel, dass ein höheres Können mit einer erhöhten Befürwortung der Motive Wettkampf/Messen und Finanzen einhergeht. Um mit einer Sportart erfolgreich Geld zu verdienen, ist es nötig sich ein entsprechend hohes Maß an Fertigkeiten und Fähigkeit anzutrainieren. Das Gleiche gilt, wenn man sich erfolgreich mit anderen messen möchte.

6.6.1.9 Zusammenhang zwischen Trainingshäufigkeit und Motiven

Als nächstes wurde vermutet, dass ein Zusammenhang zwischen der Trainingshäufigkeit pro Woche und den Motiven gegeben ist. Durch die Spearman Korrelation wurde folgende Hypothese untersucht:

H9/0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen der Trainingshäufigkeit pro Woche und den Motiven in MMA.

H9/1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen der Trainingshäufigkeit pro Woche und den Motiven in MMA.

Für die Motivgruppen Verteidigung und Finanzen wurde mit der Variable Trainingshäufigkeit pro Woche ein schwacher Zusammenhang gefunden. Für die restlichen Motive wurde die Nullhypothese beibehalten.

MMA Sportler und Sportlerinnen, welche häufiger die Woche trainieren, sind mehr an einem finanziellen Zugewinn durch den Sport interessiert. Gleichzeitig sind Sportler und

Sportlerinnen, welche häufiger trainieren als andere, weniger am Aspekt der Selbstverteidigung interessiert.

Es scheint sehr verständlich, dass Personen welche durch den Sport Geld verdienen wollen, auch häufiger trainieren als solche, welche kein finanzielles Interesse treibt. Ein Erklärungsversuch für den Umstand, dass Personen, welche häufiger MMA trainieren weniger durch das Ziel der erfolgreichen Selbstverteidigung motiviert sind, könnte sein, dass sie aufgrund eines hohen Trainingspensums schon die Sicherheit verspüren sich verteidigen zu können und dieses Ziel für sie daher schon erreicht scheint.

6.6.1.10 Zusammenhang zwischen Sparring mit der Gefahr Schmerz zu spüren und Motiven

Mittels einer Zusammenhangsprüfung der Motivkategorien Kontakt und Flow mit der Variable Wettkampf/Messen, sollte überprüft werden, ob sich aus vorliegender Studie Indizien finden lassen, welche die Aussagen, dass das Besondere an MMA das Sparring mit der Gefahr Schmerz zu spüren ist und dies den sozialen Kontakt als auch den Flow Zustand begünstige, bekräftigen. Die zu überprüfende Hypothese lautet:

> *H10/0: Es gibt keinen Zusammenhang zwischen den Motiven MMA auszuüben und der Gefahr Schmerz zu spüren während des Sparrings.*
>
> *H10/1: Es gibt einen Zusammenhang zwischen den Motiven MMA auszuüben und der Gefahr Schmerz zu spüren während des Sparrings.*

Die Überprüfung der Hypothese gründet auf der Annahme, dass die Motivkategorie Wettkampf/Messen den Aspekt des Sparrings mit der Gefahr Schmerz zu spüren abdeckt und die Kategorie Flow den Bereich der 100%igen Konzentration und des sich selber Spürens, sowie die Kategorie Kontakt, das Kennenlernen von Trainingspartnern und -partnerinnen widerspiegelt.

Die Untersuchung mittels Spearman Korrelation ergibt einen signifikanten Zusammenhang zwischen den Motiven Wettkampf/Messen und Flow, allerdings keinen signifikanten Unterschied zwischen den Motiven Wettkampf/Messen und Kontakt.

Es lässt sich daher sagen, dass je mehr Personen ihre Motivation den MMA Sport zu betreiben im gegenseiteigen Messen sehen, desto höher sie auch den Aspekt des Flow

Zustandes schätzen. Auf Grundlage dessen, kann man vorsichtig von einem Indiz sprechen, welches die Aussage, dass das Sparring mit der Gefahr Schmerz zu spüren einen Flow Zustand begünstigt, bekräftigt.

Die Annahme, dass das Sparring mit der Gefahr Schmerz zu spüren den sozialen Kontakt zu den Trainingskollegen und -kolleginnen fördert, lässt sich durch vorliegende Untersuchung in keiner Weise aufrecht erhalten.

7 Schlussfolgerung

Im Mittelpunkt dieser Arbeit stand die Untersuchung nach den Motiven von Mixed Martial Arts (MMA) Sportlern und Sportlerinnen in Österreich. Folgende Forschungsfrage wurde aufgestellt:

Was bewegt Menschen in Österreich dazu die Sportart Mixed Martial Arts auszuüben?

Um diese Frage zu erforschen, wurde der aktuelle Stand der Forschung eingehoben. Hierbei ließen sich bis dato zwei Ansätze beobachten: 1.) Ein Ansatz, bei welchem durch die Beobachtung von Kämpfen auf die Motive geschlossen wurde. Hierbei verschwammen die Grenzen zwischen ZuschauerInnenmotiven und SportlerInnenmotiven; 2.) Eine qualitative Herangehensweise in MMA Vereinen. Bei ersterem wurden die Motive durch die Erfüllung eines kriegerischen Männlichkeitsbildes und der Freude an Gewalt erklärt. Der qualitative Ansatz führte zu der Annahme, dass die Herausbildung einer sozialen Gemeinschaft um den MMA Sport, welche auf Werten wie Ehrgeiz, Disziplin und Authentizität beruht, der Beweggrund der Sportler und Sportlerinnen sei. Die vorliegende Arbeit spiegelt einen dritten Ansatz wider, eine empirische Untersuchung, welche mittels Online Fragebogen die Motive der österreichischen MMA Athleten und Athletinnen zu erklären versucht, unter Berücksichtigung der Ergebnisse vorhergehender MMA spezifischer Studien.

