

## Burnout im Sport

Zur Prävalenz von Burnout aus bedingungsbezogener Perspektive

### Athlete Burnout Questionnaire (deutsche Version)

Item	Sub-skala	fast nie	selten	manchmal	oft	sehr oft
1. Ich erreiche viele erstrebenswerte Dinge in meiner Sportart.	ZB	1	2	3	4	5
2. Das Training ermüdet mich so stark, dass ich kaum noch Energie für andere Dinge habe.	PE	1	2	3	4	5
3. Die Energie, die ich in meine Sportart stecke, sollte ich besser für andere Dinge verwenden.	VL	1	2	3	4	5
4. Ich fühle mich übermäßig erschöpft durch meine sportliche Betätigung.	PE	1	2	3	4	5
5. Ich erreiche nicht viel in meiner Sportart.	ZB	1	2	3	4	5
6. Ich Sorge mich nicht so sehr um meine Leistungen in meiner Sportart, wie ich es früher getan habe.	VL	1	2	3	4	5
7. Ich schaffe es nicht, in meiner Sportart meine Leistungsfähigkeit voll auszuschöpfen.	ZB	1	2	3	4	5
8. Ich fühle mich ausgelaugt von meiner Sportart.	PE	1	2	3	4	5
9. Ich kann mich nicht mehr so für meine Sportart interessieren, wie ich es mal getan habe.	VL	1	2	3	4	5
10. Ich fühle mich körperlich erschöpft von meiner Sportart.	PE	1	2	3	4	5
11. Der Erfolg in meiner Sportart ist mir nicht mehr so wichtig, wie er es mal war.	VL	1	2	3	4	5
12. Die geistigen und körperlichen Anforderungen in meinem Sport erschöpfen mich.	PE	1	2	3	4	5
13. Es erscheint mir, dass, egal was ich tue, ich nicht das leiste, was ich leisten sollte.	ZB	1	2	3	4	5
14. Ich fühle mich erfolgreich in meiner Sportart.	ZB	1	2	3	4	5
15. Bezüglich meiner Sportart habe ich negative Gefühle.	VL	1	2	3	4	5

Legende: PE: Physische und emotionale Erschöpfung, VL: Vermindertes Leistungsstreben, ZB: Zweifel an der Bedeutung des Sports; Item 1 und 14 sind zu invertieren