



## Bachelorarbeit

„Der Zusammenhang von Life Action Roleplay (LARP) mit der emotionalen Intelligenz und dem psychologischen Wohlbefinden von Menschen mit und ohne psychischen Erkrankungen – anhand einer Interventionsstudie“

Technische Universität Carolo-Wilhelmina zu Braunschweig  
Institut für Psychologie  
Abteilung für klinische Psychologie  
In Zusammenarbeit mit der Leuphana Universität Lüneburg  
Braunschweig, Datum 27.06.2025

Vorgelegt von: Henriette Viktoria Köster

Matrikelnummer: 5244863

Erstgutachterin: Prof. Dr. Beate Muschalla

(Abteilung für Klinische Psychologie, Psychotherapie und Diagnostik, TU Braunschweig)

Zweitgutachter und Betreuer: Prof. Dr. Sebastian Wallot

(Institute for Sustainability Psychology (ISP), Leuphana Universität Lüneburg)

## Zusammenfassung

Life Action Roleplay (LARP) wurde in der Vergangenheit besonders qualitativ und im Zusammenhang mit psychischen Erkrankungen erforscht. In dem jungen Forschungsfeld können noch viele Erkenntnisse gesammelt werden, um Aussagen über die Zusammenhänge mit LARP zu treffen. Die quasi-experimentelle Interventionsstudie dieser Arbeit untersucht, ob der Besuch einer LARP-Convention Auswirkungen auf die emotionale Intelligenz und das psychologische Wohlbefinden von Live-Rollenspieler\*innen hat. Zusätzlich werden die psychischen Erkrankungen der Proband\*innen in die Analyse einbezogen. Für die Studie werden an vier Messzeitpunkten die standardisierten Fragebögen des „Comprehensive Inventory of Thriving“ und das „Emotional Intelligence Inventar“ eingesetzt. Um die Daten der LARP-Convention vergleichen zu können, werden in einem Selbstkontroll-Design ebenfalls Daten an einem LARP-freien Kontrollwochenende erhoben. Die Ergebnisse zeigten eine Stabilität der emotionalen Intelligenz über den gesamten Erhebungszeitraum. Bei dem psychologischen Wohlbefinden konnten signifikante Unterschiede bei mehreren Dimensionen erörtert werden. Bei der Dimension „Optimismus“ war die Ausprägung nach der LARP-Con signifikant höher als zum Kontrollwochenende. Der Effekt der Dimension „Einsamkeit“ war nach der LARP-Con signifikant geringer, auch im Vergleich zum Kontrollwochenende. Die Dimensionen „Beziehung“, „Gemeinschaft“ und „Steuerung“ waren vor der LARP-Con zu mindestens einem Zeitpunkt des Kontrollwochenendes signifikant höher ausgeprägt. Unter Einbezug psychischer Erkrankungen in die statistische Analyse konnten ebenfalls vereinzelte Unterschiede zwischen Live-Rollenspieler\*innen mit und ohne psychische Erkrankungen festgestellt werden. Jedoch erzeugte nur die Dimension „Selbstwert“ signifikante Unterschiede innerhalb der Diagnosegruppe in Abhängigkeit mit der LARP-Convention. Die Gruppe mit psychischer Diagnose zeigte einen signifikant höheren „Selbstwert“ an den Messzeitpunkten der LARP-Con im Vergleich zum Kontrollwochenende. Trotz der kleinen Stichprobe ( $N=24$ ) ließen sich erste Hinweise auf potenzielle Zusammenhänge von LARP erkennen. Weitere Forschung mit einem größeren Stichprobenumfang wird empfohlen.

Keywords: Life Action Roleplay (LARP), Convention, emotionale Intelligenz, psychologisches Wohlbefinden, psychische Erkrankungen

## Danksagung

Zuerst gebührt mein Dank Herrn Prof. Dr. Sebastian Wallot für die Betreuung und Begutachtung dieser Bachelorarbeit. Für die Möglichkeit, mein Herzensthema im Rahmen dieser Bachelorarbeit zu bearbeiten, sowie für den konstruktiven und flexiblen Austausch während des gesamten Bearbeitungsprozess bin ich ihm außerordentlich verbunden. Ebenso gilt mein Dank meiner Erstgutachterin Frau Prof. Dr. Muschalla für ihre fachliche Unterstützung und die stets zuverlässige Erreichbarkeit bei spezifischen Rückfragen.

Ich bedanke mich bei allen Teilnehmer\*innen meiner Befragung, insbesondere an den Verein Münzquell e.V., mit dem eine langjährige, persönliche Verbundenheit besteht. Ohne eure Teilnahme wäre diese Arbeit nur erschwert realisierbar gewesen. Zudem bedanke ich mich bei den Vereinen Vendera e.V., Alozo-Orga und IG-LARP für die freundliche Unterstützung bei der Verarbeitung der Studie im Rahmen ihrer LARP-Veranstaltungen.

Abschließend danke ich meinem Partner, meinen Freund\*innen, Kommiliton\*innen und meinen Eltern für ihre beständige Unterstützung während der Bearbeitung dieser Arbeit. Ihr Zuspruch hat maßgeblich dazu beigetragen, dass ich diese Arbeit mit Optimismus und Beharrlichkeit vollenden konnte. Mein besonderer Dank gilt meiner Schwester, die mir in jeder Phase mit Rat, Ermutigung und aufrichtiger Kritik zur Seite stand.

# Inhaltsverzeichnis

Tabellenverzeichnis .....	5
Abkürzungsverzeichnis.....	5
1. Einleitung.....	6
2. Theoretischer Rahmen .....	7
2.1. Definitionen und Grundlagen von Life Action Roleplay .....	7
2.1.1. Was ist Rollenspiel? .....	7
2.1.2. Was ist LARP? .....	8
2.1.3. Formen und Ausbreitung von LARP .....	8
2.2. Bisheriger Forschungsstand zu LARP .....	9
2.3. Emotionale Intelligenz .....	11
2.4. Psychologisches Wohlbefinden .....	11
2.5. Fragestellung .....	12
3. Methode .....	13
3.1. Untersuchungsablauf .....	13
3.2. Material .....	14
3.2.1. Emotional Intelligence Inventar (EI4) von Satow (2012) .....	14
3.2.2. Comprehensive Inventory of Thriving (CIT) von Su, Tay & Diener (2014).....	14
3.2.3. Soziodemografie und weitere Konstrukte .....	16
3.3. Stichprobe .....	17
3.4. Design und Operationalisierung der Konstrukte .....	18
3.5. Statistik .....	20
4. Ergebnisse.....	21
4.1. Zusammenfassende Übersicht der Daten .....	21
4.2. Emotionale Intelligenz – erste Hypothese.....	23
4.3. Psychologisches Wohlbefinden – zweite Hypothese .....	23
4.4. Psychische Diagnose – Nebenhypothese .....	25
5. Diskussion .....	26
Literatur.....	31
Anhang.....	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>
Eidesstaatliche Erklärung .....	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>

## Tabellenverzeichnis

Tabelle 1 *Deskriptive Statistiken der Skalen des EI4 und CIT*.....21

Tabelle 2 *Überarbeitung des CIT zur Anpassung an den Kontext einer LARP-Con* .....**Fehler! Textmarke nicht definiert.**

Tabelle 3 *Deskriptive Statistik aller Skalen des EI4 und CIT mit Diagnosen***Fehler! Textmarke nicht definiert.**

Tabelle 4 *Ergebnisse des Shapiro-Wilk-Test für alle Dimensionen*....**Fehler! Textmarke nicht definiert.**

## Abkürzungsverzeichnis

AV	Abhängige Variable
CIT	Comprehensive Inventory of Thriving
D&D	Dungeons und Dragons
EI4	Emotional Intelligence Inventar
IT	In-Time (im Spiel)
KSW	Knübbeln, Schnibbeln und Wuseln (LARP-Con von Münzquell e.V.)
KVT	Kognitive Verhaltenstherapie
LARP	Live Action Roleplay
LARP-Cons	<i>LARP-Conventions</i> (Englisch von Zusammentreffen)
NSC	Nicht-Spieler*in-Charakter
Orga	Organisation
P&P	Pen und Paper
rmANOVA	Repeated-Measures-ANOVA
SC	Spieler*in-Charakter
UV	Unabhängige Variable

# 1. Einleitung

Live Action Roleplay (LARP) ist eine Freizeitbeschäftigung, die Teilnehmer\*innen in fiktive Welten „entführt“, um dort als selbstgewählte oder zugewiesene Charaktere mit anderen zu interagieren. Dieses findet nicht in der virtuellen, sondern in der realen Welt statt und die Teilnehmer\*innen interagieren auf den LARP-Conventions (LARP-Cons) in Form eines Improvisationstheaters. Dabei sind LARP-Cons nicht nur die Gelegenheit für kreative Selbstdarstellung, sondern auch soziale Treffpunkte, die emotionale und psychische Prozesse in Gang setzen. LARP bietet die Möglichkeit, eskapistisch und immersiv in andere oder neue Charakteraspekte des eigenen Selbst einzutauchen. Die immersiven Rollenspiele finden vor allem in einem Mittelalter-Fantasy-Setting statt (Balzer, 2008; Schlickmann, 2015; Volkmann, 2024).

Der Umfang systematischer und quantitativer Forschung von LARP in der Psychologie ist bisher sehr gering. Es ist bekannt, dass sich das Erwachsenenspiel immer weiterverbreitet und Rollenspiele als sinnvolle psychotherapeutische Maßnahme dienen (Lubbers, Cadwallader, Lin, Clifford & Frazier, 2023; Blanche, Chang & Parham, 2024). Die Ergebnisse deuten auf einen positiven Nutzen von LARP für die Gesellschaft hin, darunter LARP als psychotherapeutische Intervention in der kognitiven Verhaltenstherapie (Bartenstein, 2024) und als Trainingsmöglichkeit verschiedener Kompetenzen (Balzer, 2008). Daneben bestehen Erkenntnisse zu LARP im Zusammenhang mit Emotionen und der emotionalen Intelligenz. Erste qualitative Hinweise deuten an, dass LARP als eine Art „Safe Space“ für psychisch Erkrankte fungieren kann, bei dem sich Teilnehmende ausprobieren und mit intensiven Emotionen auseinandersetzen (Visuri, 2024). Solche Erlebnisse wirken womöglich auf das psychologische Wohlbefinden (Lehto, 2021) und die emotionale Intelligenz (Balzac, 2016; Pressler, 2020).

Das Ziel dieser Bachelorarbeit ist es, den Einfluss einer einzelnen LARP-Convention auf emotionale Intelligenz und psychologisches Wohlbefinden zu untersuchen. Dabei werden zusätzlich Live-Rollenpieler\*innen mit und ohne psychische Diagnose verglichen. Ergänzend wird der Einfluss eines Wochenendes ohne LARP als Kontrollbedingung erhoben, um Unterschiede zu prüfen. Die Studie wird mit einem Messwiederholungsdesign durchgeführt. Mit Hilfe validierter Fragebögen sollen zu allen Messzeitpunkten kurzfristige Effekte erfasst und differenziert betrachtet werden. Verwendet werden der „Comprehensive Inventory of Thriving“ (CIT) (Su, Tay & Diener, 2014) zu Erfassung des psychologischen Wohlbefindens und das „Emotionale Intelligenz Inventar“ (EI4) (Satow, 2012) für die emotionale Intelligenz. Einzelne Fragen zur Erhebung der psychischen Erkrankungen wurden von Dittmar (2024) abgeleitet.

Gerade in einer Zeit, in der psychisches Wohlbefinden zunehmend als zentraler Aspekt gesellschaftlicher Gesundheit wahrgenommen wird, könnte diese Studie, für die Praxis im

Bereich psychologischer Prävention und Intervention, neue Impulse liefern, in dem LARP auch zur Förderung der emotionalen Intelligenz eingesetzt wird.