Hierfür wurden in Österreich trainierende MMA Sportler und Sportlerinnen eingeladen einen Online Fragebogen auszufüllen. Die Stichprobe umfasste 149 Personen, davon waren 127 männlichen und 22 weiblichen Geschlechtes. 20,8% der Befragten stuften sich als Anfänger/Anfängerin ein, 75% sahen sich im Bereich mäßig fortgeschritten bis fortgeschritten und 4,2% bezeichneten sich als Experten/Expertinnen. Teilnehmer/innen

mussten in Österreich MMA trainieren und mindestens das vierzehnte Lebensjahr erreicht haben.

Neben den Motiven in MMA wurden auch noch andere Daten erhoben. So konnte gezeigt werden, dass vor allem Freunde und Bekannte sowie Angebote im Sportverein den Erstkontakt zur Sportart herstellten. Schulen und Universitäten wurden hierbei am wenigsten genannt. Fragen zur Sportausübung zeigten, dass österreichische MMA Sportler und Sportlerinnen durchschnittlich 10 Monate im Jahr, 3,6 Einheiten pro Woche und 94 Trainingsminuten pro Einheit MMA trainieren. Die Trainingsintensität befindet sich zu 54,2% im hohen und zu 42,4% im mittleren Bereich. Weitere Fragen bezogen sich unter anderem auf den Migrationshintergrund und die Ausübung anderer Sportarten. Die gewonnenen Daten bildeten die Grundlage für die anschließenden Hypothesenprüfungen mittels statistischer Verfahren auf Unterschiede und Zusammenhänge.

Der Fragebogen dieser Studie basiert auf den Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport (BMZI), ein durch mehrere Studien als valides und reliables bestätigtes Forschungsinstrument. Nach einer Prüfung auf Anwendbarkeit für die vorliegende Forschungsarbeit, wurde der Fragebogen überarbeitet und ergänzt. Die gewonnenen Erkenntnisse der Ergebnisse, sowie die sich daraus ergebenden Aussichten für zukünftige Forschungen, sind im Anschluss zusammengefasst.

Die wichtigsten Motive für die Ausübung des MMA Sportes scheinen die Motive Flow und Fitness/Gesundheit zu sein. Demnach wollen MMA Sportler und Sportlerinnen durch das Training in einen Zustand kommen in welchem sie sich ganz auf die Aktivität konzentrieren und das Gefühl bekommen in der Aktivität aufzugehen. Außerdem möchten sie gesund und in einer körperlich guten Verfassung bleiben. Sowohl im Kickboxen, im Karate als auch allgemein im Freizeitsport rangiert das Fitness und Gesundheitsmotiv ganz weit oben. Der Flow Zustand ist auch im Kickboxen ein sehr beliebtes Motiv, im Karate fehlt hierzu eine wissenschaftliche Untersuchung im deutschsprachigen Raum. Um MMA Enthusiasten und Enthusiastinnen bestmögliche Rahmenbedingungen zu schaffen, um den gewünschten Flow Zustand zu erleben, wären zukünftige Forschungen angebracht mit der Fragestellung,

welche konkreten Bedingungen den Sportlern und Sportlerin das Erreichen des Flow Zustandes erleichtern.

Im Mittelfeld der Rangliste der Motive findet sich die Kategorie Verteidigung. Da viele Kampfsportvereine mit der Schulung einer effektiven Selbstverteidigung werben, scheint dieses Resultat verwunderlich. Vor allem auch, weil sich diese mittlere Reihung auch in Karate und Kickboxen zeigt. Personen welche langfristig den MMA Sport ausüben, sehen ihre Motivation nicht hauptsächlich durch den Aspekt der Selbstverteidigung begründet.

Den geringsten Zuspruch fanden die Motive Kontakt, Figur/Aussehen, Finanzen und Rollenerwartung. Sportler und Sportlerinnen in MMA, Karate und Kickboxen messen der sozialen Komponente des Sportes und der Verbesserung des Erscheinungsbildes kaum eine Bedeutung zu. Die Erklärung von Abramson und Mozelewski (2010), dass MMA Sportler und Sportlerinnen MMA trainieren um Teil einer Gemeinschaft zu sein scheint daher fragwürdig. Sowohl in Kickboxen, als auch in MMA fällt bei Frauen die Ablehnung für das Motiv Figur/Aussehen etwas geringer aus als bei den Männern. In Kickboxen hat für Frauen allerdings die soziale Komponente mehr Bedeutung als für Männer. Die große Ablehnung der Männer für das Motiv, den MMA Sport auszuüben um einem kriegerischen Männlichkeitsbild gerecht zu werden, zeigt deutlich, dass dieser Erklärungsansatz zu recht von Abramson und Mozelewski (2010) verworfen wurde.

Die gesammelten Daten über die Motive wurden daraufhin getestet, ob unterschiedliche Gruppen sich bezüglich der Motive voneinander signifikant unterscheiden. Gruppierungsvariablen waren das Geschlecht, die Sportausübung anderer Sportarten neben MMA, eine Vorstellung über MMA vor Trainingsbeginn und der Migrationshintergrund der Teilnehmer und Teilnehmerinnen. Bezüglich des Geschlechts zeigte sich, dass Frauen dem Aspekt Ablenkung/Katharsis mehr Bedeutung, dem Motiv Figur/Aussehen etwas weniger Bedeutung und dem finanziellen Motiv noch weniger Bedeutung widmen als es Männer tun. Personen, welche ausschließlich MMA trainieren, scheint das Motiv der Fitness/Gesundheit und der Ablenkung/Katharsis wichtiger zu sein als Personen, welche auch andere Sportarten ausüben. Hinsichtlich der Athleten und Athletinnen, welche eine Vorstellung von MMA vor Trainingsbeginn hatten, lässt sich feststellen, dass diese die Ästhetik der Bewegung und die

Freude an dieser mehr schätzen, als Personen ohne Vorstellung. Der Migrationshintergrund der Teilnehmer und Teilnehmerinnen konnte im Bereich der Finanzen zeigen, dass Personen ohne Migrationshintergrund den Sport noch weniger deswegen trainieren, um damit Geld zu verdienen, als Personen mit Migrationshintergrund dies schon nicht tun.

