

# SWE

## Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung

<b>Autoren</b>	Matthias Jerusalem & Ralf Schwarzer
<b>Wortlaut der Items</b>	<b>Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung (SWE)</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Wenn sich Widerstände auftun, finde ich Mittel und Wege, mich durchzusetzen.</li><li>2. Die Lösung schwieriger Probleme gelingt mir immer, wenn ich mich darum bemühe.</li><li>3. Es bereitet mir keine Schwierigkeiten, meine Absichten und Ziele zu verwirklichen.</li><li>4. In unerwarteten Situationen weiß ich immer, wie ich mich verhalten soll.</li><li>5. Auch bei überraschenden Ereignissen glaube ich, daß ich gut mit ihnen zurechtkommen kann.</li><li>6. Schwierigkeiten sehe ich gelassen entgegen, weil ich meinen Fähigkeiten immer vertrauen kann.</li><li>7. Was auch immer passiert, ich werde schon klarkommen.</li><li>8. Für jedes Problem kann ich eine Lösung finden.</li><li>9. Wenn eine neue Sache auf mich zukommt, weiß ich, wie ich damit umgehen kann.</li><li>10. Wenn ein Problem auftaucht, kann ich es aus eigener Kraft meistern.</li></ol>
<b>Antwortformat</b>	(1) stimmt nicht, (2) stimmt kaum, (3) stimmt eher, (4) stimmt genau.
<b>Quelle</b>	Schwarzer, R. & Jerusalem, M. (Hrsg.) (1999). <i>Skalen zur Erfassung von Lehrer- und Schülermerkmalen. Dokumentation der psychometrischen Verfahren im Rahmen der Wissenschaftlichen Begleitung des Modellversuchs Selbstwirksame Schulen</i> . Berlin: Freie Universität Berlin. <a href="http://www.fu-berlin.de/gesund/">http://www.fu-berlin.de/gesund/</a>
<b>Vorgänger-/Originalversion</b>	Die Skala ist über 20 Jahre hinweg in redaktionell nur leicht veränderten Versionen eingesetzt worden. Die o. g. Quelle enthält die aktuellste Version.
<b>Anwendungsbereich</b>	Die Skala SWE wird bei Erwachsenen und Jugendlichen eingesetzt (12 Jahre bis ins hohe Alter). Sie dient der Persönlichkeitsdiagnostik auf Gruppenebene.
<b>Bearbeitungszeit</b>	Die Bearbeitungszeit variiert mit den Besonderheiten der jeweiligen Stichprobe und liegt im Durchschnitt bei 4 Minuten.
<b>Kurzbeschreibung</b>	Selbstbeurteilungsverfahren mit 10 Items zur Erfassung von allgemeinen optimistischen Selbstüberzeugungen. Es misst die optimistische Kompetenzerwartung, also das Vertrauen darauf, eine schwierige Lage zu meistern, wobei der Erfolg der eigenen Kompetenz zugeschrieben wird. Inzwischen sind auch bereichsspezifische Varianten publiziert wie z. B. die schulbezogene SWE (Jerusalem & Satow, 1999;

## Theoretischer Hintergrund

Jerusalem & Mittag, 1999; Satow, 1999), die Lehrer-SWE (Schmitz & Schwarzer, 2000) und die kollektive Lehrer-SWE (Schwarzer & Jerusalem, 1999; Schwarzer & Schmitz, 1999).

