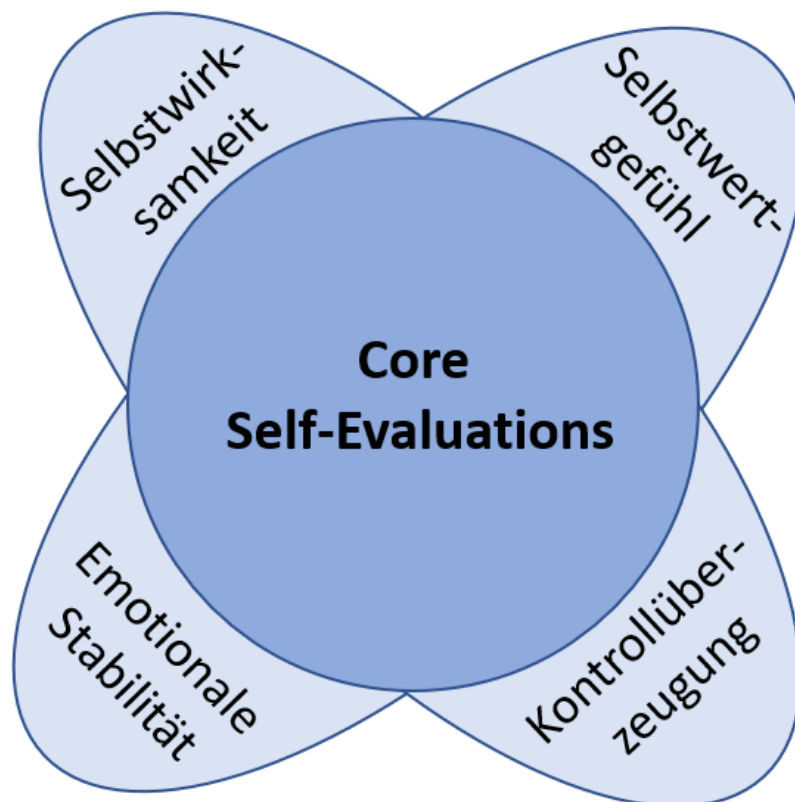

ACSES -

eine deutschsprachige allgemeine Core Self-Evaluations-Skala

Jan-Peter Brückner

Christian-Albrechts-Universität zu Kiel



Februar 2020

Zusammenfassung

Core Self-Evaluations (CSE) ist ein aus Neurotizismus/emotionaler Stabilität, generalisierter Selbstwirksamkeitserwartung, Selbstwertgefühl und internaler Kontrollüberzeugung zusammengesetztes Konstrukt. Es hat sich bisher vor allem in arbeitspsychologischen Zusammenhängen bewährt. Ziel ist es, mit der allgemeinen Core Self-Evaluations-Skala (ACSES) eine modifizierte Fassung der G-CSES (Heilmann & Jonas, 2010) zu schaffen, die CSE auch in anderen Kontexten messbar macht, und sie empirisch zu überprüfen. Mit Daten von 239 Studierenden werden Itemanalysen durchgeführt, die Faktorenstruktur geprüft sowie anhand von Teilstichproben die Beziehungen zu Drittvariablen ermittelt. Die ACSES weist eine hohe interne Konsistenz ($\alpha = .82$) und die erwartete einfaktorielle Struktur auf. Es zeigen sich signifikante Zusammenhänge zu Gewissenhaftigkeit ($r = .33$), Extraversion ($r = .42$), Beanspruchung ($r = -.40$; jeweils $N = 81$) und Leistungsmotivation (Furcht vor Misserfolg: $r = -.49$; Hoffnung auf Erfolg: $r = .28$; $N = 170$), die den bereits nachgewiesenen Beziehungen der Originalskala ähneln. Damit kann die ACSES als geeignete bereichsübergreifende Skala zur Messung von CSE angesehen werden.

Inhalt

Zusammenfassung	2
1 Einleitung	4
2 Core Self-Evaluations	5
2.1 Theoretischer und empirischer Hintergrund	5
2.2 CSE-Fragebogen	7
3 Methode	9
3.1 Versuchsaufbau und Versuchspersonen	9
3.2 Fragebogen	9
3.2.1 Fünf-Faktoren-Modell (NEO-FFI-30)	9
3.2.2 Beanspruchung (FPI-R)	10
3.2.3 Leistungsmotivation (AMS-R)	10
3.3 Verfahren der Datenauswertung	11
4 Ergebnisse	12
4.1 Itemanalyse und Faktorenstruktur der ACSE-Skala	12
4.2 Beziehungen zu Drittvariablen	14
5 Diskussion	17
Literatur	22
Anhang	25

1 Einleitung

„Core evaluations influence every aspect of our method of thinking, the way we integrate reality in the present, and, ultimately, the way we behave.“ (Packer, 1984)

Core Self-Evaluations (CSE) ist ein breit angelegtes, übergeordnetes Konstrukt, das sich aus den vier Persönlichkeitseigenschaften emotionale Stabilität/Neurotizismus, Selbstwertgefühl, generalisierte Selbstwirksamkeitserwartung und internale Kontrollüberzeugung zusammensetzt (Judge, Locke & Durham, 1997; Judge, Erez, Bono & Thoresen, 2002). Seinen Ursprung hat CSE in arbeits- und organisationspsychologischen Untersuchungen und es konnten vielfältige Zusammenhänge zu im Arbeitskontext relevanten Variablen aufgedeckt werden, wie z.B. zu Stresserleben, Arbeitszufriedenheit und -leistung (Kammeyer-Mueller, Judge & Scott, 2009; Judge, Erez & Bono, 1998; Judge, van Vianen & de Pater, 2004). Zumindest in diesem Anwendungskontext steht CSE also mit vielen Aspekten des Erlebens und Verhaltens in Verbindung. Messen lässt sich CSE entweder über die separate Erfassung seiner vier Teilkonstrukte oder mittels einer speziellen Skala, der sogenannten Core Self-Evaluations Scale (CSES). Mittlerweile liegen auch deutschsprachige Fassungen der CSES vor (Heilmann & Jonas, 2010, Stumpp, Muck, Hülshager, Judge & Maier, 2010). Wie das englischsprachige Original sind auch diese Skalen auf arbeitsbezogene Einsatzzwecke ausgerichtet, was sich in der Formulierung einzelner Items widerspiegelt. Für Untersuchungen in anderen Kontexten (z.B. Bildung, Gesundheit oder Sport) und mit anderen Zielgruppen (z.B. SchülerInnen oder Studierende) fehlt ein hierfür geeignetes Inventar in deutscher Sprache. Aus diesem Grund wurde die von Heilmann und Jonas (2010) vorgelegte Fassung so verändert, dass CSE auch außerhalb von arbeitspsychologischen Fragestellungen untersucht werden kann. Das Ziel der vorliegenden Arbeit ist es, diese allgemeine Core Self-Evaluations Skala (ACSES) einer ersten empirischen Überprüfung zu unterziehen.