Zusätzlich zu den Tests auf Unterschiede, wurden die Motive auf Zusammenhänge überprüft, mit den Kategorien Alter, Ausbildungsniveau, Können und Trainingshäufigkeit pro Woche. Es zeigte sich: je höher das Alter der Teilnehmer und Teilnehmerinnen, desto unbedeutender ist es über MMA Geld zu verdienen. Ebenso wurde festgestellt, dass ein höheres Ausbildungsniveau mit einer noch deutlicheren Absage bezüglich des Ziels durch MMA Geld zu verdienen einhergeht, sowie auch die Ablehnung gegenüber dem Motiv der Erfüllung der männlichen Rollenerwartung steigt. Je höher das Können der MMA Sportler und Sportlerinnen an, desto größer ist auch das Interesse sich mit anderen zu messen und über den Sport Geld zu erwirtschaften. Das Motiv der Fitness/Gesundheit und des körperlichen Erscheinungsbildes sinkt allerdings mit einem Anstieg der Fähig- und Fertigkeiten im Sport. Je häufiger eine Person MMA trainiert, umso mehr hat sie Interesse sich finanziell durch den Sport zu bereichern und umso uninteressanter wird das Motiv der Verteidigung.

Eine weitere Analyse und Interpretation der Daten fand mit Hinsicht auf den Migrationshintergrund und der Frage nach der Bedeutung des Sparrings statt. 44,7% der Befragten gaben an einen Migrationshintergrund zu besitzen. Von diesen Personen gab die überwältigende Mehrheit von 85,2% an, dass dieser keinen Einfluss auf ihre Sportwahl MMA auszuüben hatte. Diese Angabe wurde durch die Überprüfung der Motive auf Unterschiede zwischen Personen mit und ohne Migrationshintergrund bestätigt, da hier nur in der Kategorie Finanzen ein Unterschied zu erkennen war. Dennoch stellt sich die Frage, wieso gerade im Kampfsport die Anzahl der Personen mit Migrationshintergrund deutlich höher ist, als in einer Vielzahl anderer Sportarten. Weitere Forschungen wären hierzu notwendig um zu klären, ob es einen kausalen Zusammenhang gibt mit einer in dieser Forschung nicht vorgekommenen Variable, wie etwa den Einstieg in die Sportart über Vorbilder oder den Stellenwert der Sportart in der Peer-Community oder ob es sich um ein zufälliges Phänomen handelt. Hinsichtlich des Sparrings konnte gezeigt werden, dass knapp

unter der Hälfte der Teilnehmer und Teilnehmerinnen diesen Trainingsabschnitt mit der Gefahr des Schmerzes als etwas Besonderes im MMA sehen und dass dieser ihnen möglicherweise hilft in einen Flow Zustand zu gelangen. Es wurde auch festgestellt, dass keine empirischen Ergebnisse darauf hindeuten, dass das Sparring den sozialen Kontakt zwischen den Sportlern und Sportlerinnen fördere, wie es in der Literatur (Green 2011) vorgestellt worden ist.

Welche Bedeutung kann den in dieser Arbeit vorgestellten Ergebnissen zugesprochen werden um mehr Menschen für die Sportart MMA zu begeistern? Da Schulen und Universitäten nur zu einem überaus geringen Maß zu einem Einstieg in die Sportart führen, können Vereine vielleicht auch in diesem Bereich ansetzen. Vor allem, da es in einigen Schulen eine große Nachfrage nach geregelten Raufspielen und Selbstverteidigungstraining gibt. Da Flow und Fitness/Gesundheit zu den meist genannten Motiven gehören, sollte sich auch das Training und die Bewerbung der Sportart auf diese Bereiche konzentrieren. Bezüglich des Gesundheit Motivs ist die Ausbildung der Trainer und Trainerinnen von besonderer Bedeutung. Eine geregelte Ausbildung erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass das Training verletzungsprophylaktisch und gesundheitsförderlich abgehalten wird, ansonsten könnten unvorteilhafte Bewegungsausführungen die Gesundheit der Sportler und Sportlerinnen auf lange Sicht sogar schädigen.

Literatur

Abramson, C. M. & Modzelewski, D. (2010). Caged Morality: Moral Worlds, Subculture, and Stratification Among Middle-Class Cage-Fighters. *Qualitative Sociology*. 34, 143-175.

Aumann, A. & Leonardis, Franco de. (2014). *Solodrills im Kampfsport. Verbesserung von Koordination & Technik.* Aachen: Meyer & Meyer Verlag.

Baca, A. (2011). *BA3I Einführung in die Statistik*. (3., neu bearb. Aufl.). Manuskript einer Vorlesung an der Universität Wien.

Birrell, S. (1981). Sport as ritual: Interpretations from Durkheim to Goffman. *Social Forces*, 60, 354–376.

Breton, D.L. (2000) Playing symbolically with death in extreme sports, *Body & Society* 6(1), 1–10.

Breton, D.L. (2004) The anthropology of adolescent risk taking behaviours, *Body & Society* 10(1): 1–15.

Brunstein, J. (2006). Implizite und explizite Motive. In H. Heckhausen, & J. Heckhausen (Hrsg.), *Motivation und Handeln* (S. 235-253). Heidelberg: Springer.

Bühl, A., & Zöfel, P. (2005). *SPSS 12 : Einführung in die moderne Datenanalyse unter Windows* (9., überarb. und erw. Aufl. ed.). München: Pearson Studium.

Bühner, M. (2004). Einführung in die Test- und Fragebogenkonstruktion. München: Pearson.

Brown, H. D. & Abeywickrama, P. (2010). *Language assessment: Principles of classroom practices*. (2nd ed.). New York: Pearson Longman.

Conzelman A., Lehnert, K. & Sudeck, G. (2011). BMZI – Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport. *Diagnostica*. 57(3), 146 – 159.

