

Elektronisches Supplement 1. Testverfahren zur Erfassung von Freude, Flow-Erleben und Erholung

	Physical Activity Enjoyment Scale (Jekauc et al., 2012) ^a	Magglinger Sportenjoyment Scale (Birrer & Stirnimann, 2009)	Sport Commitment Questionnaire (Scanlan et al., 1993) ^b	Exercise enjoyment Scale (Stanley, Williams & Cumming, 2009)	Berner Motiv- und Zielinventar (Lehnert, Sudeck & Conzelmann, 2011)	Flow-Kurzskala (Rheinberg, Vollmeyer & Engeser, 2003)	Work-related flow inventory (Bakker, 2007)
Stichprobengröße	<i>N</i> = 504 (50 % weiblich)	<i>N</i> = 602 (69 % weiblich)	<i>N</i> = 178 (47 % weiblich)	–	<i>N</i> = 1 098	<i>N</i> = 206	<i>N</i> = 1 346
Alter in Jahren	<i>M</i> = 13.9; <i>SD</i> = 2.2	<i>M</i> = 16.7; <i>SD</i> = 1.4	10–20	–	<i>M</i> = 34.8–63.1	–	<i>M</i> = 29.9–42.9
Altersbereich	Kindes- und Jugendalter	spätes Jugendalter	Jugendalter	–	Erwachsene	–	Erwachsene
Anwendungsbereich	körperliche Aktivität	Schulsport	spezifische Sportarten	Training	Freizeit- und Gesundheitssport	tätigkeitsübergreifend	Arbeitsbereich
Zeitliche Ausrichtung	State	State	Trait	State	Trait	State	Trait
Itemanzahl	16	20	19	3	24	10	13
Dimensionen	1	6 (relevant: 2)	6 (relevant: 1)	1	7 (relevant: 2)	2	3 (relevant: 2)
Vergnügen	Physical Activity Enjoyment	Freude an der Aktivität (4 Items)	Sport Enjoyment	Exercise-Enjoyment	Aktivierung / Freude (3 Items)	nein	Work Enjoyment (4 Items)
Flow-Erleben	nein	nein	nein	nein	nein	Absorbiertheit (4 Items), glatter Verlauf (6 Items)	Absorption (4 Items)
Erholung	1 Item	Spezielle Bewegungsempfindungen (4 Items)	nein	nein	Ablenkung / Katharsis (4 Items)	nein	nein

Anmerkungen: ^a Jekauc, Voelke, Wagner, Mewes und Woll (2012); ^b Scanlan, Carpenter, Schmidt, Simons und Keeler (1993)