2 Core Self-Evaluations

2.1 Theoretischer und empirischer Hintergrund

Core Self-Evaluations ist ein vergleichsweise junges Konstrukt, das die etablierten Persönlichkeitskonstrukte emotionale Stabilität/Neurotizismus, Selbstwertgefühl, generalisierte Selbstwirksamkeitserwartung und internale Kontrollüberzeugung miteinander verbindet (Judge et al., 1997; Judge et al., 2002). Empirisch lässt sich die Konstruktbildung dadurch rechtfertigen, dass (1.) hohe Interkorrelationen zwischen den vier Eigenschaften bestehen, die im Mittel bei ca. $r = .60$ liegen, und dass sich (2.) die Gesamtvarianz faktorenanalytisch durch einen gemeinsamen Faktor erklären lässt (Judge et al., 1998; Judge et al., 2002). Aus theoretischer Sicht wird die Konstruktbildung mit der Annahme begründet, dass alle selbstbezogenen Bewertungen auf Basis einer übergeordneten Repräsentation der eigenen Person und ihres Einwirkens auf die Umwelt erfolgen. CSE stellt somit ein bereichsunspezifisches, generalisiertes Selbstkonzept dar. Personen mit hoher CSE-Ausprägung zeichnen sich durch eine positive Bewertung ihrer selbst aus und alle situationsspezifischen Bewertungen sind damit im Sinne eines top-down-Prozesses durch diese Disposition geprägt (Judge et al., 1997; Judge et al., 1998).

Die grundlegenden Arbeiten zu CSE stammen aus der Arbeits- und Organisationspsychologie, so dass die Mehrzahl der bisherigen empirischen Untersuchungen in arbeits- und organisationsbezogenen Zusammenhängen durchgeführt wurde. CSE hat sich dabei als geeigneter Prädiktor für Arbeitsleistung, Arbeitszufriedenheit und als relevanter Einflussfaktor auf Stresserleben und -bewältigung (Kammeyer-Mueller et al., 2009) erwiesen. CSE besitzt dabei teilweise inkrementelle Validität gegenüber den vier Einzelkonstrukten (z.B. Judge et al., 2002; Judge et al., 2004), was für die bevorzugte Verwendung von CSE spricht. Die Beziehungen zu Stress könnten darauf hindeuten, dass CSE auch darüber hinaus mit Gesundheit oder der Entstehung von Krankheiten verbunden ist.

Auch zu den anderen Persönlichkeitseigenschaften des Fünf-Faktoren-Modells (FFM; Costa & McCrae, 1989), die im Gegensatz zu Neurotizismus nicht Bestandteil von CSE sind, konnten korrelative Beziehungen nachgewiesen werden. Während für

Offenheit ($r = .15$; 95% *CI*: [.07; .23]) und Verträglichkeit ($r = .22$; 95% *CI*: [.17; .27]) nur niedrige Korrelationen vorliegen, zeigen sich für Gewissenhaftigkeit ($r = .40$; 95% *CI*: [.36; .43]) und Extraversion ($r = .37$; 95% *CI*: [.34; .40]) immerhin mittlere positive Zusammenhänge zu CSE (Chang, Ferris, Johnson, Rosen & Tan, 2012). Dieses Beziehungsmuster unterstreicht, dass die inhaltliche Bedeutung von CSE über Neurotizismus hinausgeht, da die Eigenschaften des Fünf-Faktoren-Modells unabhängig voneinander sein sollten.

Weitgehend unklar ist bisher, wie die vielfältigen Beziehungen von CSE zu anderen Variablen zustande kommen, insbesondere ob und in welcher Form hier kausale Beziehungen vorliegen. Zur theoretischen Anbindung von CSE an andere Konstrukte schlagen Chang et al. (2012) bzw. Ferris, Johnson, Rosen, Djurdjevic, Chang und Tan (2012) vor, CSE mit Annäherungs- und Vermeidungs-Ansätzen (Elliot, 1999; Elliot & Covington, 2001) in Verbindung zu bringen, die einen geeigneten Rahmen für weitere Untersuchungen bilden könnten. Die Unterscheidung von Annäherungs- und Vermeidungstendenzen ist in der Motivationspsychologie weit verbreitet (Atkinson, 1957, Heckhausen, 1963, Elliot, 1999; Elliot & Covington, 2001). Annäherungs- und Vermeidungsmotivation unterscheiden sich in Bezug auf die Valenz: Annäherungsmotivation ist durch aufsuchendes Verhalten von positiv bewerteten Zuständen oder Ereignissen gekennzeichnet, während sich Vermeidungsmotivation auf negative Zustände und Ereignisse und ihre Vermeidung bezieht. Personen unterscheiden sich im Hinblick auf ihre Sensitivität gegenüber solchen positiven oder negativen Reizen. Chang et al. (2012) zeigten in einem Review von zehn bzw. neun Studien, dass zwischen CSE und Annäherungsmotivation ein schwacher positiver Zusammenhang ($r = .26$; 95% *CI*: [.22; .31]; $N = 1924$) und zwischen CSE und Vermeidungsmotivation ein mittlerer negativer Zusammenhang ($r = -.45$; 95% *CI*: [-.50; -.39]; $N = 1718$) besteht. Damit erscheint es vielversprechend, CSE im Kontext von Annäherungs- und Vermeidungskonzepten zu untersuchen. In Bezug auf leistungsthematische Situationen, die nicht nur in der Arbeitswelt vorkommen, sondern bspw. auch in Bildung und Sport, könnte das Leistungsmotiv als Bewertungsdisposition das verbindende Element von CSE zu weiteren Variablen darstellen. Für seine Facetten Hoffnung auf Erfolg (=Annäherung) und Furcht vor Misserfolg (=Vermeidung) sind entsprechend positive bzw. negative Beziehungen zu CSE zu erwarten.

2.2 CSE-Fragebogen

Zur Messung des CSE-Konstrukts haben Judge, Erez, Bono und Thoresen (2003) die Core Self-Evaluations Scale (CSES) entwickelt. Sie erfasst CSE über 12 Items und verwendet eine 5-stufige Ratingskala. Jeweils drei Items beziehen sich ursprünglich auf eines der zugrundeliegenden Persönlichkeitskonstrukte. Im Nachhinein ist eine augenscheinbasierte Zuordnung allerdings nicht in allen Fällen ganz eindeutig möglich (z.B. „*I am filled with doubts about my competence*“), was unterstreicht, dass sich die vier Konstrukte inhaltlich überlappen und über eine gemeinsame Basis verfügen. Auch die vorliegenden Studien zur CSES zeigen mehrheitlich, dass sich die 12 Items auf einen gemeinsamen Faktor zurückführen lassen. Formulierungen wie „*Sometimes, I do not feel in control of my work.*“ machen deutlich, dass die ursprünglich vorgesehenen Einsatzbereiche der CSES in Arbeitszusammenhängen zu sehen sind.

Dies trifft auch auf die beiden vorliegenden deutschen Übersetzungen der CSES von Heilmann und Jonas (2010) sowie Stumpp et al. (2010) zu. So verwenden Heilmann und Jonas (2010, S. 225) beispielsweise die Formulierungen „*Manchmal habe ich das Gefühl, dass mir die Arbeit über den Kopf wächst*“ und „*Ich glaube nicht daran, meine Karriere aktiv beeinflussen zu können*“. Dieser eindeutige Bezug zur Arbeitswelt erscheint für arbeits- und organisationspsychologische Untersuchungen sinnvoll, schließt den Einsatz der Skala außerhalb dieser Bereiche jedoch weitgehend aus, insbesondere wenn nichtarbeitende Personen befragt werden oder andere Lebensbereiche im Mittelpunkt der Untersuchung stehen sollen.