Conzelmann, A., Lehnert, K., Schmid, J. & Sudeck, G. (2012). *Das Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport. Anleitung zur Bestimmung von Motivprofilen und motivbasierten Sporttypen*. Bern: Universität Bern, Institut für Sportwissenschaft

Crudelli, C. (2008). *Die Kunst des Kampfes. 300 Kampfsportarten – Tradition, Entwicklung, Techniken.* London: Dorling Kindersley Limited.

Diekmann, A. (2005). *Empirische Sozialforschung. Grundlagen, Methoden, Anwendungen*. Reinbek: Rowohlt.

Donas, A. (2000). *Die sportliche Identität österreichischer Kickboxer*. Wien: Universität Wien, Institut für Sportwissenschaft.

Elias, N. & Dunning, E. (1986). *Quest for Excitement*. Oxford: Basil Blackwell.

Folladori, Harald. (2017, Jänner). Wort Martial Arts Committee Amateur Regelwerk für Turniere (Version 4.3). Zugriff am 04.April 2017 unter http://wmac-world.com/wp-content/uploads/2014/10/3-WMAC-Rules-Version-DE-4.3-Kick-u-Thaiboxen.pdf

Fischer, C., Hout, M., Sánchez Jankowski, M., Lucas, S., Swidler, A., & Voss, K. (1996). Inequality by design: Cracking the bell curve myth. Princeton: Princeton University Press.

Gabler, H. (1986). *Motivationale Aspekte sportlicher Handlungen*. In O. Grube (Hrsg.), Einführung in die Sportpsychologie, Teil 1: Grundthemen (S. 197–245). Schorndorf: Hofmann.

Gabler, H. (2002). *Motive im Sport*. Schorndorf: Hofmann.

Green, K. (2011). It hurts so it is real: sensing the seduction of mixed martial arts. *Social & Cultural Geography*. 12(4), 377-396.

Hamilton, J. (2011). *Inside the Octagon*. Edina, Minn: Abdo Publishing.

Hopton, J. (2002). Combat sports: Validation of male violence or solution to a crisis of masculinity. Paper presented at the Gender, Sexuality, and the Law International Conference.

Jones, P. (2014). *Ultimate Fighting : The Brains and Brawn of Mixed Martial Arts*. Minneapolis: Millbrook Press.

Kleinbeck, U. (2006). Handlungsziele. In H. Heckhausen, & J. Heckhausen (Hrsg.), *Motivation und Handeln* (S. 255-276). Heidelberg: Springer.

Kral, K. (2009). *Gesundheitsbezogene Wirkungen von asiatischen Kampfkünsten am Beispiel der Sportart Karate in Österreich. Das fernöstliche Bewegungskonzept als multiples Instrument zur Förderung der Gesundheit: eine empirische Studie*. Wien: Universität Wien, Institut für Sportwissenschaft.

Nitsch, J.R. (2004). Die handlungstheoretische Perspektive: ein Rahmenkonzept für die sportpsychologische Forschung und Intervention. *Zeitschrift für Sportpsychologie, 11*, 10–24.

Lawler, J. (2002) *Punch! Why Women Participate in Violent Sports*. Terre Haute: Wish Publishing.

Martin, K. (1998). Becoming a gendered body: Practices of preschools. *American Sociological Review*, 63, 494–511.

McCaughey, M. (1997) *Real Knockouts: The Physical Feminism of Women's Self-defense*. New York: New York University Press.

McClelland, D. C. (1985). *Human motivation*. Glenview, IL: Scott, Foresman and Co.

Miller, M. (2008) Ultimate cash machines, Forbes.com, 5 May. *Wall Street Journal* (2009) Mixed martial arts: perfectly packaged violence, 8 Aug.

Medienservicestelle (2014, 23. Juli). Fußball: Viele Migranten im österreichischen Nachwuchs. Zugriff am 04. Mai 2017 unter http://medienservicestelle.at/migration_bewegt/2014/07/23/fussball-viele-migranten-im-oesterreichischen-nachwuchs/

Messner, M. (1989). Masculinities and athletic careers. *Gender and Society*, 3, 71–88.

Messner, M. (1990). When bodies are weapons: Masculinity and violence in sport. *Sociology of Sport Journal,* 25, 203–218.

Messner, M. (2002). *Taking the field: Women, men, and sports*. Minneapolis: University of Minnesota Press.

Moosbrugger, H., & Kelava, A. (2012). *Testtheorie Und Fragebogenkonstruktion*. Berlin, Heidelberg : Springer.

Universität Innsbruck (2008, 02. Juli). Integration von MigrantInnen durch Sportvereine - Realität oder Illusion? Zugriff am 04.Mai 2017 unter https://www.uibk.ac.at/ipoint/news/uni_und_gesellschaft/600248.html

Pehböck, F. (2016). *Motive im Kickboxen. Eine empirische Untersuchung kickboxspezifischer Motivstrukturen*. Wien: Universität Wien, Institut für Sportwissenschaft.

Raithel, J. (2008). *Quantitative Forschung : Ein Praxiskurs*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Rockenschaub, O. (2015). *Motivstrukturen im Fußball: eine quantitative Erhebung unter Fußballspielern in Österreich*. Wien: Universität Wien, Institut für Sportwissenschaft.

Settelmeyer, Anke; Erbe, Jessica. (2010). Migrationshintergrund. Zur Operationalisierung des Begriffs in der Berufsbildungsforschung. *Wissenschaftliches Diskussionspapier* 112. Bonn: Bundesinstitut für Berufsbildung.

Schüler, J., Brunner, S. & Steiner, M. (2009). Different effects of activity- and purpose-related incentives on commitment and well-being in the domain of sports. Athletic Insight. *The Online Journal of Sport Psychology*, 11, 2.