## 2. Theoretischer Rahmen

### 2.1. Definitionen und Grundlagen von Life Action Roleplay

Life Action Roleplay (LARP) kann in unterschiedlichen Formen ausgeübt werden. Eine Vorstellung aller Genre und Arten von LARP werden aufgrund ihrer Komplexität nicht weiter aufgeführt. Daher werden im Folgenden die für diese Arbeit wichtigsten Aspekte des Konzepts vorgestellt und erläutert.

#### 2.1.1. Was ist Rollenspiel?

Rollenspiel wird als „handlungsorientiertes Spielverfahren“ bezeichnet (Broich, 1992, S. 11). Geschichtlich legte 1921 Moreno mit dem Stehgreiftheater einen Grundstein des Rollenspiels. Aus dem Stehgreiftheater entwickelte sich die Methode des Psychodramas. Morenos These beschreibt „Rollenspielhandeln“ als Mechanismus, bei dem Gelerntes internalisiert werden kann und dieses erlernte Verhalten später reproduziert wird (Moreno, 1973). Rollenspiele finden seit der Entwicklung des Psychodramas in der Psychologie immer mehr Anklang. Es wird sowohl zu therapeutischen Zwecken als auch zur qualitativen Forschung angewendet (Stahlke, 2020). Ein weiterer Forschungsschwerpunkt des Rollenspiels liegt in der Psychologie des Spiels. Oerter (1997) argumentiert, dass sich das Spiel im Erwachsenenalter in strukturierte und regelgeleitete Formen transformiert. Der spontane, zweckfreie Spielimpuls tritt dabei zunehmend in den Hintergrund. Seit den 70er und 80er Jahren entstanden Pen und Paper-Rollenspiele (P&P), die gemeinschaftlich an einem Tisch durchgeführt wurden (Riggs, 2022). Parallel dazu rückten die Effekte des spielerischen Erwachsenenspiel vermehrt in den Forschungsschwerpunkt (Blanche et al., 2024). Erwachsenenspiel ist positiv mit psychischer Gesundheit korreliert und hat im Erwachsenenalter Bedeutung (Lubbers et al., 2023).

Pen & Paper hatte seinen Ursprung offiziell 1974 mit der Veröffentlichung von Dungeons und Dragons (D&D) von Gygax und Arneson (1974). Diese Form von Rollenspiel basiert auf der Fantasy-Buchreihe „Herr der Ringe“ von Tolkien (History of TSR, 2003). Die Erschaffung von D&D kann als „Grundlage des modernen, privat genutzten Rollenspiels angesehen werden“ (Balzer, 2008, S. 18). P&Ps grenzen sich von klassischem Theater dadurch ab, dass sie privat durchgeführt werden und nicht für die breite Öffentlichkeit zugänglich sind. Bei P&P werden die Charaktere durch festgelegte Attribute und Charaktereigenschaften mit Zahlenwerten auf Blättern flexibel definiert. (Gygax & Arneson, 1974; Riggs, 2022). Was P&P von gewöhnlichen dramaturgischen Rollenspielen unterscheidet, sind die Offenheit und der Ablauf. Offene Rollenspiele geben keine festgelegten Texte und Handlungen vor. Der Hintergrund wird

vorgegeben und daran kann man sich nach eigenem Interesse oder Interesse des Spielcharakters orientieren. Dadurch ist man zu keinem Ablauf gezwungen und kann frei agieren (Bodenstein & Geise, 1987).

### 2.1.2. Was ist LARP?

Ein genauer LARP-Ursprung ist unklar. Der Begriff selbst wird seit den 1990er Jahren häufiger aufgefunden. Daneben geben Balzer (2008) und Kerschitz (2020) an, dass Rollenspiele wie verschiedene P&P und D&D bereits in den 80er Jahren an der Entstehung und dem Aufschwung von LARP beteiligt waren. Während P&P und andere Rollenspiele in virtuellen oder imaginierten Kontexten verbleiben, wird die Rolle im LARP real verkörpert und im physischen Raum inszeniert. LARP wird auf einem realen Gelände, passenden Verkleidungen und Requisiten durchgeführt. Alles wird so realistisch dargestellt, wie möglich (Balzer, 2008; Dittmar, 2024; Volkmann, 2024). Volkmann (2024) definiert LARP als „eine Art von Rollenspiel, bei dem die Teilnehmenden in unstrukturiertes und improvisiertes Schauspiel eintauchen, Charaktere verkörpern und sich auf ein immersives, fantasievolles Spiel einlassen“ (Volkmann, 2024, S. 1; Übersetzung mit ChatGPT: OpenAI, 2025). Immersion bedeutet, dass sich die Grenzen zwischen Fantasie und Realität etwas auflösen, wodurch sich die Fantasie-Situationen realer anfühlen und man in ihnen aufgehen kann (Volkmann, 2024).

Schlickmann (2015) beschreibt, dass LARP das Ziel hat, gedankliche Abenteuer körperlich zu erfahren. Dabei nehmen Live-Rollenspieler\*innen häufig Abstand von ihrem Alltag und nutzen genannte Immersion und Eskapismus als kreative Pause ihrer Realität. Die Teilnehmer\*innen der LARP-Cons können sich häufig entscheiden, ob sie als selbstgestaltete Spieler\*incharacter (SC) oder zugewiesene Nicht-Spieler\*incharacter (NSC) agieren. Zusätzlich kann man sich auch zwischen Organisationstätigkeiten und Spielanleitung entscheiden.

Die Eskapismusthese nach Vorderer (1996) geht davon aus, dass Menschen durch bestimmte Lebensumstände vorübergehend ihre Realität kognitiv und emotional verlassen. Charaktere für LARP zu erstellen, bedeutet, dass sich Charakterzüge und Motivationen der gespielten Rollen häufig von den Charakterzügen der realen Person unterscheiden: „Man kann sich als etwas präsentieren, das man im wirklichen Leben nicht ist.“ (Volkmann, 2024, S. 43; Übersetzung mit ChatGPT: OpenAI, 2025).

### 2.1.3. Formen und Ausbreitung von LARP

Laut LARP-Zensus, einer umfassenden Online-Erhebung von Engelhardt (2018) über die soziodemografischen Verteilungen und Interessen von Live-Rollenspieler\*innen im deutschsprachigen Raum (Deutschland, Liechtenstein, Schweiz), gaben 60,23% der Teilnehmer\*innen „High-Fantasy“ als bevorzugtes LARP-Genre an. Darüber hinaus ist LARP nicht nur im europäischen Raum, sondern auch in den USA, Australien und skandinavischen Ländern

verbreitet. Die Ergebnisse wurden von Bolle (2013) durch eine mehrjährige Analyse des „LARP-Kalenders“ von Thilo Wagner bestätigt. Thilo-Wagners-LARP-Kalender ist ein in der LARP-Szene etabliertes Verzeichnis für LARP-Cons aller Art (Wagner, abgerufen am 20.01.2025). Seit 2006 dominierten Mittelalter-Fantasy-Settings mit einem Anteil von 75% der verzeichneten LARP-Cons. Des Weiteren zeigen die Daten einen Anstieg eingetragener LARP-Cons von 49 im Jahre 1995 bis hin zu 733 im Jahr 2007 (Bolle, 2013). Ein weiteres Beispiel für die wachsende Popularität von LARP ist das jährlich stattfindende „Conquest of Mythodea“ in Brokeloh bei Hannover. Seit seiner Gründung im Jahr 2004 hat sich die LARP-Con mit bis zu 10.000 Teilnehmer\*innen zur größten Mittelalter-Fantasy-LARP-Con Europas entwickelt (Burgschneider GmbH, 2024). Auch wenn die vorgestellten Datenquellen nicht ausreichend den wissenschaftlichen Gütekriterien entsprechen und sie deshalb vorsichtig zu interpretieren sind, zeigen sie dennoch Tendenzen der wachsenden Beliebtheit und internationalen Verbreitung von LARP.

LARP-Cons unterscheiden sich hinsichtlich ihrer Dauer, Gruppengröße, thematischen Ausrichtung und logistischen Rahmenbedingungen. Häufig angebotene LARP-Cons nennen sich (eintägige) „Tavernen“ oder Wochenend-Cons. Sie zeichnen sich durch ein kurzes Spielgeschehen aus. Der Rollenspielbeginn („Time In“) erfolgt bei einer LARP-Con am Wochenende meist am frühen Freitagnachmittag, das Ende („Time Out“) in der Nacht von Samstag auf Sonntag. LARP-Cons am Wochenende variieren hingegen in ihrer Gestaltung. Manche Organisationen (Orgas) der LARP-Cons konzentrieren sich auf das immersive Erleben einer Geschichte, andere haben eine taktische Ausrichtung auf Kampf. LARP-Kampf findet mit realistisch aussehenden Gummiwaffen statt und erinnert an mittelalterliches Kriegsspiel (Balzer, 2008; Schlickmann, 2015). Technische Geräte wie Mobiltelefone oder Laptops sind auf Fantasy-LARPs nicht vorgesehen (Kerschitz, 2020).

## 2.2. Bisheriger Forschungsstand zu LARP

Die wissenschaftliche Auseinandersetzung mit LARP konzentriert sich bislang überwiegend auf qualitative Ansätze oder Übersichtsarbeiten. Quantitative Untersuchungen zu den psychologischen Wirkungen von LARP sind bislang kaum vorhanden. Im Folgenden wird daher ein Überblick über die bestehende Forschungslage gegeben, wobei thematisch einschlägige Ergebnisse berücksichtigt und in den Kontext der vorliegenden Arbeit eingeordnet werden.

Volkman (2024) führte eine qualitative Studie durch, bei der in offenen Interviewfragen die generelle Wahrnehmung und Einflüsse von LARP untersucht wurden. Beispielsweise ergab die Frage nach dem spielerischen Einfluss von LARP, dass LARP die kreativen Prozesse unterstützt und andere Blickwinkel und Beziehungen verursacht. Dabei werden neue Fähigkeiten entwickelt und genutzt (Volkman, 2024). Passend dazu berichtet Balzer (2008),

dass sich im LARP erlebte Kompetenzen real entwickeln. Das Gehirn unterscheidet beim Kompetenzerleben und -erlernen nicht zwischen der gespielten Situation und der echten Situation.

Laut der Bachelorarbeit von Dittmar (2024) lagen in seiner Studie bei Live-Rollenspieler\*innen häufiger Diagnosen psychischer Erkrankungen im Vergleich zu Nicht-Live-Rollenspieler\*innen vor. Eine Begründung kann die Möglichkeit freier Entfaltung sein. Eine Studie hat Autist\*innen beim LARP qualitativ analysiert. Die Ergebnisse zeigen, dass neben Eskapismus auch die Offenheit der Liverollen-Spieler\*innen gegenüber Neurodiversität eine mögliche Begründung dafür sein kann, dass Autist\*innen im LARP einen „Save Space“ und einen „Brave Space“ finden können. Das wirkt sich positiv auf das Wohlbefinden der Teilnehmer\*innen aus (Visuri, 2024). Rollenspiel korreliert auch mit dem (psychologischen) Wohlbefinden (Lehto, 2021). Bartenstein (2024) hat passend zum Thema psychische Erkrankungen auf Ähnlichkeiten zwischen LARP und kognitiver Verhaltenstherapie (KVT) Bezug genommen und sieht KVT-orientiertes LARP als mögliche hilfreiche Intervention für die Behandlung psychischer Krankheiten. Wie bereits bekannt, ist Rollenspiel eine klassische Intervention in der Verhaltenstherapie, die seit den 1970er Jahren auf Lazarus zurückgeht (Zimmer, 2012). Je nach Auffassung kann LARP als erweitertes immersives Rollenspiel verstanden werden. In der Psychologie werden solche gezielten Maßnahmen als „Interventionen“ bezeichnet, also als Maßnahmen, deren Wirkung auf ein Zielmerkmal untersucht wird (Wirtz, 2021). Beide Erklärungsansätze sind bisher nicht ausreichend empirisch belegt und geben somit nur gedankliche Tendenzen. Ein anderer Begriff, welcher diesen Ansätzen gegenübersteht, ist der „Post-LARP-Blues“ oder die „Post-LARP-Depression“. Einige Teilnehmer\*innen verschiedener LARP-Cons berichteten von einer psychisch negativen Phase im direkten Anschluss einer LARP-Con, bei der sie sich zum Teil realitätsfern und motivationslos fühlten. Die genauen Einflüsse davon sind nicht bekannt (Bowman & Torner, 2014).