Um CSE auch in anderen Kontexten erfassen zu können, sollten diese arbeits-spezifischen Items durch weitergefasste Items ersetzt werden. In der hier vorgestellten, abgewandelten Fassung werden, ausgehend von der German-language Core Self-Evaluations Scale (G-CSES) von Heilmann und Jonas (2010), daher die Wörter „*Karriere*“ und „*Arbeit*“ durch unspezifische Begriffe und Formulierungen ersetzt. Anstelle der obengenannten Items werden damit die Aussagen „*Manchmal habe ich das Gefühl, dass mir alles über den Kopf wächst.*“ und „*Ich habe nicht das Gefühl, selbst beeinflussen zu können, ob ich erfolgreich bin.*“ als Items verwendet. Insgesamt umfasst diese breitere, allgemeine Core Self-Evaluations Skala (ASCES) wie die G-CSES 12 Items. Als Antwortskala kommt dieselbe 5-stufige Ratingskala wie im NEO-PI R (Ostendorf & Angleitner, 2004) bzw. NEO-FFI (Borkenau & Ostendorf,

1993) zum Einsatz mit Antwortoptionen von „starke Ablehnung“ bis „starke Zustimmung“ (siehe Anhang). Die Antworten werden für die Auswertung mit den Werten von 1 bis 5 codiert. Die Hälfte der Items ist negativ formuliert. Diese Items werden entsprechend umcodiert. Die Skalenbildung erfolgt anschließend durch Aufsummierung der Einzelwerte.

Das Ziel der folgenden Untersuchung ist es, die ACSES empirisch zu überprüfen, wobei der Fokus erstens auf die interne Struktur gerichtet ist, insbesondere die Frage, ob die Skala wie erwartet eine einfaktorielle Struktur aufweist. Zweitens sollen die externen Beziehungen der Skala zu Drittvariablen analysiert werden. Hierbei ist zu prüfen, ob die ASCES ähnliche Beziehungen zum FFM sowie zum Beanspruchungserleben aufweist, wie sie für die CSES berichtet wurden. Außerdem wird in Bezug auf die theoretischen Überlegungen von Chang et al. (2012) erwartet, dass die ASCES positiv mit Annäherungs- und negativ mit Vermeidungstendenzen in Verbindung steht, was konkret für die Leistungsmotivation und die damit verbundenen Konstrukte Hoffnung auf Erfolg bzw. Furcht vor Misserfolg geprüft werden soll.

3 Methode

3.1 Versuchsaufbau und Versuchspersonen

Die Untersuchung wird als standardisierte Befragung im Zeitraum von 2013 bis 2016 durchgeführt. Im November jeden Jahres werden hierzu Gruppen von 20 bis 30 Vpn verschiedene Zusammenstellungen an Fragebogen vorgelegt. Die Gesamtstichprobe (VG_{gesamt}) umfasst $N = 239$ (davon 116 weiblich) und bearbeitet die ACSES. Zur Teilstichprobe der Jahre 2013, 2015 und 2016 ($VG_{\text{Teil 1}}$) gehören 170 Vpn (davon 77 weiblich). Sie füllen zusätzlich zur ACSES die AMS-R aus. Die im November 2013 befragten 81 Vpn (davon 37 weiblich) bilden eine weitere Teilstichprobe ($VG_{\text{Teil 2}}$). Ihr werden alle unten aufgeführten Fragebogen vorgelegt.

Versuchspersonen sind Studierende an der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel im ersten Semester eines Master-Studiengangs im Fach Sportwissenschaft. Das Alter der Vpn von VG_{gesamt} liegt zwischen 21 und 38 Jahren ($M = 25.0$ Jahre; $SD = 2.3$ Jahre), für $VG_{\text{Teil 1}}$ und $VG_{\text{Teil 2}}$ liegt es bei ebenfalls $M = 25.0$ Jahren ($SD = 2.3$ Jahre) bzw. bei $M = 24.5$ Jahren ($SD = 1.8$ Jahre). Die Datenerhebung erfolgt auf freiwilliger Basis und anonym im Rahmen von Lehrveranstaltungen. Für den Versuchsleiter war nicht nachvollziehbar, welche Studierenden an der Befragung teilgenommen haben. Die Daten werden nicht nur im Rahmen der vorliegenden Untersuchung genutzt, sondern wurden auch innerhalb der Lehrveranstaltung für Lehrzwecke verwendet.

3.2 Fragebogen

3.2.1 Fünf-Faktoren-Modell (NEO-FFI-30)

Die Persönlichkeitsmerkmale Neurotizismus, Extraversion, Offenheit, Gewissenhaftigkeit und Verträglichkeit werden mit dem auf dem Fünf-Faktoren-Modell (FFM; Costa & McCrae, 1989) basierenden Fragebogen NEO-FFI-30 gemessen. Hierbei handelt es sich um eine von Körner et al. (2008) gekürzte Fassung des deutschsprachigen NEO-FFI (Borkenau & Ostendorf, 1993), das seinerseits eine Kurzfassung des NEO-PI-R (deutsche Fassung von Ostendorf & Angleitner, 2004) darstellt. Das NEO-FFI-30 erfasst die fünf Faktoren mit jeweils sechs Items, die auch Bestandteil

des insgesamt 60 bzw. 240 Items umfassenden NEO-FFI und NEO-PI-R sind. Das NEO-FFI-30 ist nicht nur ein kurzes und damit ökonomisch anwendbares Inventar, im Gegensatz zum doppelt so langen NEO-FFI ist die faktorielle Validität bei vergleichbaren internen Konsistenzen zwischen $\alpha = .67$ und $\alpha = .81$ sogar verbessert (Körner et al., 2008). Die Korrelationen mit den Werten des längeren NEO-FFI betragen $r = .88$ bzw. $r = .93$, so dass die Validität des Verfahrens insgesamt als gegeben angesehen werden kann (Körner et al., 2008), wenn auch die inhaltliche Breite des NEO-PI-R durch den NEO-FFI-30 nicht erreicht wird.

3.2.2 Beanspruchung (FPI-R)

Die Beanspruchung der Vpn wird über 12 Items der entsprechenden Skala des Freiburger Persönlichkeitsinventars (FPI-R; Fahrenberg, Hampel & Selg, 1994) erhoben, die erfragen, ob sich jemand häufig angespannt oder überfordert fühlt. Zu den Items gehören z.B. Aussagen wie „*Ich habe häufig das Gefühl, im Stress zu sein.*“, die auf einer zweistufigen Skala zu bewerten sind („*stimmt*“ – „*stimmt nicht*“). Die interne Konsistenz der Skala beträgt $\alpha = .73$.

3.2.3 Leistungsmotivation (AMS-R)

Aufsuchende und vermeidende Motivation wird mit der AMS-R von Lang und Fries (2006) erhoben, der deutschsprachigen, revidierten Fassung der Achievement Motives Scale (AMS; Gjesme & Nygard, 1970). Die AMS-R basiert auf theoretischen Konzepten zur Leistungsmotivation (Atkinson, 1957; McClelland, Atkinson, Clark & Lowell, 1953; Heckhausen, 1963), nach denen sich aufsuchende und vermeidende Motivationstendenzen in Bezug auf leistungsthematische Situationen unterscheiden lassen und als stabile Persönlichkeitsdispositionen anzusehen sind. Über je fünf vierstufige Items werden mit der AMS-R die entsprechenden Skalen Hoffnung auf Erfolg (HE; Beispielitem: „*Ich mag Situationen, in denen ich feststellen kann, wie gut ich bin.*“) und Furcht vor Misserfolg (FM; Beispielitem: „*Es beunruhigt mich, etwas zu tun, wenn ich nicht sicher bin, dass ich es kann.*“) gemessen. In mehreren Teilstudien konnten zufriedenstellende interne Konsistenzen der Skalen über $\alpha = .70$ ermittelt und mehrere Validitätsnachweise geliefert werden (Lang & Fries, 2006).