Das Instrument ist auf der Grundlage des Selbstwirksamkeitskonzepts (perceived self-efficacy) entstanden, das Bandura erstmalig 1977 formuliert hatte und das einen wesentlichen Aspekt seiner sozial-kognitiven Theorie (Bandura, 1997) ausmacht. Es ist eigentlich als ein situationsspezifisches Konstrukt gedacht, wobei der Grad an Spezifität jedoch sehr variieren kann. Allgemeine SWE stellt dazu einen extremen Pol dar und beruht auf der Annahme, dass Menschen ihre Erfolgs- und Misserfolgserfahrungen sich selbst zuschreiben und danach generalisieren können. Dabei finden nicht nur induktive Prozesse (von spezifisch zu allgemein), sondern auch deduktive Prozesse (von allgemein zu spezifisch) statt. Die Skala misst die subjektive Überzeugung, kritische Anforderungssituationen aus eigener Kraft erfolgreich bewältigen zu können. Dabei wird an neue oder schwierige Situationen aus allen Lebensbereichen gedacht sowie an Barrieren, die es zu überwinden gilt. SWE soll die konstruktive Lebensbewältigung vorher-sagen (Jerusalem, 1990; Schwarzer, 1994).

## Entwicklung des Tests

Im Jahre 1979 wurde einigen Hundert Schülern ein grosser Itempool vorgegeben, der aufgrund von psychometrischen Kennwerten auf 20 Items reduziert wurde. In weiteren Studien an verschiedenen Populationen wurden die Kennwerte repliziert, so dass das Instrument seit 1981 in seiner ökonomischen 10-Item-Fassung verbreitet ist. Zahlreiche Studien haben die Eindimensionalität sowie den Nutzen der Skala als Prognoseverfahren bestätigt. Das Instrument liegt nun in 27 Sprachen vor, und die Rohdaten von 18.000 Teilnehmern aus 23 Ländern sind im Internet als SPSS-File frei verfügbar ([http://www.fu-berlin.de/gesund/gesu\\_engl/world\\_zip.htm](http://www.fu-berlin.de/gesund/gesu_engl/world_zip.htm)).

## Aufbau und Auswertung

Es handelt sich um eine eindimensionale Skala von 10 Items, die möglichst nach Zufall in ein grösseres Erhebungsinstrument eingemischt werden sollten. Die Items, die alle gleichsinnig gepolt sind, werden vierstufig beantwortet : (1) stimmt nicht, (2) stimmt kaum, (3) stimmt eher, (4) stimmt genau (Beispielitem: „Wenn ein Problem auftaucht, kann ich es aus eigener Kraft meistern“). Jedes Item bringt eine internal-stabile Attribution der Erfolgserwartung zum Ausdruck. Darin liegt der entscheidende Unterschied zum dispositionalen Optimismus (Schwarzer, 1994, 1999). Der individuelle Testwert ergibt sich durch das Aufsummieren aller zehn Antworten, so dass ein Score zwischen 10 und 40 resultieren muss.

## Gütekriterien

Im Laufe von zwei Jahrzehnten haben zahlreiche Studien gute psychometrische Kennwerte für die Skala hervorgebracht. Einige davon sind zuletzt dokumentiert in Schwarzer und Jerusalem (1999) sowie Schwarzer, Mueller und Greenglass (1999). Beim Vergleich von 23 Nationen streuten die internen Konsistenzen (Cronbachs alpha) zwischen .76 und .90, in allen deutschen Stichproben zwischen .80 und .90.

Die Skala ist eindimensional, auch in solchen seltenen Fällen, in denen mehr als ein Eigenwert in Hauptkomponentenanalysen größer als eins ist, wie konfirmative Faktorenanalysen zeigen. Mit anderen Worten: eine zweifaktorielle Lösung lässt sich den Daten nicht besser anpassen als eine einfaktorielle.

Kriterienbezogene Validität ist gegeben durch zahlreiche Korrelationsbefunde mit anderen relevanten Variablen. Es gibt enge positive Zu-

sammenhänge zum dispositionalen Optimismus und zur Arbeitszufriedenheit und enge negative Zusammenhänge zu Ängstlichkeit, Depressivität, Burnout, Stresseinschätzungen (Bedrohung, Verlust), usw. Bei DDR-Übersiedlern wurden körperliche Beschwerden und Depressivität im Verlauf von zwei Jahren vorhergesagt, und bei Herzpatienten konnten die Genesung und die postoperative Lebensqualität nach sechs Monaten gut prognostiziert werden.