Mit der Bildung von Emotionen im LARP hat sich Vorobeva (2017) in Russland beschäftigt. Sie bezeichnete LARP als „starkes Werkzeug für Emotionen“ (Vorobeva, 2017, S. 1). Neben der generellen Verbindung zwischen Emotionen und LARP, wurde LARP in den direkten Zusammenhang mit dem Thema emotionale Intelligenz und Führung gesetzt. Balzac (2016) hat eine qualitative Studie durchgeführt, in der Live-Rollenspieler\*innen zusammen mit Führungskompetenzen untersucht wurden. Die Ergebnisse zeigen eine erhöhte soziale Wahrnehmung, was mit emotionaler Intelligenz korreliert (Goleman, 1998b; Satow, 2012). Pressler hatte 2020 ihre Masterarbeit über die Funktion von LARP im Hinblick zur emotionalen Intelligenz und dem Gemeinschaftssinn von Polizist\*innen veröffentlicht. Dort spielte das immersive Gefühl der Selbstwahrnehmung im LARP eine große Rolle.

Zusammenfassend zeigt sich, dass insbesondere die quantitative Forschung über LARP bislang sehr überschaubar ist und viele Ergebnisse bestätigt werden müssen. Es gibt

mehrere Forschungslücken, welche Auswirkungen und Zusammenhänge LARP in der Psychologie hat. Besonders der quantitative Forschungsbereich kann ausgebaut werden.

### 2.3. Emotionale Intelligenz

Im Jahr 1920 definierte Edward Thorndike die soziale Intelligenz als die Fähigkeit, andere Menschen richtig einschätzen und anleiten zu können (Thorndike, 1920). Salovey und Meyer (1990) konzeptualisierten eine Definition der emotionalen Intelligenz. Sie umfasst die Wahrnehmung, Nutzung, das Verstehen und die Regulation von Emotionen bei sich selbst und bei anderen. Parallel dazu veröffentlichte Goleman (1998a) eine vierteilige Modellstruktur aus Selbstwahrnehmung, Selbstmanagement, Empathie und Beziehungsmanagement und verband das Konzept anschließend eng mit Führungskompetenzen. Goleman, Boyatzis und McKee (2001) stellten fest, dass hohe Ausprägungen emotionaler Intelligenz positiv mit der Mitteilungsbereitschaft von Emotionen, Vertrauen und gesundes Eingehen von Risiken zusammenhängen. Emotionale Intelligenz kann durch andauernde Reflexion bisheriger Verhaltensmuster und Verhaltensänderung gelernt werden (Goleman, 1998b).

Das Konzept der emotionalen Intelligenz wurde seit 1990 kontrovers diskutiert, da sich die Definitionen und Erklärungsansätze über viele Forscher\*innen hinweg unterschieden und veränderten. Neben der Definition als Fähigkeit, wurde mehrfach davon ausgegangen, dass emotionale Intelligenz ein „Trait“ ist. Das sind Persönlichkeitseigenschaften, die sich nur über lange Zeiträume verändern. Für die Kritiker\*innen bedeutete das, dass das Konzept der emotionalen Intelligenz selbst gar nicht existierte, sondern aus Aspekten der Intelligenz und der Persönlichkeit künstlich zusammengesetzt wurde. Inzwischen konnte jedoch, auf Basis des Modells von Salovey und Mayer, ein wissenschaftlicher Konsens gefunden werden (McCleskey, 2014).

Emotionale Intelligenz könnte im Kontext von LARP relevant sein. Durch immersive Rollenspielsituationen werden Live-Rollenspieler\*innen regelmäßig mit intensiven Emotionen konfrontiert. Diese erfordern Empathie, Selbstregulation, emotionale Ausdrucksfähigkeit und die Bereitschaft des Spiels im sozialen Miteinander (Balzer, 2008; Vorobeva, 2017; Volkman, 2024). Die regelmäßige Anwendung solcher Kompetenzen könnte womöglich zur Entwicklung der emotionalen Intelligenz beitragen.

### 2.4. Psychologisches Wohlbefinden

Ryff (1995) definierte das psychologische Wohlbefinden über das Fehlen von Dysfunktionalität und das Vorhandensein positiver psychologischer Merkmale. Aufbauend auf dieser Perspektive entwickelte sie ein multidimensionales Modell mit sechs Komponenten, die von bestehenden psychologischen Theorien abgeleitet sind. Die Komponenten sind Selbstakzeptanz, Sinn im Leben, Umweltkontrolle, positive soziale Beziehungen, Autonomie und

Persönliches Wachstum. In Huperts (2009) Ausarbeitung des Themas wurde vermehrt auf Ryffs Erkenntnisse aufgebaut. Sie definierte das psychologische Wohlbefinden zusammengefasst als Kombination aus positiven Emotionen und effektiver Funktionalität. Dabei wurden die Auswirkungen auf Emotionsregulation, körperliche Gesundheit und soziale Kognition betont. Su et al. (2014) definierten das psychologische Wohlbefinden ebenfalls als ein mehrdimensionales Konzept. Ihr Ansatz beruht, neben dem subjektiven Wohlbefindens, auf hedonistische und eudaimonische Traditionen. Die Dimensionen ähneln sich in Bezeichnung und Definition ihren Vorgängern. Auf die vorherige Forschung aufbauend, führten Winefield et al. (2012) eine empirische Studie durch, die negative Korrelationen zwischen dem psychologischen Wohlbefinden und dysfunktionalem Stress erfassten. Dies legt nahe, dass psychische Belastung nicht nur das Gegenteil vom psychologischen Wohlbefinden ist, sondern strukturell mit dem Konzept verbunden ist.

LARP könnte durch einen sozialen und gemeinschaftlichen Kontext mit viel Eigenengagement Gelegenheiten zur Selbstverwirklichung und Kompetenzerweiterung beitragen (Balzer, 2008; Lehto, 2021). Dies entspricht den zentralen Komponenten des psychologischen Wohlbefindens wie positive soziale Beziehungen und persönliches Wachstum (Ryff, 1995).

## 2.5. Fragestellung

Aufgrund der geringen quantitativen Forschung über LARP soll diese Bachelorarbeit zu einem quantitativen Überblick beitragen. Der derzeitige Forschungsstand impliziert, dass LARP bzw. Rollenspiel mit der emotionalen Intelligenz (Pressler, 2020), dem psychologischen Wohlbefinden (Lehto, 2021) und psychischen Erkrankungen in Verbindung steht (Bartenstein, 2024; Dittmar, 2024). Besonders bei der emotionalen Intelligenz ist es relevant zu betrachten, ob auch innerhalb kurzer Zeiträume Auswirkungen auf die emotionale Intelligenz möglich sind, da die Forschung bisher Veränderungen über längere Zeiträume betrachtet hat (McCleskey, 2014). Diese drei Forschungsfelder sollen im Kontext von LARP anhand der folgenden Fragestellungen genauer betrachtet werden. Dabei sind die konkreten Betrachtungen der psychologischen Subdimensionen Teil der Hauptfragestellung. Die Untersuchung der Rolle psychischer Erkrankungen dient als zusätzliche Fragestellung:

### *Hauptfragestellungen*

1. Hat eine Wochenend-LARP-Con Auswirkungen auf die emotionale Intelligenz von Live-Rollenspieler\*innen?
2. Hat eine Wochenend-LARP-Con Auswirkungen auf das psychologische Wohlbefinden von Live-Rollenspieler\*innen?

### *Nebenfragestellung*

3. Gibt es Unterschiede in den Auswirkungen zwischen Live-Rollenspieler\*innen mit einer psychischen Erkrankung und Live-Rollenspieler\*innen ohne eine psychische Erkrankung?

## 3. Methode

### 3.1. Untersuchungsablauf

Zur Untersuchung der Forschungsfragen wurde eine anonyme quantitative Interventionsstudie mit vier Umfragezeitpunkten im Online Programm LimeSurvey durchgeführt. Die Erhebung fand im Zeitraum vom 06.03.2025 bis zum 13.04.2025 statt. Es wurden nur Teilnehmer\*innen von Wochenend-LARP-Cons in die Untersuchung einbezogen. Für die Untersuchung wurden die Orgas von sieben Wochenend-LARP-Cons kontaktiert. Zu fünf davon wurde Kontakt über die Daten auf Thilo Wagners LARP-Kalender aufgenommen und zu zwei über das persönliche Netzwerk der Autorin. Die Kontakt-E-Mail an die LARP-Orgas kann dem Anhang entnommen werden (siehe Anhang A). Schließlich nahmen Teilnehmer\*innen von vier LARP-Cons des Fantasy-Genres an der Studie teil: „Vendera 10“ von Vendera e.V. (07.03.2025-09.03.2025), „Knübbeln, Schnibbeln und Wusel“ (KSW) von Münzquell e.V. (14.03.2025 – 16.03.2025), „Bootcamp 21 - Zerschnitten“ von Alozo-Orga (21.03.2025 – 23.03.2025) und „Rote-Vorcon“ von IG-LARP (28.03.2025 – 30.03.2025). Den Orgas der LARP-Cons wurde die Wahl gestellt, ob sie die Links zu den Umfragen selbst an ihre Teilnehmer\*innen schicken oder die Erhebung von einem E-Mail-Verteiler der Autorin dieser Bachelorarbeit laufen zu lassen. Es kann kein Bezug zwischen den Angaben der E-Mail und den Online-Fragebögen hergestellt werden.

Die Teilnehmer\*innen erhielten in der ersten Erhebungsphase donnerstags vor ihrer entsprechenden LARP-Con und sonntags am Abreisetag der LARP-Con bis jeweils 23:59 Uhr einen Fragebogen. Die Befragung wurde in der zweiten Erhebungsphase zwei Wochen später an den gleichen Tagen mit der Kontrollbedingung eines LARP-freien Wochenendes wiederholt. Alle vier Fragebögen beinhalten Fragen zu den Konstrukten der emotionalen Intelligenz, des psychologischen Wohlbefindens und der durchschnittlichen Handyzeit. Der erste Fragebogen erfasst zusätzlich die soziodemografischen Daten, psychische Erkrankungen und bisherige Erfahrungen von LARP. Der zweite Fragebogen erfragt mögliche Unterbrechungen oder einen Abbruch der gemessenen LARP-Con. Der dritte Fragebogen erfasst zusätzlich, ob in der Zwischenzeit eine weitere LARP-Con besucht wurde. Da das Wochenende zwei Wochen später die Kontrollbedingung darstellt, erhob der vierte Fragebogen, ob an diesem eine LARP-Con besucht wurde. Zusätzlich wurde die Freizeitgestaltung des Kontrollwochenendes erfasst. Screenshots des ersten Fragebogens und den zusätzlichen Fragen der anderen Fragebögen sind im Anhang zu finden (siehe Anhang B).

## 3.2. Material

Im Folgenden werden die Testmaterialien vorgestellt, die in allen vier Online-Fragebögen verwendet wurden, um die emotionale Intelligenz und das psychologische Wohlbefinden zu messen

### 3.2.1. Emotional Intelligence Inventar (EI4) von Satow (2012)

Der EI4 wurde von Satow (2012) entwickelt, um die emotionale Intelligenz mit einem Test von vier Bereichen zu erheben. Die Bereiche wurden „als verhaltensbezogene Kompetenzen operationalisiert und über konkrete, verhaltensbezogene Selbstbeschreibungssitems gemessen“ (Satow, 2012, S.3) und umfassen jeweils eine Skala von sieben Items. Die Reliabilität hat einen Cronbachs  $\alpha$ -Wert zwischen .70 und .84. Die Validität der Struktur der Skalen wurde durch eine Faktorenanalyse bestätigt. Eine Korrelation der Skalen untereinander wurde bestätigt. Der Fragebogen wurde originalgetreu in der Studie verwendet und kann dem Screenshot von Fragebogen eins entnommen werden (Siehe Anhang B).