The Guardian. (2016, 11.Juli). UFC sold for $4bn with Dana White to stay on as president. Zugriff am 06. April 2017 unter https://www.theguardian.com/sport/2016/jul/11/ufc-sale-4bn-dana-white-wme-img.

Thielsch, M. T. & Weltzin, S. (2009). *Online-Befragungen in der Praxis*. In T. Brandenburg & M. T. Thielsch (Hrsg.), Praxis der Wirtschaftspsychologie: Themen und Fallbeispiele für Studium und Praxis(S. 69-85). Münst: MV Wissenschaft.

Thorne, B. (1993). *Gender play: Girls and boys in school*. New Brunswick: Rutgers University Press.

Wiesböck, A. (2017, Jänner). Österreichischer Karatebund - Wettkampfregeln Kumite und Kata (Version 9). Zugriff am 04. April 2017 unter http://karate austria.at/de/download/16

Winroither, E. (2016). Mit Fäusten gegen die Radikalisierung. *Die Presse*. 1. Zugriff am 21.11.2016 unter http://diepresse.com/home/panorama/oesterreich/4993526/Mit-Faeusten-gegen-die-Radikalisierung#

World Taekwondo Federation. (2015, 15. September) Standing Procedures for Taekwondo competition at Olympic games. Zugriff am 04. April 2017 unter http://www.worldtaekwondofederation.net/wp-content/uploads/2016/10/WTF-Standing-Procedures-for-Taekwodno-Competition-at-Olympic-Games-Sept.-15-2015.pdf

WZ Online, APA, dpa. (2016). Menschliche Hahnenkämpfe als Milliardengeschäft. *Wiener Zeitung*. 1. Zugriff am 26.11.2016 unter http://www.wienerzeitung.at/nachrichten/sport/mehr_sport/831040_Menschliche-Hahnenkaempfe-als-Milliarden-Geschaeft.html

Tabellenverzeichnis

Tab. 1: Klassifizierung und Vielfalt der Motive im Sport 10
Tab. 2: Merkmale zur Klassifizierung von Motiven im Sport 11
Tab. 3: Subdimensionen des Motiv- und Zielinventars sowie Itemformulierungen 12
Tab. 4: Motive im Karate 20
Tab. 5: Motive in Kickboxen 21
Tab. 6: MMA Vereine per Bundesland 7
Tab. 7: die sechs ermittelten Subskalen des BMZI (23 Items) 36
Tab. 8: Übersicht erweiterter Subskalen (32 Items) 40
Tab. 9: Geschlecht (n=149) 42
Tab. 10: Alter (n=149) 42
Tab. 11: höchste abgeschlossene Ausbildung (n=149) 43
Tab. 12: Erstkontakt mit MMA (n=149) 43
Tab. 13: Bewertung der MMA Vorstellung vor Trainingsbeginn (n=56) 45
Tab. 14: Vorstellung von MMA und Erklärung, Bewertung 45
Tab. 15: Bundesland 48
Tab. 16: Jahre der Ausübung (n=149) 49
Tab. 17: Anzahl der Monate in denen durchschnittlich MMA trainiert wird (n=149) 49
Tab. 18: Anzahl der MMA Einheiten pro Woche (n=149) 50
Tab. 19: Trainingsdauer pro MMA Einheit (n=149) 51
Tab. 20: Intensität des MMA Trainings (n=149) 51
Tab. 21: Einschätzung des Könnens (n=149) 52
Tab. 22: Wettkampfteilnahme(n=149) 52
Tab. 23: Konkretisierung der anderen Sportarten (n=110) 53
Tab. 24: Monatsanzahl jeglicher sportlicher Betätigung (n=149) 54
Tab. 25: Einheiten pro Woche jeglicher sportlicher Aktivität (n=149) 55
Tab. 26: Trainingsdauer jeglicher sportlicher Aktivität (n=149) 55
Tab. 27: Positive Rückmeldungen sei MMA Trainingsbeginn 56
Tab. 28:Negative Erlebnisse in MMA seit Trainingsbeginn 60
Tab. 29: Rollenerwartung ♂ in MMA (n=127) 63

Tab. 30: Schmerz als besonderes Element im MMA (n=144) 63
Tab. 31: Übersicht der Aussagen zur Gefahr des Schmerzes im MMA Sparring..... 64
Tab. 32: Migrationshintergrund (n=149)..... 66
Tab. 33: Einfluss des Migrationshintergrundes auf Sportwahl 66
Tab. 34: Erklärungen zur Beeinflussung des Migrationshintergrundes auf die MMA Sportwahl..... 67
Tab. 35: Erklärungen wieso der Migrationshintergrund keinen Einfluss auf die MMA Sportwahl hat..... 68
Tab. 36: Mittelwert einzelner Motive in MMA..... 70
Tab. 37: selbstformulierte Motive für MMA 73
Tab. 38: Mittelwerte der Subskalen..... 74
Tab. 39: Unterschiede zwischen ♂ und♀ bei den Motive..... 75
Tab. 40: Unterschied zwischen MMA Sportlern und Sportlerinnen mit und ohne Ausübung einer anderen Sportart..... 77
Tab. 41: Unterschiede zwischen Sportler und Sportlerinnen mit einer bestimmten Vorstellung über das MMA Training: 79
Tab. 42: Unterschied in den Motiven zwischen Menschen mit Migrationshintergrund und Menschen ohne Migrationshintergrund..... 81
Tab. 43: Unterschiede zwischen den Geschlechtern bei der Frage nach der Bedeutung von Schmerz in MMA 82
Tab. 44: Zusammenhang zwischen Alter und Motiven..... 84
Tab. 45: Zusammenhang zwischen Ausbildungsgrad und Motiven..... 84
Tab. 46: Zusammenhang zwischen selbsteingestuften Können und Motiven..... 86
Tab. 47: Zusammenhang zwischen Trainingshäufigkeit und Motiven 87
Tab. 48: Zusammenhänge zwischen den Motiven und der Bedeutung von Schmerz in MMA 89

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1: Haupt- und Nebengütekriterien (Bühner, 2004, S.35) 29
Abb. 2: die Gefahr des Schmerzes als Begünstigung Trainingspartner kennenzulernen. ... 65
Abb. 3: die Gefahr des Schmerzes als Begünstigung Schmerz auszuhalten und zu durchkämpfen 65
Abb. 4: Die Gefahr des Schmerzes als Begünstigung um sich auf den Moment zu fokussieren 65

Fragebogen

Motive im Mixed Martial Arts

Liebe Sportlerinnen - Liebe Sportler

Im Rahmen meiner Diplomararbeit beschäftige ich mich mit dem Thema „Motive im Mixed Martial Arts".

