
Performance in der Musik und im Sport

Wie ähnlich sind sich Berufsmusiker und Leistungssportler?

ANDREAS LAU UND OLIVER STOLL (HALLE/SAALE)

Zusammenfassung

Sowohl Berufsmusiker als auch Leistungssportler müssen professionell üben bzw. trainieren, um regelmäßig ihre individuelle künstlerische bzw. sportliche Leistungsfähigkeit innerhalb einer Ensembleleistung unter Beweis zu stellen. Diese Gemeinsamkeit beim Leistungsverhalten war Ausgangspunkt einer Vergleichsstudie zwischen A-Orchestermusikern (N = 38) und Basketballspielerinnen der 1. Bundesliga (N = 132). Neben sozio-demografischen Daten der Studienteilnehmer/innen wurden die individuellen wöchentlichen Belastungsumfänge erfasst. Die Ausprägungen der psychischen Merkmale Leistungsmotivation und Streben nach Perfektionismus wurden mittels standardisierter Fragebögen erhoben, um deren Einfluss auf die individuelle Leistungsfähigkeit zu prüfen.

Im Ergebnis ist festzustellen, dass das wöchentliche Pensum von Musikern (Proben, Üben und Auftritte) nahezu doppelt so hoch ausfällt wie das der Basketballspielerinnen. Die psychologischen Ergebnisse zeigen, dass Berufsmusiker sich besonders durch erfolgsorientierte Motivationstendenzen auszeichnen und dass ihre hohe funktionale Einstellung zum selbstverantworteten Perfektionismus die selbsteingeschätzte künstlerische Leistungsfähigkeit stärker zu beeinflussen scheint, als jene perfektionistischen Ansprüche, die von anderen Kollegen ausgehen oder sich auf das Spiel anderer Kollegen beziehen.

Die Studienergebnisse können durchaus als Anlass dazu verstanden werden, auf vorhersehbare Folgen physischer und mentaler Belastung von Orchestermusikern zu verweisen und ein berufsbegleitendes Präventionskonzept einzufordern, wie es im Leistungssport schon längst zum Standard gehört.

Schlüsselwörter

Perfektionismus, Sportpsychologie, Musikpsychologie, Leistung, Selbsteinschätzung

Abstract

Performance in music and in sports – how similar are professional musicians and elite athletes?

Professional musicians as well as peak-performance athletes have to deliberately practice their individual arts or sports skills to prove their expertise. This is common for musicians and athletes and it is the base of our comparable cross-sectional study, which included 38 A-Orchestra musicians and 132 female players of the 1st Basketball-League in Germany. Socio-demographic data, weekly work-load, performance-motivation, tendencies toward individual perfectionism were assessed to analyse a possible influence of these variables to individual performance.

As a main result, we did find that the workload of the musicians is almost 100 % higher than the workload of the athletes. The psychological results show that the musicians score higher in the success-oriented motivational tendencies as well as in perfectionism, which also seems to influence the self-rated artistic performance compared to the artistic ratings of the colleagues in the orchestra.

The study can be understood as a pilot study in the area of demand and workload appraisals in professional musicians, and it underlines the urgent need for developing a concept of prevention, which has become standard in modern sport psychology.

Key Words

Perfectionism, Sport psychology, Music psychology, Performance, Self-evaluation