Die Skala der Dimension „Einfühlungsvermögen (Empathie)“ misst, inwieweit Personen sich emotional in andere Menschen und sich selbst hineinversetzen können. Dabei wird die allgemeine Sensibilität für emotionale, zwischenmenschliche Beziehungen thematisiert. Die interne Konsistenz beträgt einen Wert von  $\alpha = .70$ .

Die Dimension „Menschenkenntnis“ umfasst die kognitive Komponente, wie gut eine Person andere Menschen in Hinblick auf ihre Handlungen und Motive richtig einschätzt. Die interne Konsistenz beträgt einen Wert von  $\alpha = .82$ .

Bei der Skala „Überzeugungskraft“ wird gemessen, wie gut eine Person andere Menschen von den eigenen Ideen und Ansichten überzeugen kann. Die interne Konsistenz liegt hier bei  $\alpha = .84$  und es besteht eine signifikante Korrelation ( $r = .13$ ) mit dem Einkommen.

Die Skala der „emotionalen Selbstkontrolle“ misst die Fähigkeit einer Person, die eigenen Emotionen bewusst zu kontrollieren oder andere Menschen gezielt zu beeinflussen. Die interne Konsistenz hat einen Wert von  $\alpha = .74$ . Diese Skala korreliert ebenfalls signifikant mit dem Einkommen ( $r = .10$ ).

### 3.2.2. Comprehensive Inventory of Thriving (CIT) von Su, Tay & Diener (2014)

Der CIT ist ein umfassendes Instrument zur Erfassung des psychologischen Wohlbefindens. Daneben erstellten die Autor\*innen auch den „Brief Inventory of Thriving“, einer Kurzversion aus insgesamt zehn Items. In dieser Bachelorarbeit wurde bewusst die lange Version gewählt, um den Zusammenhang zwischen LARP und dem psychologischen Wohlbefinden möglichst differenziert zu betrachten. Die Dimensionen des Fragebogens basieren auf den

theoretischen Vorarbeiten der Autor\*innen des CIT. Diese Dimensionen wurden durch insgesamt 18 differenzierte Unterskalen operationalisiert. Die deutsche Übersetzung wurde über die offizielle Website von Diener (abgerufen am 11.12.2024) heruntergeladen und befindet sich im Anhang (siehe Anhang C). Hausler et al. (2017) führten eine empirische Studie zur Ermittlung und Interpretation der psychometrischen Kriterien des deutschen Fragebogens durch. Die Reliabilitäten nach Cronbachs  $\alpha$  lagen zwischen  $\alpha=.72$  (Gemeinschaft) und  $\alpha=.95$  (Negative Gefühle). Im Folgenden werden alle Dimensionen des CITs ausführlich vorgestellt (Su et al., 2014; Schreiber, Morell, Inniger, Leuenberger & Rüscher, 2023):

Die Dimension „Beziehung“ besteht aus sechs Unterskalen. Dabei wird der Fokus auf das Bedürfnis nach Verbundenheit und positiven Beziehungen mit anderen Menschen gelegt. Die Subskala „Unterstützung“ gibt an, wie sehr sich eine Person auf die Unterstützung ihres Umfeldes verlassen kann (Cronbachs  $\alpha=.85$ ). Die Subskala „Gemeinschaft“ wird daran bemessen, inwieweit sich eine Person als aktiver Teil ihrer sozialen Umgebung versteht und sich für das Gemeinwohl engagiert (Cronbachs  $\alpha=.72$ ). Die Subskala „Vertrauen“ erfasst, ob Menschen ihr Umfeld als ehrlich und verlässlich einschätzen und ihm mit grundlegendem Vertrauen begegnen (Cronbachs  $\alpha=.74$ ). Die Subskala „Respekt“ spiegelt wider, in welchem Maß sich eine Person von ihrem sozialen Umfeld anerkannt und höflich behandelt fühlt (Cronbachs  $\alpha=.82$ ). Die Subskala „Einsamkeit“ beschreibt, wie sehr sich eine Person von anderen ausgeschlossen oder verbunden fühlt (Cronbachs  $\alpha=.77$ ). Die Subskala „Zugehörigkeit“ beschreibt das subjektive Gefühl, Teil einer sozialen, regionalen oder kulturellen Gemeinschaft zu sein (Cronbachs  $\alpha=.79$ ).

Die Dimension „Engagement“ hat keine Subskalen. Sie gibt an, inwiefern sich eine Person in ihren Tätigkeiten lebendig, motiviert und emotional eingebunden fühlt (Cronbachs  $\alpha=.83$ ).

Die Dimension „Können“ wird von fünf Unterskalen beschrieben. Sie umfasst das Vertrauen in die eigene Kompetenz und die Fähigkeit, Anforderungen wirksam und zielgerichtet zu bewältigen. Bei der Subskala „Fähigkeit“ wird erfasst, wie häufig und erfolgreich eine Person ihre individuellen Begabungen im Alltag nutzen kann (Cronbachs  $\alpha=.84$ ). Die Subskala „Lernen“ misst das Bedürfnis und die Bereitschaft, sich stetig neues Wissen oder neue Fähigkeiten anzueignen, um persönliches Wachstum zu erreichen (Cronbachs  $\alpha=.77$ ). Die Subskala „Vollbringung“ betrachtet, ob eine Person ihre persönlichen Ziele verfolgt und als erreichbar erlebt (Cronbachs  $\alpha=.82$ ). Die Subskala „Selbstwirksamkeit“ beschreibt, wie stark eine Person daran glaubt, Herausforderungen eigenständig und effektiv bewältigen zu können (Cronbachs  $\alpha=.75$ ). Die Subskala „Selbstwert“ erfasst, inwieweit eine Person ihr eigenes Handeln als bedeutungsvoll und gesellschaftlich wertvoll einschätzt (Cronbachs  $\alpha=.81$ ).

Die Dimension „Autonomie (Steuerung)“ hat keine Subskala. Hier wird deutlich, ob das subjektive Erleben von Selbstbestimmung und die Fähigkeit, Entscheidungen im Einklang mit

den eigenen Überzeugungen zu treffen, vorhanden ist. Die Skala ist negativ codiert (Cronbachs  $\alpha=.78$ ).

Die Dimension „Sinn“ hat keine Subskala. Sie beschreibt das Ausmaß, in dem eine Person ihr Leben als sinnvoll, zielgerichtet und bedeutsam erlebt (Cronbachs  $\alpha=.87$ ). Die Dimension „Sinn“ wurde beim Online-Fragebogen der Studie versehentlich ausgelassen. Aus diesem Grund ist die Reliabilität zur Berechnung des Gesamtfragebogens gefährdet und wird nicht ausgeführt

Die Dimension „Optimismus“ hat keine Subskala. Sie erfasst die generelle Erwartung, dass zukünftige Ereignisse positiv verlaufen und das Leben überwiegend gute Erfahrungen bereithält.  $\alpha=.87$ ).

Die Dimension „Subjektives Wohlbefinden“ hat drei Subskalen. Diese Dimension bildet die emotionale Bewertung des eigenen Lebens ab, umfasst Zufriedenheit und die Häufigkeit positiver und negativer Gefühle. Die Subskala „Lebenszufriedenheit“ zeigt, wie nah das eigene Leben am individuellen Idealbild empfunden wird und wie zufrieden eine Person insgesamt mit ihrem Leben ist (Cronbachs  $\alpha=.87$ ). Die Subskala „Positive Gefühle“ beschreibt die Häufigkeit und Intensität angenehmer emotionaler Zustände wie Freude (Cronbachs  $\alpha=.93$ ). Die Subskala „Negative Gefühle“ gibt das Ausmaß an, wie häufig belastende Emotionen wie Traurigkeit, Angst oder Unwohlsein erlebt werden. Die Skala ist negativ codiert (Cronbachs  $\alpha=.95$ ).

Einige Items des CIT erwiesen sich in ihrer ursprünglichen Formulierung als schwer übertragbar auf den immersiven, zeitlich begrenzten und kontextuell spezifischen Rahmen einer LARP-Con. Mehrere Aussagen zielten mehr auf längerfristige Verhaltensweisen oder stabile Alltagsbedingungen. Da der Fragebogen viermal innerhalb eines kurzen Erhebungszeitraumes eingesetzt wurde, war es notwendig, die Items so zu überarbeiten, dass sie auch auf die situative Perspektive übertragbar waren. Dabei wurde darauf geachtet, die intendierten Dimensionen des psychologischen Wohlbefindens konzepttreu zu erhalten. Eine Übersicht über die angepassten Formulierungen findet sich im Anhang, hinter dem Originalfragebogen (siehe Anhang D).

### 3.2.3. Soziodemografie und weitere Konstrukte

Neben den beiden Hauptinstrumenten des EI4 und des CIT wurde in allen vier Fragebogen die durchschnittliche Handyzeit erfasst. Donnerstags vor den Wochenenden sollten die Proband\*innen die durchschnittliche Handyzeit kategorial von Montag bis donnerstags angeben und sonntags nach den Wochenenden von Freitag bis Sonntag (Kategorien: unter 30 Minuten, 30-60 Minuten, 1-2 Stunden, 2-3 Stunden, usw.).

Im ersten Fragebogen wurden soziodemografische Merkmale, LARP-Erfahrungen und psychische Erkrankungen der Teilnehmer\*innen erhoben. Die soziodemografischen Daten umfassen Alter, Geschlecht, höchsten Bildungsabschluss, aktuelle Haupttätigkeit,

Studiengang, Nettohaushaltseinkommen sowie das Heimatland. Zur LARP-Erfahrung wurden unter anderem das bevorzugte Genre (Mehrfachnennungen möglich), die bisherige LARP-Erfahrung („LARP-Dauer“), die Art der Teilnahme (z. B. SC, NSC) sowie die Anzahl der Con-Tage als NSC und als SC im vergangenen Jahr erfasst. Con-Tage sind Tage, die Live-Rollenspieler\*innen In-Time auf einer LARP-Con verbringen. Die psychische Gesundheit wurde über eine Selbsteinschätzung der eigenen psychischen Gesundheit (Likert-Skala von 1-5), eine standardisierte Abfrage diagnostizierter Störungen (z. B. Depression, ADHS, Angsterkrankung) sowie den psychotherapeutischen Behandlungsstatus erfasst.

Im zweiten Fragebogen konnte die Unterbrechung oder der Abbruch der LARP-Con zusätzlich angegeben und begründet werden und im dritten Fragebogen wurde zusätzlich die Teilnahme an einer weiteren LARP-Con zwischen der erhobenen LARP-Con und dem Kontrollwochenende erfragt.

Im vierten Fragebogen wurde erfragt, ob die Teilnehmer\*innen am Kontrollwochenende an einer LARP-Con teilgenommen hatten, damit diese Proband\*innen von der Studie ausgeschlossen werden konnten. Darüber hinaus sollten die Teilnehmer\*innen ihre Freizeitgestaltung in Stichpunkten beschreiben. Die Angaben zur Wochenendgestaltung wurden zuerst in sieben übergeordnete Aktivitätskategorien (Entspannung und Freizeit zu Hause, soziale Kontakte, Hobbies und Mediennutzung, ehrenamtliches Engagement, potenziell psychisch belastende Erlebnisse und besonders positiv hervorgehobene Erlebnisse), dann in drei Überkategorien zusammengefasst (Neutral/Alltagsnah, Positiv/Sozial/Kreativ, Belastend/Stressfördernd). Die Überkategorien konnten gleichzeitig auftreten. Screenshots aller spezifischen Fragen der Fragebögen können dem Anhang entnommen werden (siehe Anhang B).