3.3 Verfahren der Datenauswertung

In der Datenauswertung kommen in erster Linie korrelative Verfahren zum Einsatz. Die Überprüfung der Dimensionalität der ACSES erfolgt über eine Hauptkomponentenanalyse mit Parallelanalyse nach Horn (1965) unter Verwendung der Syntax von O'Connor (2000). Hierbei werden 3000 Zufallsdatensätze generiert. Als relevante Komponenten werden diejenigen angesehen, deren Eigenwerte über der 95. Perzentile der Eigenwerte liegen, die aus den Zufallsdatensätzen ermittelt wurden. Zur weiteren Überprüfung der Komponentenzahl wird ein Velicer's (1976) MAP-Test durchgeführt (O'Connor, 2000). Alle Auswertungen erfolgen mit SPSS 24 bei einem α -Niveau von $\alpha = .05$.

4 Ergebnisse

4.1 Itemanalyse und Faktorenstruktur der ACSE-Skala

Die deskriptiven Statistiken für die einzelnen Items der ACSE-Skala sind Tabelle 1 zu entnehmen. Es zeigt sich, dass die Antworten der Vpn der Gesamtstichprobe bei allen Items im Durchschnitt in der positiven Skalenhälfte liegen. Nach Umcodierung der negativ formulierten Items ergeben sich Mittelwerte zwischen 2.89 und 4.26 bei Standardabweichungen zwischen 0.53 und 1.05 und einem Wertebereich der Skala von 1 bis 5. Die Items weisen Trennschärfen zwischen .32 und .60 auf und die mittlere Inter-Item-Korrelation beträgt .29.

Die Hauptkomponentenanalyse mit Parallelanalyse ergibt eine Komponente mit einem Eigenwert oberhalb der 95. Perzentile der Eigenwerte, die für die Zufallsdaten ermittelt wurden (s. Abb. 1). Der MAP-Test bestätigt die einfaktorielle Struktur, so

Tabelle 1

Items und Kennwerte der ACSES

Item	<i>M</i>	<i>SD</i>	Trennschärfe r_{it}
1. Ich bin zuversichtlich, in meinem Leben das zu erreichen, was mir zusteht.	4.05	0.63	.46
2. Manchmal fühle ich mich niedergeschlagen. (i)	3.10	1.01	.59
3. Wenn ich etwas anpacke, bin ich meistens erfolgreich.	4.01	0.58	.46
4. Manchmal fühle ich mich wertlos, wenn mir etwas nicht gelingt. (i)	3.76	1.02	.58
5. Ich erledige Aufgaben erfolgreich.	3.93	0.57	.44
6. Manchmal habe ich das Gefühl, dass mir alles über den Kopf wächst. (i) (m)	2.89	0.99	.56
7. Im Großen und Ganzen bin ich mit mir zufrieden.	4.17	0.68	.45
8. Ich zweifle an meiner Kompetenz. (i)	3.78	0.82	.50
9. Ich bestimme, was in meinem Leben passiert.	4.13	0.69	.38
10. Ich habe nicht das Gefühl, selbst beeinflussen zu können, ob ich erfolgreich bin. (i) (m)	3.96	0.94	.32
11. Ich bin in der Lage, mit den meisten meiner Probleme fertig zu werden.	4.26	0.53	.50
12. Es gibt Zeiten, in denen mir alles düster und hoffnungslos erscheint. (i)	3.79	1.05	.60

Anmerkungen. Die mit (i) gekennzeichneten Items wurden für die Auswertung invertiert. Die beiden mit (m) gekennzeichneten Items wurden gegenüber der G-CSES (Heilmann & Jonas, 2010) modifiziert.

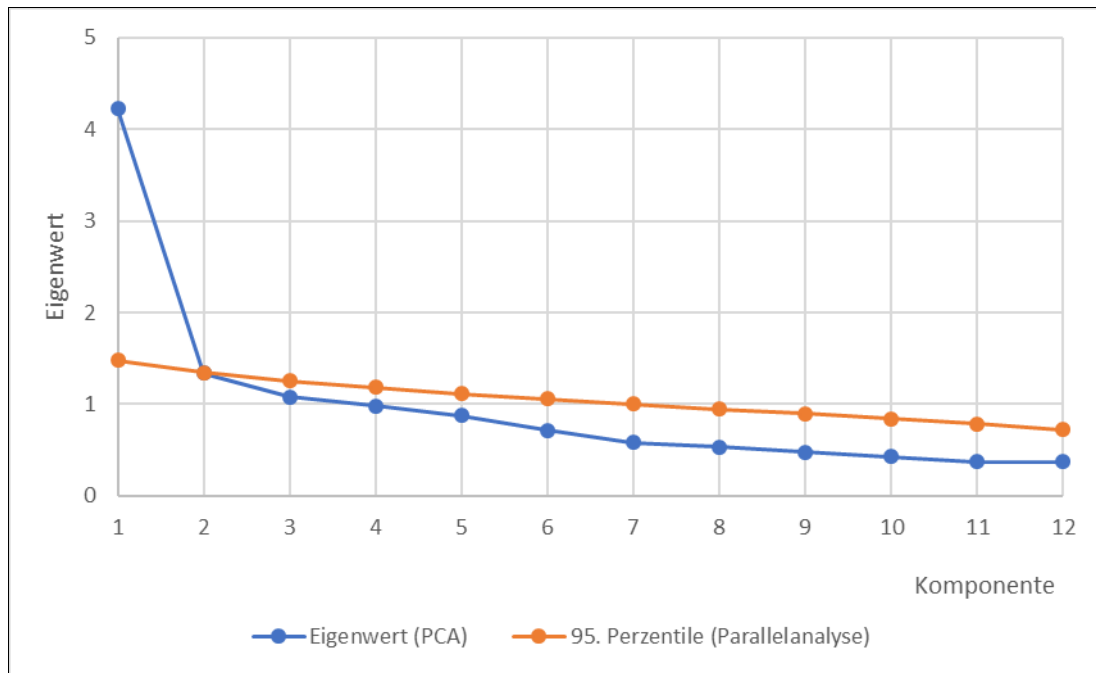


Abbildung 1: Screeplot mit den Eigenwerten der Hauptkomponentenanalyse (PCA) und der Parallelanalyse aus 3000 Zufallsdatensätzen.

dass der Skalenwert durch Aufsummierung aller 12 Items gebildet werden kann. Cronbach's α beträgt für diese Skala $\alpha = .82$. Die mittlere Itemschme bei $M = 45.63$ ($SD = 4.53$), was dem Wert von $M = 3.80$ ($SD = 0.38$) bezogen auf eine Skala von 1 bis 5 entspricht. In Bezug auf die Verteilung der Skalenwerte deutet der Shapiro-Wilk-Test zwar auf eine signifikante Abweichung von der Normalverteilung hin ($W_{239} = 0.987$; $p = .028$), die grafische Darstellung (s. Abb. 2) spricht dagegen für eine annähernde Normalverteilung der Daten. In Tabelle 2 sind die Werte für ausgesuchte Perzentilen der CSE-Verteilung auf Basis der Gesamtstichprobe von 239 Vpn zu finden.