Ich möchte dabei herausfinden, was Menschen dazu bewegt Mixed Martial Arts zu trainieren und welche Motive für die Ausübung dieser Sportart verantwortlich sind.

Ziel ist es, Erkenntnisse über die Situation in Österreich zu gewinnen und diese möglicherweise als Grundlage für zukünftige Initiativen der sportlichen Förderung nutzen zu können.

Da es hierbei um deine persönliche Meinung geht, gibt es keine richtigen oder falschen Antworten. Ebenso werden die Daten anonym und stets vertraulich behandelt. Ich bitte dich daher um ehrliche und vollständige Antworten, sodass eine verlässliche Auswertung und ein repräsentatives Ergebnis erzielt werden können. Bitte nimm dir die Zeit um den Fragebogen vollständig auszufüllen.

Für die Teilnahme an der Umfrage ist es egal, wie lange du Mixed Martial Arts trainierst . Einzige Voraussetzung ist, dass du Mixed Martial Arts in Österreich ausübst oder hier lebst.

Nach Beendigung des Fragebogens hast du die Möglichkeit deine e-mail-Adresse anzugeben. Diese wird getrennt vom Fragebogen gespeichert (d.h. es können keine Rückschlüsse auf die Antworten gezogen werden) und dient dazu, dir die Ergebnisse der Studie zukommen zu lassen.

Bei Fragen kannst du uns gerne per Mail kontaktieren: forschung.sportpsychologie@univie.ac.at

Dauer für diesen Fragebogen: ca. 15 min

Vielen Dank für deine Mithilfe!

Jakob Poschner Dr. Clemens Ley

Mit dem Klicken auf „Weiter", erkläre ich meine freiwillige Teilnahme an der Studie und mein Einverständnis, dass die Daten für wissenschaftliche Zwecke anonym genutzt werden können.

Diese Umfrage enthält 43 Fragen.

Persönliche Daten

[]Geschlecht *

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ○ weiblich
- ○ männlich

[]Alter (...in Jahren) *

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

[]Welche ist deine höchste abgeschlossene Ausbildung? *

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ○ Pflichtschule
- ○ Lehre
- ○ Meister
- ○ Berufsbildende Schule ohne Matura
- ○ Berufsbildende Schule mit Matura (HAK, HTL, HBLA, ...)
- ○ Allgemeinbildende höhere Schule
- ○ Fachhochschule
- ○ Universität
- ○ Sonstiges

Motive (1)

[]

Als Kernstück der Studie möchten wir herausfinden, welche Motive dafür verantwortlich sind, dass du MMA trainierst. Kreuze an, inwieweit die folgenden Aussagen auf dich zutreffen.

Ich praktiziere MMA ... *

Bitte wählen Sie die zutreffende Antwort für jeden Punkt aus:

	1 = trifft gar nicht zu	2	3	4	5 = trifft völlig zu
... um mich in körperlich guter Verfassung zu halten.	○	○	○	○	○
... vor allem um fit zu sein.	○	○	○	○	○
... vor allem aus gesundheitlichen Gründen.	○	○	○	○	○
... um meinen Körper zu stärken.	○	○	○	○	○
... um abzunehmen.	○	○	○	○	○
... um mein Gewicht zu regulieren.	○	○	○	○	○
... wegen meiner Figur.	○	○	○	○	○
... um mit anderen gesellig zusammen zu sein. (um freundschaftlich Zeit zu verbringen)	○	○	○	○	○
... um etwas in einer Gruppe zu unternehmen.	○	○	○	○	○
... um dabei Freunde/Bekannte zu treffen.	○	○	○	○	○
... um dadurch neue Menschen kennen zu lernen.	○	○	○	○	○
... um durch den Sport neue Freunde zu gewinnen.	○	○	○	○	○
... um Ärger und Gereiztheit abzubauen.	○	○	○	○	○
... weil ich mich so von anderen Problemen ablenke.	○	○	○	○	○
... um Stress abzubauen.	○	○	○	○	○
... um meine Gedanken im Kopf zu ordnen.	○	○	○	○	○
... um mich zu	○	○	○	○	○

entspannen.					
... vor allem aus Freude an der Bewegung.	○	○	○	○	○
... um neue Energie zu tanken.	○	○	○	○	○
... wegen dem Glücksgefühl während der Ausübung.	○	○	○	○	○
... weil ich im Wettkampf aufblühe.	○	○	○	○	○
... um mich mit anderen zu messen.	○	○	○	○	○
... um sportliche Ziele zu erreichen.	○	○	○	○	○
... wegen des Nervenkitzels.	○	○	○	○	○
... weil mich die direkte Auseinandersetzung mit dem Gegner reizt.	○	○	○	○	○
... weil es mir Freude bereitet, die Schönheit der menschlichen Bewegung im Sport zu erleben.	○	○	○	○	○
... weil mir Sport die Möglichkeit für schöne Bewegungen bietet.	○	○	○	○	○
... um in einen Zustand zu kommen in dem alles herum keine Rolle spielt.	○	○	○	○	○
... um vollkommen in der Aktivität aufzugehen (Flow Zustand= während dem MMA denke ich nur an MMA und fühle mich gut dabei).	○	○	○	○	○
... weil beim MMA meine Fähigkeiten mit den Anforderungen im Einklang sind.	○	○	○	○	○
.. weil dabei nur der Moment zählt und meine Gedanken auf die Aktivität fokussiert sind. (weil ich mich 100% konzentrieren muss	○	○	○	○	○
... um meiner Angst in Notsituationen entgegenwirken zu können.	○	○	○	○	○
... um mich im Notfall besser verteidigen zu können.	○	○	○	○	○
... um mich vor Angreifern zu schützen.	○	○	○	○	○
... um meine Angst vor körperlichen Übergriffen					

zu mildern. (um weniger Angst vor Angriffen zu haben)	○	○	○	○	○
... um den Sport zum Beruf zu machen.	○	○	○	○	○
... um damit Geld zu verdienen .	○	○	○	○	○