### 3.3. Stichprobe

Im Rahmen der vier teilnehmenden LARP-Cons wurden über die Orgas der Veranstaltung ca. 240 Live-Rollenspieler\*innen kontaktiert und gebeten, an der Studie teilzunehmen. Die Orgas von „Rote Vorcon“ (ca. 90 Teilnehmer\*innen) und „Vendera 10“ (ca. 70 Teilnehmer\*innen) haben sich für einen E-Mailverteiler entschieden. Daraus resultierten zehn und acht Anmeldungen. Die Orgas von „KSW“ (ca. 40 Teilnehmer\*innen) und „Bootcamp 21 - Zerschnitten“ (ca. 40 Teilnehmer\*innen) haben die Links der Online-Fragebögen selbst an ihre LARP-Con-Teilnehmer\*innen geschickt. Von den Gesamtteilnehmer\*innen der vier LARP-Cons haben 59 Personen am ersten Fragebogen teilgenommen, 56 Personen am zweiten Fragebogen, 43 Personen am dritten Fragebogen und 32 Personen am vierten Fragebogen. 24 Personen haben alle vier Fragebögen vollständig ausgefüllt.

Für die Stichprobe wurden schlussendlich nur Proband\*innen aufgenommen, die alle Fragebögen vollständig ausgefüllt haben und am Kontrollwochenende keine weitere LARP-Con besucht haben. Hier ist eine Übersicht der Teilnehmer\*innen der Stichprobe pro LARP-

Con: „Vendera 10“ von Vendera i.V. ( $n = 1$ ), „Knübbeln, Schnibbeln und Wusel“ von Münzquell i.V. ( $n = 19$ ), „Bootcamp 21 - Zerschnitten“ von Alozo-Orga ( $n = 0$ ) und „Rote-Vorcon“ von IG-LARP ( $n = 4$ ). Es ergab sich somit eine Stichprobe von  $N = 24$  (männlich = 14, weiblich = 10) zwischen 22 und 49 Jahren. Von allen Proband\*innen sind 18 Angestellte (eine davon in Elternzeit), vier Student\*innen, zwei Beamt\*innen. Das kategorial erhobene Netto-Haushalts-Einkommen verteilte sich wie folgt: 2x Unter 1000 €, 4x 1000-1999 €, 5x 2000-2999 €, 3x 3000-3999 €, 6x 4000-4999 €, 1x 5000-5999 €, 3x 7000-7999 €. Alle Proband\*innen kommen aus Deutschland. Die Mediane der Handyzeiten ( $N = 23$ ) waren wie folgt: Zeitpunkt eins = 3, Zeitpunkt zwei = 0, Zeitpunkt drei = 3,5, Zeitpunkt vier = 3. Die Proband\*innen schätzten ihre psychische Gesundheit im Mittel = 3.63 ein. Von 24 Proband\*innen nannten sieben (männlich = 3, weiblich = 4) bisherige Diagnosen psychischer Erkrankungen. Sechs Personen haben die psychische Erkrankung Depression ausgewählt, davon eine Probandin zusätzlich die PTBS und Angsterkrankung und eine Person nur eine Angsterkrankung. Bei den Angaben für LARP haben alle Proband\*innen ihre entsprechende LARP-Con als Fantasy-LARP eingeordnet, auch wurde Fantasy in allen Fällen für das persönliche Haupt-Genre genannt und in zwei Fällen zusätzlich das historische Mittelalter. Der Median der LARP-Erfahrung lag bei der Kategorie 5-10 Jahre. Zwölf Proband\*innen spielen LARP nur als SC, kein\*e Proband\*in nur als NSC und zwölf Mal wurde die Kategorie SC und NSC gewählt. Im Mittel haben die Proband\*innen in den letzten Zwölf Monaten 13,04 Con-Tage als SC und drei Con-Tage als NSC angegeben. Es wurden zwei Zwischenfälle bei der gemessenen LARP-Con angegeben. Ein Proband musste die LARP-Con aus gesundheitlichen Gründen für ein paar Stunden unterbrechen und eine Probandin hat die LARP-Con Samstag abends frühzeitig verlassen. Zwei Proband\*innen berichteten zwischen erhobener LARP-Con und Kontrollwochenende eine LARP-Con besucht zu haben. Zehn Proband\*innen gaben eine Kombination aus neutrale/alltagsnahe Tätigkeiten und positiv/soziale/kreative Tätigkeiten an, fünf nur die erste Kategorie und sechs nur die zweite. Die Freizeitgestaltung von zwei Proband\*innen kann zusätzlich in belastend/stressfördernde Kategorie eingeordnet werden.

### 3.4. Design und Operationalisierung der Konstrukte

#### *Studiendesign*

Bei der quantitativen Interventionsstudie dieser Bachelorarbeit handelt es sich um ein quasi-experimentelles Design ohne Randomisierung mit einer Selbstkontrollgruppe. Zum einen soll dieses Design zur weiteren quantitativen Forschung über LARP beitragen. Zum anderen wurde das Design aufgrund des begrenzten Zeitraumes im Rahmen dieser Bachelorarbeit gewählt. Durch eine Selbstkontrollgruppe konnten zusätzliche und aufwendige Prozeduren anderer Designs vermieden werden, z.B. Matching bei Vergleich zu Nicht-Liverollen-spieler\*innen. Es wird nur eine konkrete Personengruppe gefragt, was die Suche nach

Proband\*innen vereinfachen sollte. Zusätzlich konnten die Fragebögen konstant für alle Proband\*innen verwendet werden und Veränderungen der dimensionalen Ausprägungen konnten über einen zeitlichen Verlauf beobachtet werden.

#### *Unabhängige Variablen (UVs)*

Eine UV ist die Teilnahme einer Wochenend-LARP-Con gegenüber einem LARP-freiem Kontrollwochenende. Die Indikatoren zur Erfassung der UV der ersten und zweiten Hypothese sind die Messzeitpunkte und der Wochenendtyp. Für die Auswertung wurden die Begriffe Zeit (1 = vor dem Wochenende, 2 = nach dem Wochenende) und Eventtyp (1 = LARP-Con, 2 = LARP-freies-Wochenende) gewählt. Die UV der dritten Hypothese ist die psychische Erkrankung, welche durch die Selbstauskunft zu bestehenden psychischen Diagnosen kategorisiert wurde (Diagnose vorhanden = 1, keine Diagnose = 0).

#### *Abhängige Variablen (AVs)*

Die AVs setzen sich aus den Skalen des EI4 (Satow, 2012) und des CITs (Su et al., 2014) zusammen. Die Dimensionen des EI4 wurden durch eine vier-stufige Likert-Skala erfasst (Trifft gar nicht zu, Trifft nicht zu, Trifft zu, Trifft völlig zu) und die Dimensionen des CIT durch eine fünf-stufige Likert-Skala (Codierung: Stimme gar nicht zu = 1, Stimme nicht zu = 2, Stimme weder zu noch nicht zu = 3, Stimme zu = 4, Stimme völlig zu = 5). Für die Auswertung des EI4 wurde eine Excel-Auswertungshilfe von Dr. Satow zur Verfügung gestellt. Die genormten Ergebnisse entsprechen Stanine-Werten zwischen eins (niedrig) bis neun (hoch) (Satow, 2012). Bei jeder gemessenen Subskala der Dimensionen des CIT lagen keine Normen vor und es wurden die Mittelwerte berechnet. Negative Dimensionen wurden umcodiert, wodurch höhere Werte bei allen Dimensionen einer höheren emotionalen Intelligenz und einem gesteigerten psychologischen Wohlbefinden entsprechen. Davon ausgenommen ist die Skala „Einsamkeit“. Aus den genannten Variablen formten sich folgende empirische Hypothesen:

#### *Hypothese 1*

*Nullhypothese  $H1_0$*  = Es gibt keinen signifikanten Unterschied in den Ausprägungen des „Emotional Intelligence Inventar“ zwischen der Teilnahme an einer Wochenend-LARP-Convention und einem LARP-freien-Wochenende.

*Alternativhypothese  $H1_1$*  = Es gibt einen signifikanten Unterschied in den Ausprägungen des „Emotional Intelligence Inventar“ zwischen der Teilnahme an einer Wochenend-LARP-Convention und einem LARP-freien-Wochenende.

## Hypothese 2

*Nullhypothese H2<sub>0</sub>* = Es gibt keinen signifikanten Unterschied in den Ausprägungen des „Comprehensive Inventory of Thriving“ zwischen der Teilnahme an einer Wochenend-LARP-Convention und einem LARP-freien-Wochenende.

*Alternativhypothese H2<sub>1</sub>* = Es gibt keinen signifikanten Unterschied in den Ausprägungen des „Comprehensive Inventory of Thriving“ zwischen der Teilnahme an einer Wochenend-LARP-Convention und einem LARP-freien-Wochenende.

## Nebenhypothese 3

*Nullhypothese H3<sub>0</sub>* = Live-Rollenspieler\*innen mit einer psychischen Diagnose unterscheiden sich nicht signifikant in den Ausprägungen des „Emotional Intelligence Inventar“ und dem „Comprehensive Inventory of Thriving“ von Live-Rollenspieler\*innen ohne eine psychische Diagnose.

*Alternativhypothese H3<sub>1</sub>* = Live-Rollenspieler\*innen mit einer psychischen Diagnose unterscheiden sich signifikant in den Ausprägungen des „Emotional Intelligence Inventar“ und dem „Comprehensive Inventory of Thriving“ von Live-Rollenspieler\*innen ohne eine psychische Diagnose.

## 3.5. Statistik

Für die quantitative Datenanalyse wurden die vollständigen Datensätze in Microsoft Excel codiert und für jede Dimension wurde die statistische Auswertung der ersten und zweiten Hypothese eine parametrische 2x2 within-subjects Repeated-Measures ANOVA (rmANOVA) mit dem Programm IBM SPSS Statistics Version 28.0 durchgeführt (IBM Corp., 2022). Dieses Verfahren wurde gewählt, da bei dieser Studie mehr als zwei Messzeitpunkte und eine Gruppe von Proband\*innen vorliegen und mit einer rmANOVA nur eine Testung durchgeführt werden muss. Dadurch tritt keine  $\alpha$ - Fehler-Kumulierung auf, wie das bei mehreren gepaarten t-Tests der Fall wäre (Rasch, Friese, Hofman & Neumann, 2021). Für die Überprüfung der Nebenhypothese handelt es sich um eine mixed within-between-subjects ANOVA, da dort Effekte von sowohl Innersubjektfaktoren als auch Zwischensubjektfaktoren betrachtet werden.

Vor der Analyse wurden die Daten hinsichtlich ihrer Eignung für die geplanten Analysen überprüft. Die Innersubjektfaktoren „Zeit“, „Eventtyp“ und der Zwischensubjektfaktor Diagnose sind kategoriale Variablen und damit als UVs geeignet. Die AVs wurden durch Likert-Skalen erfasst, welche in der psychologischen Forschung gängig als metrisch behandelt

werden (Urban & Mayerl, 2011). ANOVAs sind robust gegen die Verletzungen ihrer Voraussetzungen: (Sedlmeier & Renkewitz, 2018; Rasch et al., 2021).

Zur Planung der Stichprobengröße wurde vor der Studie eine Poweranalyse mit dem Programm G-Power (Faul, Erdfelder, Buchner & Lang, 2009) für eine within-subject rmANOVA mit insgesamt vier Messzeitpunkten durchgeführt. Für ein  $\alpha = .05$  und eine Power von  $1-\beta = .95$  wurde für eine Effektstärke nach Cohen von  $f = .25$  eine Mindeststichprobe von 36 Personen ermittelt. Die nachträgliche Poweranalyse ergab, dass mit einer größeren Effektstärke von  $f = .40$  bei  $\alpha = .05$  und eine Power von  $1-\beta = .95$  eine Stichprobe von  $N \geq 15$  verwendet werden kann. Für die Nebenhypothese wurde eine Analyse der Interaktion von Innersubjekt- und Zwischensubjektfaktoren durchgeführt. Die Stichprobe erfüllt ebenfalls die Voraussetzung für  $f = .40$  mit  $N \geq 16$ . Davon ist abzuleiten, dass nur Ergebnisse mit einer hohen Effektstärke interpretiert werden dürfen.