Tabelle 2

Perzentilen zur ACSE-Skala für VG_{gesamt}

Perzentile	5.	10.	25.	50.	75.	90.	95.
ACSE-Skalenwert	39	40	43	45	49	52	54

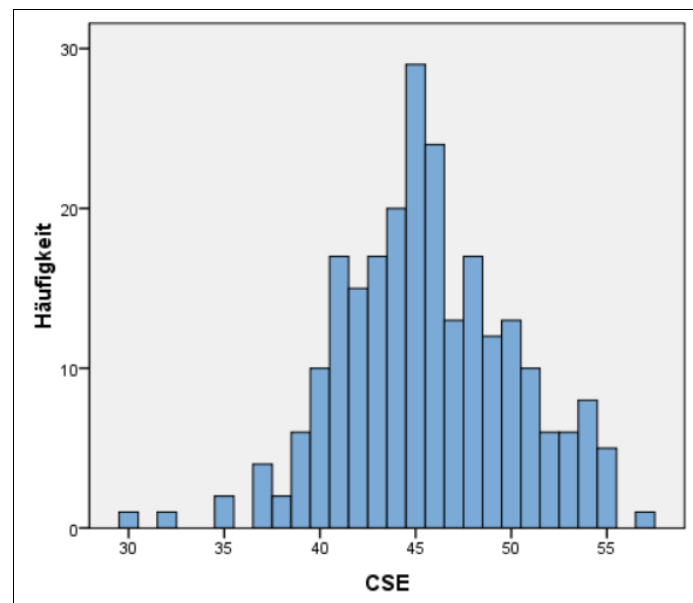


Abbildung 2: Verteilung der ACSE-Skalenwerte (Itemsummen; $N = 239$).

4.2 Beziehungen zu Drittvariablen

Die deskriptiven Daten der weiteren Variablen (s. Tab. 3) zeigen, dass die Mittelwerte der meisten Variablen in der oberen Skalenhälfte und nur im Falle der negativ konnotierten Variablen Furcht vor Misserfolg, Neurotizismus und Beanspruchung in der unteren Skalenhälfte liegen.

Tabelle 3

Deskriptive Statistik der gemessenen Variablen

	VG _{gesamt}		VG _{Teil 1}		VG _{Teil 2}	
	M	SD	M	SD	M	SD
Core Self-Evaluations	.70	.09	.70	.10	.70	.12
Hoffnung auf Erfolg			.71	.18		
Furcht vor Misserfolg			.41	.18		
Neurotizismus					.31	.16
Extraversion					.67	.12
Offenheit					.55	.18
Gewissenhaftigkeit					.77	.14
Verträglichkeit					.77	.15
Beanspruchung					.41	.27

Anmerkung. Die Variablen wurden für eine bessere Vergleichbarkeit standardisiert auf einen einheitlichen Wertebereich zwischen 0 und 1.

Für CSE wurden korrelative Beziehungen zu den Eigenschaften des Fünf-Faktoren-Modells erwartet, was anhand der Daten von Teilstichprobe 2 überprüft wird. In Abbildung 3 sind die Korrelationen in dieser Stichprobe den Daten von Chang et al. (2012) gegenübergestellt. Unter Beachtung der 95%-Konfidenzintervalle ist von einem signifikanten negativen Zusammenhang zu Neurotizismus ($r = -.78$) und positiven Zusammenhängen zu Extraversion ($r = .42$) und Gewissenhaftigkeit ($r = .33$) auszugehen. Die Konfidenzintervalle der Korrelationen zu Offenheit und Verträglichkeit schließen den Wert von Null ein, so dass diese Korrelationen als nicht signifikant zu betrachten sind. Die Konfidenzintervalle der Korrelationen zu Extraversion, Gewissenhaftigkeit, Offenheit und Verträglichkeit überlappen sich mit den Konfidenzintervallen, die Chang et al. (2012) ermittelt haben. Damit besteht kein signifikanter Unterschied zwischen den Korrelationen dieser Studie und den dort publizierten Werten.

Für dieselbe Teilstichprobe ergibt sich ein signifikanter Zusammenhang von CSE zur Beanspruchung ($r = -.40$; s. Abb. 3). Personen mit hohen CSE-Werten berichten demnach, in geringerem Maße beansprucht zu sein.

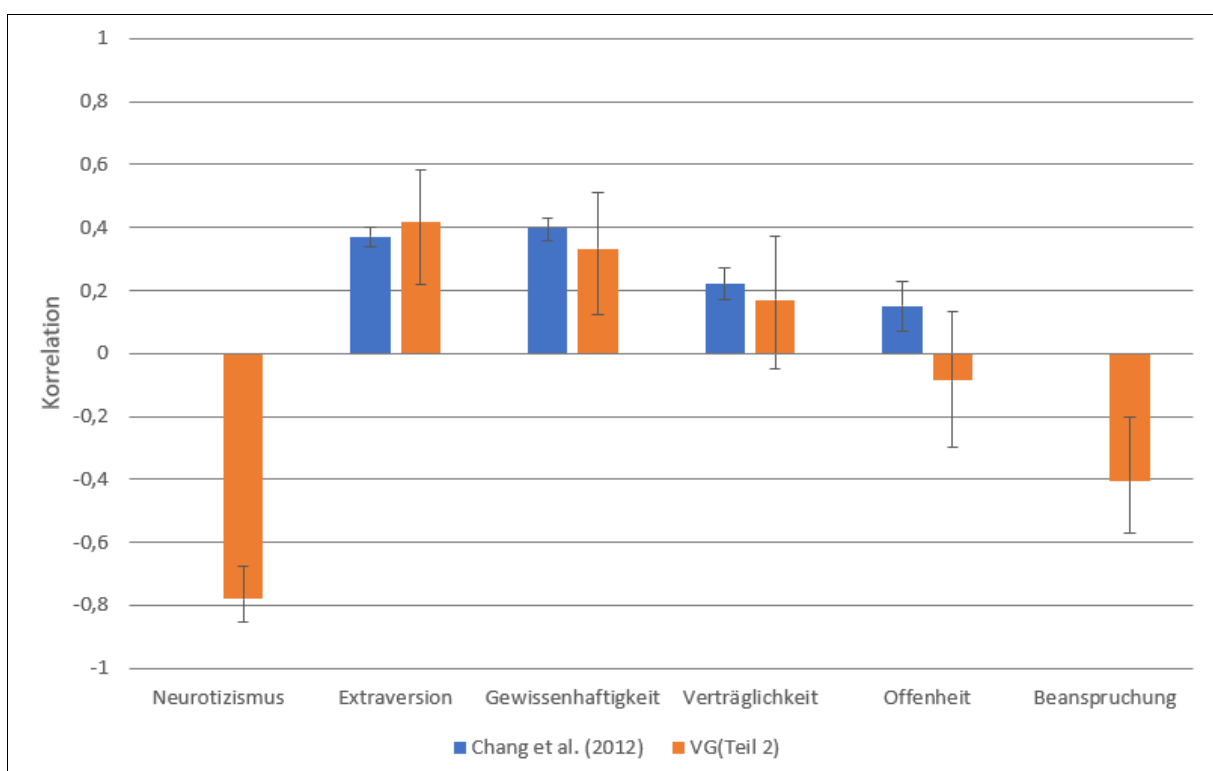


Abbildung 3. Korrelationskoeffizienten für den Zusammenhang von CSE und Eigenschaften des Fünf-Faktoren-Modells bzw. Beanspruchung in der Teilstichprobe 2 bzw. der Studie von Chang et al. (2012). Fehlerindikatoren markieren das 95%-Konfidenzintervall.