[] *

Beantworten Sie diese Frage nur, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:
Antwort war 'männlich' bei Frage '1 [G1_Q0001]' (Geschlecht)

Bitte wählen Sie die zutreffende Antwort für jeden Punkt aus:

	1 = trifft gar nicht zu	2	3	4	5 = trifft völlig zu
... weil ich von mir als Mann erwarte, mich und andere verteidigen zu können.	○	○	○	○	○
... weil man kein richtiger Mann ist, wenn man keinen Kampfsport kann.	○	○	○	○	○
... weil es zum Mann sein dazugehört, kämpfen zu können.	○	○	○	○	○
... weil meine Eltern/ Freunde von mir als Mann erwarten, dass ich Kampfsport trainiere.	○	○	○	○	○

[]Wurde dein Bild bzw. deine Vorstellung vom MMA im Laufe der Zeit bestätigt? *

Beantworten Sie diese Frage nur, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:
Antwort war 'Ja' bei Frage '21 [G5_Q0003]' (Als du mit dem MMA begonnen hast - hattest du eine bestimmte Vorstellung davon, was dich erwartet, bzw. ein bestimmtes Bild von dieser Sportart?)

Bitte wählen Sie die zutreffende Antwort für jeden Punkt aus:

	1 = gar nicht bestätigt	2	3	4	5 = völlig bestätigt
Mein Bild bzw. meine Vorstellung wurde...	○	○	○	○	○

[]Möglichkeit dies genauer zu erklären:

Beantworten Sie diese Frage nur, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:
Antwort war '2' *oder* '1 = gar nicht bestätigt' *oder* '3 ' *oder* '4' *oder* '5 = völlig bestätigt' bei Frage '23 [G5_Q0005]' (Wurde dein Bild bzw. deine Vorstellung vom MMA im Laufe der Zeit bestätigt? (Mein Bild bzw. meine Vorstellung wurde...)) *und* Antwort war '2' *oder* '1 = gar nicht bestätigt' *oder* '3 ' *oder* '4' *oder* '5 = völlig bestätigt' bei Frage '23 [G5_Q0005]' (Wurde dein Bild bzw. deine Vorstellung vom MMA im Laufe der Zeit bestätigt? (Mein Bild bzw. meine Vorstellung wurde...)) *und* Antwort war '2' *oder* '1 = gar nicht bestätigt' *oder* '3 ' *oder* '4' *oder* '5 = völlig bestätigt' bei Frage '23 [G5_Q0005]' (Wurde dein Bild bzw. deine Vorstellung vom MMA im Laufe der Zeit bestätigt? (Mein Bild bzw. meine Vorstellung wurde...)) *und* Antwort war '2' *oder* '1 = gar nicht bestätigt' *oder* '3 ' *oder* '4' *oder* '5 = völlig bestätigt' bei Frage '23 [G5_Q0005]' (Wurde dein Bild bzw. deine Vorstellung vom MMA im Laufe der Zeit bestätigt? (Mein Bild bzw. meine Vorstellung wurde...)) *und* Antwort war '2' *oder* '1 = gar nicht bestätigt' *oder* '3 ' *oder* '4' *oder* '5 = völlig bestätigt' bei Frage '23 [G5_Q0005]' (Wurde dein Bild bzw. deine Vorstellung vom MMA im Laufe der Zeit bestätigt? (Mein Bild bzw. meine Vorstellung wurde...))

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

[]Seitdem du mit dem MMA begonnen hast, an welche POSITIVEN Erlebnisse und/oder motivierende Faktoren zu MMA kannst du dich erinnern? (keine Pflichtangabe)

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

[]Seitdem du mit dem MMA begonnen hast, an welche NEGATIVEN Erlebnisse und/oder demotivierende Faktoren zu MMA kannst du dich erinnern? (keine Pflichtangabe)

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

Schmerz und MMA

[]Stimmst du der folgenden Aussage zu: "Das Besondere an MMA ist das Sparring mit der Gefahr Schmerz zu spüren". *

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ○ Ja
- ○ Nein
- ○ Unsicher

Eine Studie aus den USA meint, dass MMA im Vergleich zu anderen Sportarten besonders ist, weil man im Sparring gegeneinander kämpft und die Schläge und Würger die Gefahr von Schmerzen und Verletzungen bedeuten. Deshalb ist man, zum Beispiel, gezwungen sich 100% zu konzentrieren.

[]

Wie sehr stimmst du den folgenden Aussagen zu?

Das Besondere am MMA ist das Sparring mit der Gefahr Schmerz zu spüren, was dazu führt... *

Beantworten Sie diese Frage nur, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:
Antwort war 'Unsicher' *oder* 'Ja' bei Frage '27 [G6_Q0001]' (Stimmst du der folgenden Aussage zu: "Das Besondere an MMA ist das Sparring mit der Gefahr Schmerz zu spüren".) *und* Antwort war 'Unsicher' *oder* 'Ja' bei Frage '27 [G6_Q0001]' (Stimmst du der folgenden Aussage zu: "Das Besondere an MMA ist das Sparring mit der Gefahr Schmerz zu spüren".)