## 4. Ergebnisse

### 4.1. Zusammenfassende Übersicht der Daten

Bei den in Tabelle 1 vorliegenden Ergebnissen handelt es sich um den vollständigen deskriptiven Datensatz der Stichprobe ( $N = 24$ ) für Hypothese eins und zwei. Post-hoc Testungen sind in dieser Tabelle nicht angegeben, sondern in den Abschnitten der Kapitel 4.2 und 4.3. Die deskriptive Darstellung der Nebenhypothese mit allen acht Gruppen pro Dimension ist Tabelle 4 im Anhang zu entnehmen (siehe Anhang G). Weitere Mittelwerte sind in der Darstellung der Ergebnisse in Kapitel 4.2 und 4.3 angegeben.

Tabelle 1

#### *Deskriptive Statistiken der Skalen des EI4 und CIT*

	EI4					CIT			
	Gruppe	Event- Zeit	M	SD		Gruppe	Eventtyp	M	SD
EI4 Gesamtskala	1	1	5.03	.98	Können	1	1	3.81	.37
		2	4.33	1.16			2	3.87	.47
	2	1	4.92	.95		2	1	3.73	.47
		2	4.97	1.23			2	3.74	.48
Einfühlungsvermögen	1	1	4.50	1.45	Fähigkeit	1	1	4.08	.65
		2	4.38	1.50			2	3.96	.62
	2	1	4.25	1.73		2	1	3.96	.69
		2	4.21	1.56			2	3.88	.80
Menschenkenntnis	1	1	4.33	1.52	Lernen	1	1	3.85	.77
		2	4.13	1.68			2	3.85	.95
	2	1	4.21	1.47		2	1	3.64	.78
		2	4.33	1.63			2	3.63	.66
Überzeugungskraft	1	1	5.38	1.74	Vollbringung	1	1	3.36	.68
		2	5.29	1.83			2	3.60	.68
	2	1	5.17	1.20		2	1	3.46	.57

		2	5.17	1.43			2	3.46	.61
Emotionale Selbstkontrolle	1	1	5.92	1.93	Selbstwirksamkeit	1	1	3.99	.63
		2	6.04	1.81			2	3.99	.50
	2	1	6.04	1.63		2	1	3.82	.62
Beziehung	1	2	6.17	1.97	Selbstwert	1	1	3.92	.67
		2	3.85	.20			2	1	3.75
	2	1	3.80	.28		2	2	3.96	.59
Unterstützung	2	1	3.74	.24	Steuerung	2	1	3.77	.63
		2	3.74	.23			2	2	3.81
	1	1	4.65	.40		1	1	4.44	.58
Gemeinschaft	2	2	4.61	.38	Optimismus	2	2	4.31	.70
		2	1	4.67			.43	2	1
	1	1	4.48	.50		2	2	4.21	.62
Vertrauen	2	2	4.40	.47	Subjektives Wohlbefinden	1	1	3.73	.77
		2	1	4.25			.53	2	2
	1	1	3.82	.37		2	1	3.60	.67
Respekt	2	2	4.25	.49	Lebenszufriedenheit	2	2	3.63	.56
		2	1	3.83			.41	1	1
	1	1	3.91	.50		2	2	4.10	.45
Einsamkeit	2	2	3.88	.39	Positive Gefühle	2	1	3.85	.78
		2	1	3.85			.41	2	2
	1	1	3.91	.50		1	1	3.67	.70
Zugehörigkeit	2	2	4.08	.58	Negative Gefühle	2	2	3.75	.68
		2	1	3.85			.40	2	1
	1	1	2.01	.63		1	1	3.79	.64
Engagement	2	2	1.58	.57	Engagement	2	2	4.08	.56
		2	1	1.94			.72	2	1
	1	1	4.25	.53		1	1	4.08	.96
Engagement	2	2	1.83	.67	Engagement	2	2	3.79	.73
		2	1	3.88			.74	2	1
	1	1	3.67	.78		2	2	4.17	.92
		2	3.88	.68					
		2	3.71	.71					
		2	3.79	.59					

Anmerkung:  $N = 24$ ,  $M$  = Mittelwert,  $SD$  = Standardabweichung

Im Rahmen der explorativen Datenanalyse wurden bei mehreren Dimensionen extreme Ausreißer identifiziert. Am ersten, zweiten und dritten Messzeitpunkt traten davon vier auf und am letzten Messzeitpunkt waren sechs extreme Ausreißer zu verzeichnen (siehe Anhang F). Aufgrund des geringen Stichprobenumfangs und der großen Anzahl untersuchter Dimensionen wurde entschieden, diese Ausreißer in den weiteren Analysen zu belassen.

Die Prüfung der Normalverteilung erfolgte über einen Shapiro-Wilk-Test für jede AV und Messzeitpunkt. Der Test wurde verwendet, da eine hohe statistische Power bekannt ist (Razali & Wah, 2011). Da in einem 2x2-Design keine Varianzvergleiche zwischen mehr als zwei Stufen vorlagen, galt die Sphärizität als automatisch angenommen. Die Datenerhebungen, welche

nicht einer Normalverteilung folgen, können in Tabelle 3 entnommen werden (siehe Anhang H).

Im Falle von Zwischensubjekten musste bei der Nebenhypothese eine Homogenitätsprüfung durchgeführt werden. Ergebnisse mit einem signifikanten Ergebnis im Box-Test für Kovarianzmatrizen konnten für die Interpretation nicht verwendet werden, wurden entsprechend gekennzeichnet.

Für die Inferenzstatistik wurden der  $F$ -Wert für die Verteilung, der  $p$ -Wert (zweiseitig) für die Signifikanz und das partielle  $\eta^2$  ( $\eta^2_p$ ) für die Effektstärke betrachtet. Die Interpretation von  $\eta^2_p$  wurde wie folgt definiert: kleiner Effekt  $\geq .01$ , mittlerer Effekt  $\geq .06$ , großer Effekt  $\geq .14$ . Das Signifikanzniveau wurde bei allen statistischen Analysen auf  $\alpha = .05$  gelegt. Alle Werte wurden auf zwei Nachkommastellen gerundet, mit Ausnahme des  $p$ -Wertes, der auf drei Nachkommastellen gerundet wurde. Alle signifikanten Mittelwertsunterschiede wurden mit einem post-hoc Paarvergleich mit Bonferroni-Korrektur erörtert. Da in einem Paarvergleich einer 2x2 rmANOVA nicht alle Mittelwerte verglichen wurden, wurde zusätzlich für alle signifikanten Dimensionen ein Paarvergleich in einer 1x4 ANOVA durchgeführt. Dieser Schritt diente einzig und allein für die post-hoc Testung. Für die Interpretation wurden die Messzeitpunkte durchnummeriert: T1 = Donnerstag vor der LARP-Con, T2 = Sonntag nach der LARP-Con, T3 = Donnerstag vor dem Kontrollwochenende, T4 = Sonntag nach dem Kontrollwochenende. Die Haupt- und Subdimensionen des CIT wurden ab sofort generell als Dimensionen bezeichnet und nur noch bei explizitem Bedarf differenziert.

#### 4.2. Emotionale Intelligenz – erste Hypothese

Bei den Dimensionen der emotionalen Intelligenz kam es zu keinem signifikanten Effekt in den Ausprägungen Zeit und Eventtyp der UV. Angegeben sind die statistischen Werte für den Faktor oder die Interaktion mit der höchsten Effektstärke: „Einfühlungsvermögen“ (Eventtyp),  $F(1,23) = 1.72$ ,  $p = .20$ ,  $\eta^2_p = .07$ , „Menschenkenntnis“ (Zeit\*Eventtyp),  $F(1,23) = 3.17$ ,  $p = .088$ ,  $\eta^2_p = .12$ , „Überzeugungskraft“ (Eventtyp),  $F(1,23) = .54$ ,  $p = .47$ ,  $\eta^2_p = .02$ , „Emotionale Selbstkontrolle“ (Zeit),  $F(1,23) = .74$ ,  $p = .400$ ,  $\eta^2_p = .03$ , Gesamtskala (Zeit\*Eventtyp),  $F(1,23) = .711$ ,  $p = .408$ ,  $\eta^2_p = .03$ .

Es gab keine signifikanten Effekte. Anhand der Ergebnisse konnte die Alternativhypothese  $H1_1$  nicht bestätigt werden.

#### 4.3. Psychologisches Wohlbefinden – zweite Hypothese

Die rmANOVA ergab signifikante Haupteffekte für mehrere Dimensionen der AV. Die Dimensionen „Beziehung“ ( $F(1,23) = 10.26$ ,  $p = .004$ ,  $\eta^2_p = .31$ ), „Gemeinschaft“ ( $F(1,23) = .84$ ,  $p = .01$ ,  $\eta^2_p = .25$ ), „Lernen“ ( $F(1,23) = 4.77$ ,  $p = .039$ ,  $\eta^2_p = .17$ ), „Steuerung“ ( $F(1,23) = 4.53$ ,  $p = .044$ ,  $\eta^2_p = .16$ ) und „Optimismus“ ( $F(1,23) = 6.93$ ,  $p = .015$ ,  $\eta^2_p = .23$ ) erzielten signifikante

Ergebnisse im Faktor Eventtyp. Ein signifikantes Ergebnis in diesem Innersubjektfaktor bedeutet, dass mindestens ein Mittelwertunterschied zwischen den Messzeitpunkten der LARP-Con und dem Kontrollwochenende signifikant war. Der post-hoc Paarvergleich zeigte bei der Dimension „Beziehung“ höhere Ausprägungen vor der LARP-Con als zu beiden Zeitpunkten des Kontrollwochenendes,  $T1>T3$  ( $p = .012$ ,  $M_{Diff} = .11$ , 95%-CI[.03, .21]) und  $T1>T4$  ( $p = .002$ ,  $M_{Diff} = .11$ , 95%-CI[.05, .19]). Die post-hoc Testung ergab bei „Gemeinschaft“ ebenfalls signifikant höhere Ausprägungen vor der LARP-Con als zu beiden Zeitpunkte des Kontrollwochenende,  $T1>T3$  ( $p = .038$ ,  $M_{Diff} = .23$ , 95%-CI[.01, .45]) und  $T1>T4$  ( $p = .002$ ,  $M_{Diff} = .23$ , 95%-CI[.04, .41]). Bei der Subdimension „Lernen“ gab es keine signifikanten Unterschiede zwischen zwei Messzeitpunkten. Das bedeutet, dass sich einzig die Mittelwerte beider Eventtypen voneinander unterschieden haben. „Lernen“ war bei der LARP-Con ( $M = 3.85$ ) insgesamt höher ausgeprägt als am Kontrollwochenende ( $M = 3.63$ ) ( $M_{Diff} = .22$ , 95%-CI[.01, .42]). Die Dimension „Steuerung“ fiel beim post-hoc Test vor der LARP Con signifikant höher aus als nach dem Kontrollwochenende,  $T1>T4$  ( $p = .024$ ,  $M_{Diff} = .23$ , 95%-CI[.03, .43]) auf. Bei der Dimension „Optimismus“ war der Zeitpunkt nach der LARP-Con signifikant höher ausgeprägt als zu beiden Zeitpunkten des Kontrollwochenendes,  $T2>T3$  ( $p = .005$ ,  $M_{Diff} = .30$ , 95%-CI[.1, .49]) und  $T2>T4$  ( $p = .004$ ,  $M_{Diff} = .27$ , 95%-CI[.10, .45]).

In den Subdimension „Vertrauen“ ( $F(1,23) = 7.12$ ,  $p = .014$ ,  $\eta^2_p = .24$ ) und „Einsamkeit“ ( $F(1,23) = 21.56$ ,  $p < .001$ ,  $\eta^2_p = .48$ ) lagen signifikante Effekte im Faktor Zeit vor. Das bedeutet, dass sich die AV über mindestens zwei Messzeitpunkte hinweg signifikant verändert hat. Der post-hoc Mehrvergleich der Paare zeigte, dass das „Vertrauen“ nach der LARP-Con anstieg,  $T1<T2$  ( $p = .023$ ,  $M_{Diff} = -.19$ , 95%-CI[-.36, -.03]).