Für Teilstichprobe 1 wurde geprüft, welche Beziehungen zwischen CSE und Hoffnung auf Erfolg und Furcht vor Misserfolg bestehen. Zwischen den beiden Motivkomponenten untereinander besteht ein signifikanter, negativer Zusammenhang ($r = -.30$, s. Abb. 4). Die Korrelation von CSE zu Hoffnung auf Erfolg ist ähnlich hoch, aber wie erwartet positiv ($r = .28$). Ebenso erwartungsgemäß ist der negative Zusammenhang in Höhe von $r = -.49$ zwischen CSE und Furcht vor Misserfolg. Beide Korrelationskoeffizienten liegen innerhalb der 95% Konfidenzintervalle, die Chang et al. (2012) für die Beziehung von CSE und Annäherungs- bzw. Vermeidungsmotivation gefunden haben. Zwischen Summenscore von HE und FM, dem Leistungsmotiv, besteht ein signifikanter, schwach negativer Zusammenhang ($r = -.19$; 95% CI: $[-.33; -.04]$; je höher CSE ausgeprägt ist, umso schwächer ist die Ausprägung des Leistungsmotivs. Zur Netto-Hoffnung, der Differenz aus HE und FM, liegt dagegen ein signifikanter positiver Zusammenhang vor ($r = .48$; 95% CI: $[.36; .59]$).

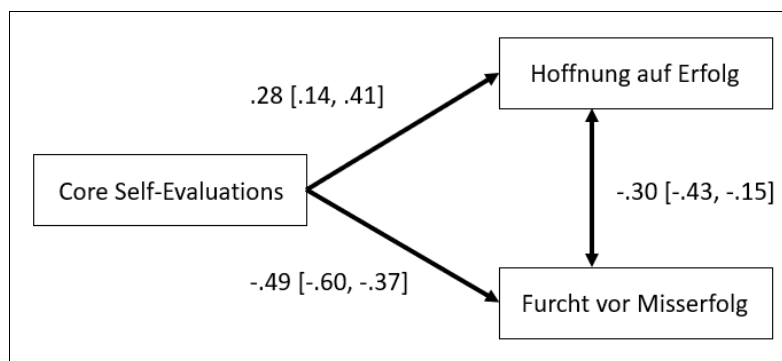


Abbildung 4: Korrelative Beziehungen von CSE, Hoffnung auf Erfolg und Furcht vor Misserfolg. Angegeben sind die Korrelationen und die 95%-Konfidenzintervalle.

5 Diskussion

Ziel dieser Untersuchung war es, die vorliegenden deutschen Übersetzungen der CSES so zu modifizieren, dass CSE außerhalb von Arbeitszusammenhängen untersuchbar wird. Hierfür wurden zwei Items der G-CSES von Heilmann und Jonas (2010) in ihrem Wortlaut verändert. Diese überarbeitete allgemeine Core-Self-Evaluation Skala (ACSES) wurde einer empirischen Überprüfung mit Studierenden der Sportwissenschaft unterzogen, um einerseits die interne Struktur der Skala zu analysieren und andererseits externe Beziehungen der Skala zu ausgewählten anderen Konstrukten zu bestimmen, für die entsprechende Referenzwerte für die Originalskala vorliegen.

Anhand einer 239 Vpn umfassenden Stichprobe konnte gezeigt werden, dass alle Items des veränderten Fragebogens eine homogene Struktur bilden. Hierfür spricht zum einen die mittlere Inter-Item-Korrelation von $.29$ und zum anderen, dass die Trennschärfe-Koeffizienten aller Items über $.32$ liegen. Die Items sind damit im Mittel positiv korreliert und alle Items weisen eine zumindest mittlere positive Korrelation zur übrigen Skala auf. Entsprechend fällt die interne Konsistenz der Skala hoch aus. Die Hauptkomponentenanalyse bestätigt darüber hinaus die einfaktorielle Struktur der ACSES, da sowohl Parallelanalyse als auch MAP-Test genau eine bedeutsame Komponente identifizieren, auf die sich die Items reduzieren lassen.

Die Ergebnisse stehen damit im Einklang mit den theoretischen Überlegungen, nach denen CSE ein eindimensionales Konstrukt darstellt, das, obwohl aus vier Konstrukten zusammengesetzt, den gemeinsamen Kern dieser Konstrukte repräsentiert. Damit entspricht die interne Struktur der Skala der der original CSES bzw. der G-CSES, so wie sie sich in arbeits- und organisationspsychologischen Kontexten dargestellt hat. Trotz Umformulierungen zweier Items und einer Stichprobe von Studierenden ist die ursprüngliche Struktur erhalten geblieben. In Verbindung mit den berichteten psychometrischen Kennwerten, wie z.B. der hohen internen Konsistenz, erscheint die ACSES damit geeignet, CSE in vergleichbaren Kontexten zu erfassen. Inwiefern die Struktur auch bei anderen Zielgruppen und unter anderen Untersuchungsbedingungen erhalten bleibt, sollte in weiteren Untersuchungen geprüft werden, da es sich beim vorliegenden Untersuchungskollektiv um eine hochselegierte

Stichprobe handelt, die spezifische Merkmale aufweisen könnte, die für andere Bevölkerungsgruppen nicht repräsentativ sein müssen. Für den Fall, dass solche spezifischen Bedingungen bspw. zu einer eingeschränkten Varianz oder ähnlichen Effekten in der vorliegenden Studie geführt haben könnten, ist es aber umso bemerkenswerter, dass die interne Beziehungsstruktur bestätigt werden konnte, da eingeschränkte Varianzen mit niedrigeren Korrelationen einhergehen sollten. Somit ist nicht zu erwarten, dass die Struktur ein Artefakt der gegebenen Untersuchungsbedingungen darstellt.

Dass die untersuchte Stichprobe insgesamt zu relativ positiven Selbstbeurteilungen kommt, könnte auf den ersten Blick als problematisch angesehen werden. Das positive Selbsturteil betrifft nicht nur die CSE, sondern alle untersuchten Konstrukte, bei denen der Mittelwert jeweils in der positiv zu bewertenden Skalenhälfte liegt. Da an der Untersuchung trotz Freiwilligkeit nahezu alle Studierenden der betreffenden Studienjahrgänge teilgenommen haben, ist auszuschließen, dass sich nur Vpn mit besonders positiver Selbstbewertung zur Teilnahme bereit erklärt haben. Dagegen spricht auch die symmetrische, annähernde Normalverteilung der ACSE-Skalenwerte (Abb. 2). Die positive Selbstbewertung könnte dagegen generell ein besonderes Merkmal von Sportstudierenden darstellen, insbesondere von Studierenden im ersten Mastersemester, die vor kurzem erfolgreich einen Bachelorabschluss erworben haben. Allerdings ist dazu festzustellen, dass Personen im Allgemeinen zu einer positiven, teilweise verzerrten und selbstwertdienlichen Selbstbewertung neigen (Neyer & Asendorpf, 2018). Dies zeigt sich bspw. auch in der positiven Ausprägung der Mittelwerte bei anderen Untersuchungen in anderen Untersuchungskontexten (z.B. Heilmann & Jonas, 2010, Stumpp et al., 2010), so dass die vorliegenden positiven Ausprägungen als normal anzusehen sind.

