

# Auftrittsangst bei Musizierenden und die Verbindung zu Selbstwert und Depression

## Music Performance Anxiety and Its Link to Self-Esteem and Depression

CHRISTINE SICKERT (LÜBECK), JAN-PHILIPP KLEIN (LÜBECK), ECKART ALTENMÜLLER (HANNOVER)  
UND DANIEL S. SCHOLZ (LÜBECK)

*Vorgelegt als Bachelorarbeit von Christine Sickert an der Universität zu Lübeck in Zusammenarbeit mit dem Institut für Musikphysiologie und Musiker-Medizin Hannover*

*Ausgezeichnet mit dem Studienpreis 2022 der Deutschen Gesellschaft für Musikphysiologie und Musikermedizin*

### Zusammenfassung

**Hintergrund:** Mit der vorliegenden Studie wurde der Zusammenhang zwischen Selbstwert, Auftrittsangst und Depression bei einer Stichprobe aus deutschsprachigen Musizierenden verschiedener Niveaus untersucht. Auftrittsangst ist ein in der musikalischen Ausbildung eher vernachlässigtes Thema, obwohl es Musizierende des gesamten Leistungsspektrums betrifft. Die Forschungsfrage dieser Studie wurde während der psychotherapeutischen Behandlung von Musizierenden mit Auftrittsangst und Depression entwickelt und untersucht den Zusammenhang von niedrigem Selbstwert mit den genannten zwei psychologischen Konstrukten.

**Methoden:** Ein online-Fragebogen bestehend aus der Rosenberg-Self-Esteem-Scale, dem Kenny-Music-Performance-Anxiety-Inventory und dem Beck-Depression-Inventory wurde an eine Stichprobe von Musizierenden ( $n=295$ ) geschickt. Zusätzlich wurden demografische Daten zur genaueren Beschreibung der Stichprobe erhoben.

**Ergebnisse:** Verglichen mit Berufsmusikerinnen und Berufsmusikern sowie mit Amateurinnen und Amateuren zeigten Musikstudierende einen signifikant niedrigeren Selbstwert. Regressionsanalysen deuteten darauf hin, dass Depression

durch niedrigen Selbstwert und hohe Auftrittsangst vorhergesagt werden kann. Besonders niedriger Selbstwert in Kombination mit den kognitiven und behavioralen Aspekten der Auftrittsangst waren signifikante Prädiktoren einer Depression. Zusätzlich wurde eine partielle Mediation von Auftrittsangst zwischen Selbstwert und Depression gefunden.

**Diskussion:** Niedriger Selbstwert und Auftrittsangst sind Prädiktoren einer Depression. Die Auftrittsangst- und Depressionswerte der Stichprobe waren deutlich höher als die der Allgemeinbevölkerung. Diese Ergebnisse verdeutlichen die Wichtigkeit eines in der Ausbildung von Musizierenden verankerten offenen Umgangs mit Auftrittsangst und die Enttabuisierung dieses Themas.

**Schlüsselwörter:** Auftrittsangst, Depression, Selbstwert, Psychologie, Musizierendengesundheit

### Abstract

**Background:** This study investigated the link between self-esteem, music performance anxiety (MPA), and depression within a German speaking sample of musicians of different professions. MPA is an issue concerning musicians from all levels but is still a rather neglected topic in the education and employment of musicians. The underlying question of this study was generated during psychotherapy treatment of musicians with depression and music perfor-