Die Subdimensionen „Respekt“ ( $F(1,23) = .844$ ,  $p = .011$ ,  $\eta^2_p = .25$ ), „Einsamkeit“ ( $F(1,23) = 5.02$ ,  $p = .04$ ,  $\eta^2_p = .18$ ) und negative Gefühle ( $F(1,23) = 6.12$ ,  $p = .021$ ,  $\eta^2_p = .21$ ) wiesen einen signifikanten Interaktionseffekt von Zeit\*Eventtyp auf. Das bedeutete eine Veränderung der Ausprägungen in zwischen den Messzeitpunkten der LARP-Con oder des Kontrollwochenendes, die im jeweils anderen nicht auftrat. In der post-hoc Testung ergab der Paarvergleich bei der Subdimension „Respekt“ einen signifikant höheren Wert nach der LARP-Con als nach dem Kontrollwochenende,  $T2>T4$  ( $p = .022$ ,  $M_{Diff} = .31$ , 95%-CI[.05, .58]). Die Dimension „Einsamkeit“ reduzierte sich nach der LARP-Con,  $T1>T2$  ( $p < .001$ ,  $M_{Diff} = .43$ , 95%-CI[.2, .66]). Zu allen Zeitpunkten des Kontrollwochenendes erhöhte sich die „Einsamkeit“ im Vergleich zur Erhebung nach der LARP-Con,  $T2<T3$  ( $p = .001$ ,  $M_{Diff} = -.36$ , 95%-CI[-.57, -.15]) und  $T2<T4$  ( $p = .019$ ,  $M_{Diff} = -.25$ , 95%-CI[-.45, -.05]). Die Subdimension der Negativen Gefühle (Hinweis: umcodiert) veränderte sich signifikant in den Messzeitpunkten der LARP-Con,  $T1<T2$  ( $p = .036$ ,  $M_{Diff} = -.40$ , 95%-CI[-.76, -.03]). Die Umcodierung bedeutet, dass sich die „negativen Gefühle“ nach der LARP-Con reduziert haben.

Die restlichen Dimensionen des psychologischen Wohlbefindens sind bei keinem Innersubjektfaktor oder Interaktion signifikant. Angegeben sind die Werte für den jeweiligen Haupteffekt mit der höchsten Effektstärke (part.  $\eta^2$ ): „Unterstützung“ (Zeit),  $F(1,23) = .267$ ,  $p = .116$ ,  $\eta^2_p = .10$ ; „Zugehörigkeit“ (Eventtyp),  $F(1,23) = 2.62$ ,  $p = .119$ ,  $\eta^2_p = .10$ ; „Engagement“ (Zeit),  $F(1,23) = 2.48$ ,  $p = .129$ ,  $\eta^2_p = .10$ ; „Können“ (Eventtyp),  $F(1,23) = .254$ ,  $p = .073$ ,  $\eta^2_p = .13$ ; „Fähigkeit“ (Zeit),  $F(1,23) = 2.41$ ,  $p = .135$ ,  $\eta^2_p = .10$ ; „Vollbringung“ (Zeit\*Eventtyp),  $F(1,23) = 2.92$ ,  $p = .101$ ,  $\eta^2_p = .11$ ; „Selbstwirksamkeit“ (Eventtyp),  $F(1,23) = 2.12$ ,  $p = .159$ ,  $\eta^2_p = .08$ ; „Selbstwert“ (Zeit),  $F(1,23) = 3.63$ ,  $p = .069$ ,  $\eta^2_p = .14$ ; „Subjektives Wohlbefinden“ (Zeit\*Eventtyp),  $F(1,23) = 4$ ,  $p = .058$ ,  $\eta^2_p = .15$ ; „Lebenszufriedenheit“ (Eventtyp),  $F(1,23) = 3.29$ ,  $p = .083$ ,  $\eta^2_p = .13$ ; „Positive Gefühle“ (Zeit\*Eventtyp),  $F(1,23) = 2.85$ ,  $p = .105$ ,  $\eta^2_p = .11$ .

Mit allen Ergebnissen lassen sich Hinweise auf Veränderungen auf die AV feststellen. Eine pauschale Annahme oder Ablehnung der Alternativhypothese  $H2_1$  ist jedoch auf Basis selektiver Signifikanz-Werte einzelner Dimensionen nicht gerechtfertigt.

#### 4.4. Psychische Diagnose – Nebenhypothese

Schließlich werden im Folgenden die Ergebnisse der *Nebenhypothese* vorgestellt. Zur Sicherung der Übersicht werden nicht signifikante Ergebnisse nicht weiter angegeben.

##### *Ergebnisse im Bezug zur Emotionalen Intelligenz*

Die Gesamtskala des EI4 ( $F(1,23) = 5.645$ ,  $p = .027$ ,  $\eta^2_p = .20$ ) und die Dimension der „Emotionalen Selbstkontrolle“ ( $F(1,23) = 4.488$ ,  $p = .046$ ,  $\eta^2_p = .17$ ) zeigten einen Interaktionseffekt von Zeit\*Diagnose. Die post-hoc Testung fand keine signifikanten Mittelwertsunterschiede für die Gesamtskala. Der post-hoc Paarvergleich ergab bei der Dimension „emotionale Selbstkontrolle“ eine Steigerung der Ausprägungen der Diagnosegruppe von den Zeitpunkten vor den Wochenenden ( $M = 5.57$ ) zu den Zeitpunkten nach den Wochenenden ( $M = 6.14$ ) ( $p = .033$ ,  $M_{Diff} = -.57$ ,  $95\%CI[-1.09, -.05]$ ).

##### *Ergebnisse im Bezug des psychologischen Wohlbefindens*

Die Dimensionen „Unterstützung“ ( $F(1,22) = 5.398$ ,  $p = .03$ ,  $\eta^2_p = .19$ ) und „Steuerung“ ( $F(1,22) = 4.49$ ,  $p = .046$ ,  $\eta^2_p = .17$ ) waren in der Interaktion Zeit\*Diagnose signifikant. Der Box-Test auf Gleichheit der Kovarianz-Matrizen erzielte in der Dimension „Unterstützung“ ein signifikantes Ergebnis ( $p = .004$ ). Da die Gruppen des Zwischensubjektfaktors sehr ungleich verteilt waren, wurde kein post-hoc-Test durchgeführt und der Effekt wurde nicht weiter erörtert. Im post-hoc Test wurde für die umcodierte Dimension „Steuerung“ abgebildet, dass Proband\*innen ohne Diagnose ( $M = 4.49$ ) vor den Wochenenden eine signifikant höhere Ausprägung als Proband\*innen mit Diagnose ( $M = 3.96$ ) aufwiesen ( $p = .032$ ,  $M_{Diff} = .53$ ,  $95\%-CI[.05, .99]$ ). Das bedeutet, dass die „Steuerung“ vor den Wochenenden bei der Diagnosegruppe stärker wahrgenommen wurde.

Die Subdimension „Fähigkeit“ ergab einen Zwischensubjekteffekt,  $F(1,22) = 6.12$ ,  $p = .022$ ,  $\eta^2_p = .22$ . Ein Bonferroni-korrigierter post-hoc Test zeigte eine signifikant höhere Ausprägung im Gesamtmittelwert der Gruppe ohne Diagnose ( $M = 4.13$ ) als im Gesamtmittelwert der Gruppe mit Diagnose ( $M = 3.57$ ) ( $M_{\text{Diff}} = .56$ , 95%-CI[.09, 1.03]).

Die Subdimension „Selbstwert“ war signifikant in der Interaktion von Eventtyp\*Diagnose,  $F(1,22) = 6.63$ ,  $p = .017$ ,  $\eta^2_p = .23$ . Die post-hoc Testung ergab einen signifikant höheren Mittelwert bei der Gruppe mit psychischen Störungen zwischen der LARP-Con ( $M = 3.89$ ) und dem Kontrollwochenende ( $M = 3.50$ ) ( $M_{\text{Diff}} = .39$ , 95%-CI[.08, .71]).

Es zeigten sich signifikante Unterschiede zwischen den Gruppen mit und ohne psychischen Erkrankungen. Mit diesen Ergebnissen kann die Alternativhypothese H3<sub>1</sub> teilweise angenommen werden.

## 5. Diskussion

### *Zusammenfassung und Interpretation der Ergebnisse*

Im Hinblick auf die erste Forschungsfrage konnten keine signifikanten Veränderungen in den Subdimensionen und dem Gesamtscore des „Emotional Intelligence Inventar“ (Satow, 2012) festgestellt werden. Somit kann anhand dieser Studie kein positiver Einfluss einer LARP-Con auf die emotionale Intelligenz bestätigt werden. Möglicherweise kann LARP einen Einfluss haben, aber der Besuch einer einzelnen LARP-Con ist für eine Veränderung nicht ausreichend. Wie bisherige Studien nahelegen, verändert sich die emotionale Intelligenz vor allem über längere Zeiträume mit gezielten Interventionen (Goleman, 1998b; McCleskey, 2014). Es ist ebenfalls möglich, dass LARP keinen signifikanten Einfluss auf die emotionale Intelligenz ausübt. Um belastbare Aussagen treffen zu können, sind weiterführende Studien erforderlich.

Bei der zweiten Forschungsfrage zeigten sich signifikante Unterschiede in den Dimensionen „Beziehung“, „Gemeinschaft“, „Lernen“, „Steuerung“, „Optimismus“, „Vertrauen“, „Respekt“ und „Einsamkeit“. Diese Dimensionen unterschieden sich in mindestens einer Ausprägung zwischen der LARP-Con und dem Kontrollwochenende. Besonders relevant sind die Effekte der Dimensionen „Optimismus“ und „Einsamkeit“. Nach der LARP-Con war die Dimension „Optimismus“ signifikant höher ausgeprägt als zum Kontrollwochenende, während die Dimension „Einsamkeit“ signifikant nach der LARP-Con abnahm und zum Kontrollwochenende wieder signifikant Anstieg. Die Dimension „Einsamkeit“ zeigte statistisch den deutlichsten Effekt durch den Besuch der LARP-Con. Die Dimension „Optimismus“ deutete ebenfalls einen Einfluss der LARP-Con an, lässt jedoch keinen Bezug zu dem Zeitpunkt vor der LARP-Con zu. Darüber hinaus gaben die Dimensionen „Respekt“ und „negative Gefühle“ Interpretationsmöglichkeiten. Die Ausprägungen erhöhten sich zwar signifikant nach der LARP-Con, jedoch

waren die Dimension nicht zum Kontrollwochenende signifikant. Ob der Besuch der LARP-Con einen positiven Effekt auf diese Dimensionen hatte, sollte in weiteren Studien bestätigt werden, bevor klare Aussagen getroffen werden können. Bei den anderen Dimensionen können die Ergebnisse ebenfalls nicht deutlich auf den Besuch der LARP-Con zurückgeführt werden. Die Dimensionen „Beziehung“, „Gemeinschaft“ und „Steuerung“ waren nur vor der LARP-Con signifikant höher ausgeprägt als zum Kontrollwochenende. In diesem Fall wäre der Antizipationseffekt eine mögliche Erklärung. Dabei handelt es sich um die Veränderung der Stimmungslage allein durch die Erwartungshaltung vor einer gewissen Handlung. Es ist bereits bekannt, dass Antizipation einen Effekt auf das psychologische Wohlbefinden hat (Zavatskyi, 2017). Denkbar ist auch ein sogenannter „Post-LARP-Blues“, der im Anschluss an die LARP-Con negativ auf das Antwortverhalten wirkt, sodass sich die Ergebnisse nach der LARP-Con zu den Ergebnissen des Kontrollwochenendes unterscheiden, aber nicht signifikant ausfallen (Bowman & Torner, 2016). Betrachtet man die Mittelwerte aller Dimensionen, dann fallen diese während der LARP-Con höher aus, mit Ausnahme der Dimension „Einsamkeit“. Aufgrund dieser Unsicherheiten und geringer signifikanter Ergebnisse lassen sich keine belastbaren Aussagen über den kausalen Effekt einer LARP-Con auf alle signifikanten Dimensionen des psychologischen Wohlbefindens treffen. Die Ergebnisse weisen auf ein potenzielles Wirkungsmuster hin, welches in zukünftigen Studien näher untersucht werden sollte, um ähnliche Alternativhypothesen zukünftig eindeutig beantworten zu können.