In Bezug auf die externen Beziehungen von CSE wurden Korrelationen zu Drittvariablen ermittelt. Eine besondere Rolle spielt hier die Korrelation von Neurotizismus und CSE. Hier liegt ein hoher negativer Zusammenhang von $r = -.78$ vor, der unter Berücksichtigung der nicht-optimalen Reliabilitäten kaum höher hätte ausfallen können. Auf theoretischer Ebene entspricht dieser Wert damit einem nahezu perfekten Zusammenhang beider Konstrukte. Theoretisch ist dies einerseits verständlich, da Neurotizismus eines der vier Teilkonstrukte von CSE darstellt, so dass dieser Zusammenhang als Beleg für die Konstruktvalidität der Skala angesehen werden kann. Andererseits stellt sich bei derart hohen Zusammenhängen die Frage, inwiefern sich

CSE eigentlich von Neurotizismus unterscheidet oder ob CSE nicht sogar mit Neurotizismus identisch ist. Bei einer vollständigen Überlappung von Neurotizismus und CSE wäre im Sinne einer sparsamen Konstruktbildung eines der Konstrukte überflüssig. Zu berücksichtigen ist jedoch, dass Neurotizismus in der vorliegenden Untersuchung durch die sehr kurze Skala des NEO-FFI-30 mit nur 6 Items erfasst wurde, so dass die inhaltliche Breite von Neurotizismus hier allein dadurch gegenüber längeren Varianten (z.B. dem NEO PI-R) deutlich eingeschränkt sein könnte. Hier sind weitere Untersuchungen notwendig, bei denen mehrere und breitere Operationalisierungen von Neurotizismus als Vergleichsmaßstab herangezogen werden sollten, um die diskriminante Validität von CSE gegenüber Neurotizismus zu bestimmen. Da die Konstrukte des FFM unabhängig voneinander sein sollten, deuten die positiven Zusammenhänge zu Gewissenhaftigkeit und Extraversion auf CSE-spezifische Überlappungen mit diesen Konstrukten hin. Damit könnte sich die Bedeutung von CSE von Neurotizismus unterscheiden und über die von Neurotizismus hinausgehen. Beide Korrelationen entsprechen auch den Werten, die in der Literatur für die CSES berichtet werden (Chang et al., 2012), was ein weiteres Indiz dafür liefert, dass die ACSES in Verbindung mit der untersuchten Stichprobe CSE so erfasst wie in den publizierten Untersuchungen unter den dortigen Bedingungen. Dass die erwarteten niedrigen positiven Zusammenhänge zu Offenheit und Verträglichkeit in der vorliegenden Untersuchung nicht bestätigt werden konnten, dürfte in erster Linie durch die geringe Teststärke zu erklären sein, die sich aus der geringen Stichprobengröße ($N = 81$) in Verbindung mit der niedrigen Effektstärke ergibt. Die große Breite der Konfidenzintervalle belegt die geringe Teststärke der Korrelationsanalysen. Weitere Untersuchungen mit größeren Stichproben könnten zukünftig Klarheit verschaffen.

Zur weiteren Validierung der ACSES wurden Beanspruchung und Leistungsmotivation untersucht. Wie erwartet sind CSE und Beanspruchung negativ korreliert ($r = -.40$). Ähnliche, bereits publizierte Befunde zu CSE und Stresserleben deuten auf die Relevanz von CSE im Kontext von Gesundheit hin (Kammeyer-Mueller et al., 2009). So gesehen liefern die vorliegenden Ergebnisse keine neuen Erkenntnisse, sind aber als weitere Bestätigung der Validität der ACSE-Skala anzusehen. Inwiefern CSE bzw. die ACSES inkrementelle Validität gegenüber den Teilkonstrukten aufweist, ist zukünftig zu untersuchen.

Chang et al. (2012) haben angeregt, die Beziehungen von CSE zu Drittvariablen im Rahmen von Annäherungs- und Vermeidungsansätzen zu betrachten. Unter An-

näherungsverhalten wird das Aufsuchen und Anstreben von positiv bewerteten Zielen verstanden. Hoffnung auf Erfolg (HE) ist eine entsprechende Bewertungsdisposition im Zusammenhang mit Leistungssituationen, die mit Annäherungsverhalten in Verbindung steht. Für eine positive Selbstbewertung wurde erwartet, dass sie mit HE einhergeht. Der gefundene signifikante positive Zusammenhang bestätigt diese Erwartung, auch wenn er mit $r = .28$ eher niedrig ausfällt. Möglicherweise ist die Annäherungskomponente des Leistungsmotivs in höherem Maße mit positiver Affektivität verbunden, die energetisiert und Verhalten aktiviert. Eine geringe negative Affektivität in Form von gering ausgeprägtem Neurotizismus und damit verbundener hoher Kompetenzerwartung und Kontrollüberzeugung stellen dagegen zwar vermutlich eine geringe Hürde für aufsuchendes Verhalten dar, reichen aber nicht aus, das Verhalten auch zu initiieren. Andersherum wurde erwartet, dass eine negative Selbstbewertung mit der Vermeidungskomponente des Leistungsmotivs verbunden ist, der Furcht vor Misserfolg (FM). Diese Erwartung bestätigte sich: Zwischen CSE und FM besteht ein negativer Zusammenhang, der mit $r = -.49$ vergleichsweise hoch ausfällt. Hohe Selbstwirksamkeitserwartung, gering ausgeprägter Neurotizismus, internale Kontrollüberzeugung und hohes Selbstwertgefühl sind demnach mit einer Disposition verbunden, Leistungssituationen nicht aus dem Blickwinkel eines möglichen Versagens zu betrachten und entsprechende Versagensängste zu erleben. Ähnlich hohe Zusammenhänge zur Annäherungs- und Vermeidungsmotivation wie hier haben auch Chang et al. (2012) berichtet. Damit bestätigen die vorliegenden Ergebnisse, dass es vielversprechend sein könnte, CSE im Kontext eines solchen theoretischen Rahmens zu betrachten, wobei den Vermeidungsansätzen offenbar die wichtigere Rolle zukommt. Bei gleichzeitiger Berücksichtigung beider Motivkomponenten in Form der Netto-Hoffnung zeigt die vorliegende Untersuchung, dass hohe CSE-Werte mit einer in der Gesamtbilanz positiven Erwartungshaltung verbunden sind ($r = .48$). Personen mit hohem CSE-Wert bewerten Leistungssituationen also optimistischer. Gleichzeitig ist das Leistungsmotiv bei diesen Personen jedoch insgesamt von geringerer Bedeutung. So besteht in der vorliegenden Untersuchung ein, wenn auch schwacher signifikanter Zusammenhang zwischen CSE und dem Summenwert der beiden Leistungsmotivkomponenten. Eine positive Selbstbewertung geht demnach damit einher, Situationen weniger leistungsorientiert zu bewerten. Dies lässt sich dadurch erklären, dass bei hohem Selbstwertgefühl, emotionaler Stabilität sowie hoher Kompetenzerwartung und Kontrollüberzeugung Selbstaufwertungen durch Erfolge nur von gerin-

ger Wichtigkeit für eine Person sind und gleichzeitig Misserfolge keine Bedrohung des positiven Selbstkonzepts darstellen. Der Leistungsaspekt ist unter diesen Umständen damit insgesamt von geringerer Bedeutung als bei Personen mit einer negativeren Selbstbewertung.

Insgesamt betrachtet ist festzustellen, dass es mit der ACSES gelungen ist, eine modifizierte Form der G-CSES zu schaffen, die (1.) eine theoretisch erwartete Struktur einschließlich einer hohen internen Konsistenz aufweist, (2.) bereichsunspezifisch und in einem weiteren Einsatzfeld einsetzbar ist und (3.) mit der sich zu erwartende Zusammenhänge empirisch bestätigen lassen. Offen bleibt, welche Retest-Reliabilität die Skala bzw. welche langfristige Stabilität CSE aufweist, was hier nicht untersucht wurde. Dies schließt auch die Frage ein, inwiefern CSE durch psychologische Interventionen veränderbar ist. Auch wenn hohe CSE-Werte im Sinne einer positiven Selbstbewertung im Allgemeinen sicher positiv zu bewerten sind, sollten niedrige CSE-Werte jedoch nicht grundsätzlich als problematisch angesehen werden. Auch vordergründig negativ bewertete Persönlichkeitsmerkmale können in spezifischen Situationen wichtige Funktionen erfüllen und daher von Nutzen sein. Vielleicht kann die vorliegende Skala einen Beitrag leisten, diese noch offenen Fragen zur Bedeutung und Rolle von CSE weiter aufzuklären.