## Normen

Normen (T-Werte) sind im Internet zu finden unter [http://www.fu-berlin.de/gesund/skalen/t\\_norms.htm](http://www.fu-berlin.de/gesund/skalen/t_norms.htm). Dort sind auch Validitätskoeffizienten angegeben. Die Mittelwerte liegen für die meisten Stichproben bei ca. 29 Punkten, die Standardabweichung bei ungefähr 4 Punkten (vgl. Schwarzer & Jerusalem, 1999; Schwarzer, Mueller & Greenglass, 1999).

## Literatur

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Jerusalem, M. (1990). *Persönliche Ressourcen, Vulnerabilität und Streßerleben*. Göttingen: Hogrefe.
- Jerusalem, M. & Mittag, W. (1999). Selbstwirksamkeit, Bezugsnormorientierung, Leistung und Wohlbefinden in der Schule. In M. Jerusalem & R. Pekrun (Hrsg.), *Emotion, Motivation und Leistung* (S. 223-245). Göttingen: Hogrefe.
- Jerusalem, M. & Satow, L. (1999). Schulbezogene Selbstwirksamkeitserwartung. In R. Schwarzer & M. Jerusalem, (Hrsg.), *Skalen zur Erfassung von Lehrer- und Schülermerkmalen*. (S. 15). Berlin: Freie Universität Berlin.
- Satow, L. (1999). Zur Bedeutung des Unterrichtsklimas für die Entwicklung schulbezogener Selbstwirksamkeitserwartungen. Eine Mehrebenenanalyse mit latenten Variablen. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 31 (4), 171-179.
- Schmitz, G. S. & Schwarzer, R. (2000). Selbstwirksamkeitserwartung von Lehrern: Längsschnittbefunde mit einem neuen Instrument. *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie*, 14 (1), 12-25.
- Scholz, U., Gutiérrez-Doña, B., Sud, S., & Schwarzer, R. (2001-submitted). Is perceived self-efficacy a universal construct? Psychometric findings from 25 countries.
- Schwarzer, R. (1994). Optimistische Kompetenzerwartung: Zur Erfassung einer personalen Bewältigungsressource. *Diagnostica*, 40 (2), 105-123.
- Schwarzer, R. (1999). Self-regulatory processes in the adoption and maintenance of health behaviors: The role of optimism, goals, and threats. *Journal of Health Psychology*, 4 (2), 115-127.
- Schwarzer, R. & Jerusalem, M. (1995). Generalized Self-Efficacy scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston (Eds.), *Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs* (pp. 35-37). Windsor, UK: NFER-NELSON.
- Schwarzer, R. & Jerusalem, M. (Hrsg.) (1999). *Skalen zur Erfassung von Lehrer- und Schülermerkmalen. Dokumentation der psychometrischen Verfahren im Rahmen der Wissenschaftlichen Begleitung des Modellversuchs Selbstwirksame Schulen*. Berlin: Freie Universität Berlin.
- Schwarzer, R., Mueller, J. & Greenglass, E. (1999). Assessment of perceived general self-efficacy on the Internet: Data collection in cyberspace. *Anxiety, Stress, and Coping*, 12, 145-161.
- Schwarzer, R. & Schmitz, G. S. (1999). Kollektive Selbstwirksamkeitserwartung von Lehrern. Eine Längsschnittstudie in zehn Bundesländern. *Zeitschrift für Sozialpsychologie*, 30 (4), 262-274.

**Autor des Beitrags**

Schwarzer, R., & Scholz, U. (2000). Cross-Cultural Assessment of Coping Resources: The General Perceived Self-Efficacy Scale. Paper presented at the First Asian Congress of Health Psychology: Health Psychology and Culture, Tokyo, Japan.

Prof. Dr. Ralf Schwarzer  
Freie Universität Berlin  
Psychologie  
Habelschwerdter Allee 45  
14195 Berlin  
eMail: [health@zedat.fu-berlin.de](mailto:health@zedat.fu-berlin.de)  
<http://www.RalfSchwarzer.de>