Bitte wählen Sie die zutreffende Antwort für jeden Punkt aus:

	1 = stimme gar nicht zu	2	3	4	5 = stimme völlig zu
, dass ich 100% konzentriert bin und mich selber spüre.	○	○	○	○	○
, dass ich Schmerz aushalten und durchkämpfen muss.	○	○	○	○	○
, meine Trainingspartner besser kennen zu lernen.	○	○	○	○	○

Andere Sportarten

[]Übst du neben dem MMA noch andere Sportarten aus? *

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ○ Ja
- ○ Nein

Auch wenn du neben MMA noch andere Kampfsportarten wie Ringen, Karate, etc. trainierst klicke bitte auf JA.

[]Welche Sportarten? *

Beantworten Sie diese Frage nur, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:
Antwort war 'Ja' bei Frage '29 [G7_Q0001]' (Übst du neben dem MMA noch andere Sportarten aus?)

Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus:

- ☐ Wintersport (Skifahren, Langlaufen, Snowboarden etc.)
- ☐ Mannschafts-/Ballsport (Basketball, Handball, Volleyball, etc.)
- ☐ Bergsport (Klettern, Bergsteigen, Wandern)
- ☐ Geräteturnen, Akrobatik, Slackline, Freerunning, Le Parcour, etc.
- ☐ Skateboarden
- ☐ Kampfsport (Judo, Karate, etc.)
- ☐ Leichtathletik
- ☐ Rückschlagspiele (Tennis, Tischtennis, Badminton, Squash)
- ☐ Radsport (Mountainbike, Rennrad, etc.)
- ☐ Surfen (Kitesurfen, Windsurfen, Wellenreiten), Segeln
- ☐ Tanzsport
- ☐ Golf
- ☐ Wassersport (Schwimmen, Turmspringen, etc.)
- ☐ Yoga, Pilates
- ☐ Fitnesstraining (Krafttraining, Group Fitness)
- ☐ Reitsport
- ☐ Andere Sportart

[]Welche weiteren Sportarten übst du aus, die oben nicht genannt wurden? *

Beantworten Sie diese Frage nur, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:
Antwort war 'Andere Sportart' bei Frage '30 [G7_Q0002]' (Welche Sportarten?)

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

[]An wie vielen Monaten im Jahr bist du sportlich aktiv (jegliche moderate und intensive körperliche Aktivität)? *

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

[]Wie viele Einheiten pro Woche bist du insgesamt sportlich aktiv (jegliche moderate und intensive körperliche Aktivität)? *

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

[]Wie lange bist du pro Einheit (in Minuten) sportlich aktiv (jegliche moderate und intensive körperliche Aktivität)? *

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

Migrationshintergrund

In folgenden Fragen möchten wir mehr über deinen Migrationshintergrund erfahren. Wir möchten damit ermitteln, ob unterschiedliche kulturelle Einflüsse die Motive MMA zu trainieren beeinflussen.

[]Hast du einen Migrationshintergrund?

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ○ Ja
- ○ Nein

Bist du oder deine Eltern nach Österreich eingewandert?

[]In welchem Land ist deine Mutter geboren?

Beantworten Sie diese Frage nur, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:
Antwort war 'Ja' bei Frage '35 [G8_Q0001]' (Hast du einen Migrationshintergrund?)

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

[]In welchem Land ist dein Vater geboren?

Beantworten Sie diese Frage nur, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:
Antwort war 'Ja' bei Frage '35 [G8_Q0001]' (Hast du einen Migrationshintergrund?)

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

[]

Glaubst du, dass dein Migrationshintergrund dich beeinflusst hat den MMA-Sport zu trainieren?

Wenn Ja, begründe bitte wie?

Beantworten Sie diese Frage nur, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:
Antwort war 'Ja' bei Frage '35 [G8_Q0001]' (Hast du einen Migrationshintergrund?)

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ○ Ja
- ○ Nein

Bitte schreiben Sie einen Kommentar zu Ihrer Auswahl

Feedback

[]Möchtest du zu diesem Thema noch etwas mitteilen, das im Fragebogen nicht erfragt wurde?

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:

[]Wie verständlich war für dich der Fragebogen?

Bitte wählen Sie die zutreffende Antwort für jeden Punkt aus:

	1 = gar nicht verständlich	2	3	4	5 = sehr verständlich
Der Fragebogen war...	○	○	○	○	○

[]Wie lange war der Fragebogen für dich?

Bitte wählen Sie die zutreffende Antwort für jeden Punkt aus:

	1 = zu lange	2	3	4	5 = zu kurz
Der Fragebogen war...	○	○	○	○	○

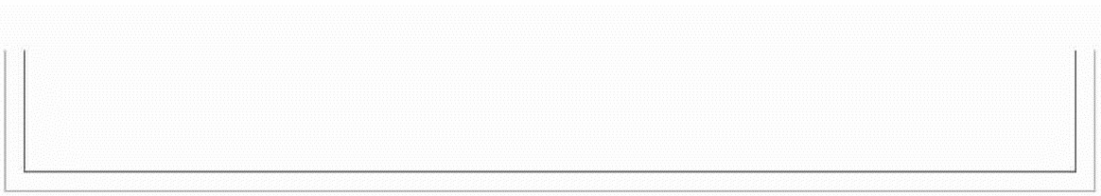
[]Wie sehr hast du dich bemüht, den Fragebogen ehrlich zu beantworten?

Bitte wählen Sie nur eine der folgenden Antworten aus:

- ○ Ich habe mich bemüht, die Fragen ehrlich zu beantworten.
- ○ Ich war neugierig, worum es in dem Fragebogen geht und habe mich nur durch die Fragen "durchgeklickt".

[]Sonstige Anmerkungen zum Fragebogen:

Bitte geben Sie Ihre Antwort hier ein:



Vielen Dank für deine Mithilfe!

Wenn du über die Ergebnisse dieser Studie informiert werden möchtest, klicke hier

05.04.2017 – 13:35

Übermittlung Ihres ausgefüllten Fragebogens:
Vielen Dank für die Beantwortung des Fragebogens.