Literatur

- Atkinson, J. W. (1957). Motivational determinants of risk-taking behavior. *Psychological Review*, 64, 359–372.
- Borkenau, P. & Ostendorf, F. (1993). *NEO-Fünf-Faktoren-Inventar (NEO-FFI) nach Costa und McCrae*. Göttingen: Hogrefe.
- Chang, C.-H., Ferris, D. L., Johnson, R. E., Rosen, C. C. & Tan, J. A. (2012). Core Self-Evaluations: A Review and Evaluation of the Literature. *Journal of Management*, 38(1), 81-128.
- Costa, P. T. & McCrae, R. R. (1989). *The NEO PI/FFI manual supplement*. Odessa: Psychological Assessment Resources.
- Elliot, A. J. (1999). Approach and avoidance motivation and achievement goals. *Educational Psychologist*, 34, 169-189.
- Elliot, A. J. & Covington, M. V. (2001). Approach and avoidance motivation. *Educational Psychology Review*, 13, 73-92.
- Fahrenberg, J., Hampel, R. & Selg, H. (1994). Das Freiburger Persönlichkeitsinventar: FPI; revidierte Fassung FPI-R und teilweise geänderte Fassung FPI-A1; Handanweisung (6., ergänzte Aufl.). Göttingen: Hogrefe.
- Ferris, D. L., Johnson, R. E., Rosen, C. C., Djurdjevic, E., Chang, C.-H. & Tan, J. A. (2012). When Is Success Not Satisfying? Integrating Regulatory Focus and Approach/Avoidance Motivation Theories to Explain the Relation Between Core Self-Evaluation and Job Satisfaction. *Journal of Applied Psychology*. Advance online publication. DOI: 10.1037/a0029776
- Gjesme, T. & Nygard, R. (1970). *Achievement-related motives: Theoretical considerations and construction of a measuring instrument*. Unpublished report, University of Oslo. [Zitiert nach Lang & Fries (2006)]
- Heckhausen, H. (1963). *Hoffnung und Furcht in der Leistungsmotivation*. Meisenheim/Glan: Hain.
- Heilmann, T. & Jonas, K. (2010). Validation of a german-language core self evaluations scale. *Social behavior and personality*, 38(2), 209-226.

- Horn, J. L. (1965). A rationale and test for the number offactors in factor analysis. *Psychometrika*, 30, 179-185.
- Judge, T. A., Erez, A. & Bono, J. E. (1998). The power of being positive: The relation between positive self-concept and job performance. *Human Performance*, 11, 167-187.
- Judge, T. A., Erez, A., Bono, J. E. & Thoresen, C. J. (2002). Are measures of self-esteem, neuroticism, locus of control, and generalized self-efficacy indicators of a common core construct? *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 693–710.
- Judge, T. A., Erez, A., Bono, J. E. & Thoresen, C. J. (2003). The core self-evaluations scale: Development of a measure. *Personnel Psychology*, 53, 203-331.
- Judge, T. A., Locke, E. A. & Durham, C. C. (1997). The dispositional causes of job satisfaction: A core evaluations approach. *Research in Organizational Behavior*, 19, 151-188.
- Judge, T. A., van Vianen, A. E. M. & de Pater, I. E. (2004). Emotional stability, core self-evaluations, and job outcomes: A review of the evidence and an agenda for future research. *Human Performance*, 17, 325-346.
- Kammeyer-Mueller, J. D., Judge, T. A. & Scott, B. A. (2009). The Role of Core Self-Evaluations in the Coping Process. *Journal of Applied Psychology*, 94(1), 177-195.
- Körner, A., Geyer, M., Roth, M., Drapeau, M., Schmutzer, G., Albani, C., Schumann, S. & Brähler, E. (2008). Persönlichkeitsdiagnostik mit dem NOE-Fünf-Faktoren-Inventar: Die 30-Item-Kurzversion (NEO-FFI-30). *Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie*, 58, 238-245.
- Lang, J. W. B. & Fries, S. (2006). A Revised 10-Item Version of the Achievement Motives Scale. Psychometric Properties in German-Speaking Samples. *European Journal of Psychological Assessment*, 22, 216-224.
- McClelland, D.C., Atkinson, J.W., Clark, R. & Lowell, E.L. (1953). *The achievement motive*. New York: Appleton-Century-Crofts.

- Neyer, F. J. & Asendorpf, J. B. (2018). *Psychologie der Persönlichkeit (6. Auflage)*. Berlin: Springer.
- O'Connor, B. P. (2000). SPSS and SAS programs for determining the number of components using parallel analysis and Velicer's MAP test. *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers*, 32(3), 396-402.
- Ostendorf, F. & Angleitner, A. (2004). *NEO-Persönlichkeitsinventar nach Costa und McCrae. Revidierte Fassung*. Göttingen: Hogrefe.
- Packer, E. (1984). Understanding the subconscious. Lecture at The Jefferson School of Philosophy, Economics, and Psychology, Los Angeles, New York, & Toronto.
- Stumpp, T., Muck, P. M., Hülshager, U. R., Judge, T. A. & Maier, G. W. (2010). Core Self-Evaluations in Germany: Validation of a German Measure and its Relationships with Career Success. *Applied Psychology: An International Review*, 59, 674-700.
- Velicer, W. F. (1976). Determining the number of components from the matrix of partial correlations. *Psychometrika*, 41, 321-327.

Anhang

Angaben zu persönlichen Einstellungen und Verhaltensweisen:

Bitte lies die folgenden Aussagen sorgfältig durch. Kreuze bitte zu jeder Frage immer die Antwortmöglichkeit an, die auf dich persönlich am ehesten zutrifft. Dabei kannst du aus den folgenden Antwortmöglichkeiten wählen:

SA = starke Ablehnung

A = Ablehnung

N = neutral

Z = Zustimmung

SZ = starke Zustimmung

Bitte setze nur ein Kreuz pro Frage!

		starke Ablehnung	Ablehnung	Neutral	Zustimmung	starke Zustimmung
1.	Ich bin zuversichtlich, in meinem Leben das zu erreichen, was mir zusteht.	SA	A	N	Z	SZ
2.	Manchmal fühle ich mich niedergeschlagen.	SA	A	N	Z	SZ
3.	Wenn ich etwas anpacke, bin ich meistens erfolgreich.	SA	A	N	Z	SZ
4.	Manchmal fühle ich mich wertlos, wenn mir etwas nicht gelingt.	SA	A	N	Z	SZ
5.	Ich erledige Aufgaben erfolgreich.	SA	A	N	Z	SZ
6.	Manchmal habe ich das Gefühl, dass mir alles über den Kopf wächst.	SA	A	N	Z	SZ
7.	Im Großen und Ganzen bin ich mit mir zufrieden.	SA	A	N	Z	SZ
8.	Ich zweifle an meiner Kompetenz.	SA	A	N	Z	SZ
9.	Ich bestimme, was in meinem Leben passiert.	SA	A	N	Z	SZ
10.	Ich habe nicht das Gefühl, selbst beeinflussen zu können, ob ich erfolgreich bin.	SA	A	N	Z	SZ
11.	Ich bin in der Lage, mit den meisten meiner Probleme fertig zu werden.	SA	A	N	Z	SZ
12.	Es gibt Zeiten, in denen mir alles düster und hoffnungslos erscheint.	SA	A	N	Z	SZ