Die Ergebnisse Nebenhypothese zeigten zu beiden psychologischen Konstrukten signifikante Unterschiede. Bei der emotionalen Intelligenz ergaben sich signifikante Effekte sowohl für die Gesamtskala als auch für die Dimension „emotionale Selbstkontrolle“. Diese Effekte traten unabhängig von den beiden Wochenenden auf und lassen sich daher nicht eindeutig der Teilnahme an der LARP-Con zuordnen. Jedoch stieg „emotionale Selbstkontrolle“ bei psychisch Erkrankten nach den Wochenenden. Im Bereich des psychologischen Wohlbefindens unterschieden sich die Teilnehmer\*innen mit und ohne psychische Diagnose bei den Dimensionen „Steuerung“, „Fähigkeit“ und „Selbstwert“. Die Dimension „Steuerung“ bildete vor den Wochenenden bei psychisch Erkrankten eine generell höhere Wahrnehmung ab, gesteuert zu werden als bei nicht psychisch Erkrankten. Ansonsten zeigte die Dimension „Fähigkeit“ eine insgesamt positivere Selbsteinschätzung in der Gruppe ohne Diagnose. Es traten nur in der Dimension „Selbstwert“ konkrete Unterschiede im Bezug zur LARP-Con auf. Die Einschätzung des Selbstwertes war zu der LARP-Con höher ausgeprägt. Insgesamt ließen sich die signifikanten Unterschiede fast immer unabhängig von der quasi-experimentellen Bedingung der LARP-Con feststellen, weshalb sich kein kausaler Einfluss interpretieren lässt. Die signifikanten Dimensionen gaben jedoch Hinweise einer geringeren Selbsteinschätzung und Wahrnehmung unter psychisch Erkrankten und eines positiven Einflusses der Wochenenden. Eine mögliche Erklärung dafür könnte die Freizeit am Wochenende sein, unabhängig davon, ob

eine LARP-Con besucht wird oder das Wochenende mit anderen Tätigkeiten verbracht wird. Mit einzelnen signifikanten Ergebnissen kann die Annahme der Alternativhypothese nicht vollständig, aber in Teilen angenommen werden.

### *Limitationen*

Mit einer geringen Teilnehmer\*innenanzahl zu Beginn und einem hohem Rückgang im Antwortverhalten wurde die Studie mit einer geringen Stichprobe ( $N = 24$ ) durchgeführt. Der a priori verwendete Powertest mit G-Power für eine erwartete Effektstärke  $f = .25$  zeigte, dass bei dieser Stichprobengröße keine mittleren und geringen Teststärken interpretiert werden dürfen. Das heißt, die Ergebnisse müssen eine hohe Effektstärke erreichen, um interpretiert werden zu können. Eine Effektstärke von Cohens  $f = .40$  entspricht in etwa dem  $\eta^2_p \geq .14$ . Da alle signifikanten Ergebnisse in der vorliegenden Analyse eine Effektstärke von  $\eta^2_p \geq .14$  erreicht haben, können die Daten trotz geringer Stichprobengröße prinzipiell interpretiert werden. Bei einer größeren Stichprobe wäre die Erfassung von kleineren Effekten möglich. Mit einem größeren Stichprobenumfang wäre es darüber hinaus leichter, die Voraussetzung einer ANOVA zu erfüllen. In der vorliegenden Untersuchung wurde auf den Ausschluss der großen Anzahl extremer Ausreißer verzichtet, um die Daten nicht weiter zu reduzieren. Auch Verstöße gegen die Annahme der Normalverteilung konnten aufgrund der geringen Stichprobe nur eingeschränkt adressiert werden. Eine größere Stichprobe wäre gegen solche Abweichungen robuster oder könnte durch alternative Analysen oder Ausschluss von Daten gezielt korrigiert werden. Für die dritte Hypothese war die Homogenität der Varianz zwischen den Zwischen-subjektgruppen von zentraler Bedeutung. Aufgrund der ungleichen Stichprobengrößen (Mit Diagnose = 7, ohne Diagnose = 17) mussten signifikante Ergebnisse beim Box-Test bei Kovarianz-Matrizen in einzelnen Dimensionen ausgeschlossen werden. Bei einem ausgeglichenen Gruppenverhältnis in einer größeren Stichprobe (z.B. durch Matching) wäre die Robustheit der Analysen gegeben und die Ergebnisse könnten interpretiert werden.

Weitere Limitationen entstanden bei der Erstellung der Online-Fragebögen. Im Rahmen der Interventionsstudie wurde der „Comprehensive Inventory of Thriving“ (CIT) in einer für den Kontext einer LARP-Con angepassten Version verwendet. Dabei wurden einzelne Items gekürzt oder ausgelassen. Bestimmte Dimensionen wurden daher nur noch von einem oder zwei Items repräsentiert. Das beeinträchtigte möglicherweise die interne Konsistenz dieser Skalen. Die Reliabilität der Skalen „Fähigkeit“, „Steuerung“, „Optimismus“ und „negative Gefühle“ ist folglich mit Einschränkung zu betrachten. Hinzukommend wurde die Skala der Dimension „Sinn“ versehentlich ausgelassen, wodurch die Gesamtskala in der Erhebung der Fragebögen nicht berechnet werden konnte. Darüber hinaus wurden die Items des CIT und des „Emotional Intelligence Inventar“ (EI4) bei allen vier Messzeitpunkten in identischer Reihenfolge vorgegeben. Eine Randomisierung der Item- oder Skalenabfolgen wurde nicht

vorgenommen. Dies könnte die Ergebnisse durch Reihenfolgeeffekte und geübte Antworttendenzen beeinträchtigt haben und sich negativ auf die Retest-Reliabilität zwischen den Fragebögen ausgewirkt haben. Obwohl keine Reliabilität für die Gesamtskala des E14 berichtet wurde, wurde ein entsprechender Gesamtwert zur Analyse verwendet. Die Aussagekraft dieser Ergebnisse ist daher eingeschränkt.

Teile der verwendeten Literatur sind kritisch zu bewerten. Sie stützen sich auf Studien, Berichte oder Erfahrungswerte, die nicht in peer-reviewten Fachjournalen erschienen oder auf Fachliteratur beruhen. Darunter fallen z.B. der LARP-Zensus von Engelhardt (2021) und die Analysen von Thilo Wagners LARP-Kalender (Bolle, 2013). Die Validität und die Reliabilität sind bei den Aussagen dieser Quellen nicht eindeutig überprüfbar. Sie wurden dennoch einbezogen, da sie Andeutungen und Tendenzen zeigen, die im Kontext der geringen Forschung zu LARP und dieser Studie von explorativem Wert sind.

Eine weitere Limitation betrifft die mögliche Beeinflussung der Studie durch die persönliche Nähe der Autorin zu dem untersuchten Gegenstand LARP und dem LARP-Verein Münzquell e.V., dem ein Großteil der Teilnehmer\*innen der Studie angehört. Diese Nähe könnte eine gewisse Voreingenommenheit, Erwartungshaltung oder positive Verzerrung in der Interpretation der Ergebnisse bieten. Die Datenerhebung und Durchführung der Studie wurden nach bestem wissenschaftlichem Gewissen der Autorin durchgeführt.

Schlussendlich wurden bei dieser Studie keine lokalen Störvariablen kontrolliert. Die Stichprobe besteht aus Teilnehmer\*innen von drei LARP-Conventions, die sich hinsichtlich Setting, Menschenmenge und Erlebnissen womöglich unterscheiden. Dabei ist nicht klar, ob die unterschiedlichen Daten der LARP-Cons gemeinschaftlich interpretiert werden können.

Zusammenfassend verdeutlichen die genannten Limitationen, dass die Aussagekraft der Ergebnisse dieser Studie durch methodische und stichprobenabhängige Einschränkungen begrenzt ist. Die vorgestellten Aspekte legen nahe, dass weitere Untersuchungen unter robusten methodischen Bedingungen erforderlich sind, um die vorliegende Literatur und Studienergebnisse zu validieren und differenziert zu interpretieren.

#### *Empfehlungen für weiterführende Forschung*

Vorrangig erscheint eine Replikation dieser empirischen Interventionsstudie mit einer größeren und homogenen Stichprobe sinnvoll, um die Aussagekraft der Ergebnisse zu erhöhen und um die gruppenspezifischen Aspekte der psychischen Erkrankungen differenzierter erfassen zu können. Darunter fällt zum Beispiel die Forschung auf größeren LARP-Cons. Unabhängig vom Studiendesign dieser Arbeit kann mit der Empfehlung einer größeren Stichprobe in vielen Bereichen des LARP quantitative Forschung betrieben werden. In einer Studie könnten mit Matching Liverollenspieler\*innen mit der Normalbevölkerung verglichen werden. Es wäre auch möglich neue Liverollenspieler\*innen langwierigen Liverollenspieler\*innen

gegenüberzustellen. Des Weiteren könnten Längsschnittstudien mit Follow-Up- Messungen mit Live-Rollenspieler\*innen durchgeführt werden, um die Effekte über längere Zeiträume zu betrachten. Für die Psychologie wäre es ebenfalls spannend, LARP auf psychotherapeutische Aspekte zu untersuchen und zu verbinden, wie Bartenstein (2024) es getan hat. Diese ganzen Studiendesigns können für verschiedene psychologische Konstrukte wiederholt werden, um mehr über die Zusammenhänge von LARP mit der Psychologie zu erfahren. Künftige Studien könnten auch mit multivariaten Modellen gleichzeitige Effekte mehrerer abhängiger Variablen prüfen und deren Zusammenwirken besser erfassen. Dabei könnte auch die Handyzeit als Kontrollvariable berücksichtigt werden, da sich in dieser Studie auf deskriptiver Ebene auffällige Unterschiede zwischen den beiden Wochenenden zeigten. Dies könnte Aufschluss darüber geben, ob die Handynutzungszeit während einer LARP-Con teilweise für die Veränderungen der psychologischen Konstrukte verantwortlich ist.

Für die weitere Forschung über LARP in der Psychologie erscheint die von dieser Studie ausgehende Methodik optimierbar. Bei zukünftigen Studien sollte eine stärkere Standardisierung der Erhebung und Analyse angestrebt werden. Darunter fallen zum Beispiel die Randomisierung der Fragebögen und die Verwendung aller Items trotz kontextbasierter Anpassungen, um die interne Konsistenz der Variablen zu gewährleisten. Modifikationen von Fragebögen können bei vorhandenen Ressourcen psychometrisch auf ihre Aussagekraft überprüft werden. Ein weiterer kritischer Aspekt betrifft die Vergleichbarkeit zwischen Gruppen. Zwischensubjekte sollten möglichst ausgeglichen sein. Bei Vergleichen zwischen Nicht-Live-Rollenspieler\*innen oder Live-Rollenspieler\*innen sollte Matching betrieben werden, um soziodemografische Einflüsse zu kontrollieren. In diesem Sinne könnte bei einem ähnlichen Studiendesign die Gestaltung des Kontrollwochenendes standardisiert kontrolliert und die Tätigkeiten in die Analyse einbezogen werden.

Zusammenfassend geben die Ergebnisse dieser Studie und der begrenzte Forschungsstand über LARP erste Hinweise auf mögliche Zusammenhänge zwischen LARP und der emotionalen Intelligenz, dem psychologischen Wohlbefinden und psychischen Erkrankungen. Auch sind einzelne Unterschiede zwischen psychisch erkrankten Personen und nicht erkrankten Personen erkennbar. Gleichzeitig ist die Forschungslage derzeit sehr qualitativ und in Teilen explorativ, sodass eine belastbare Generalisierung oder gar klinische Anwendung zum aktuellen Zeitpunkt nicht wissenschaftlich abgesichert ist. Gerade die immersiven, sozial eingebetteten und emotional aktivierenden Aspekte von LARP könnten in der Theorie eine Vielzahl möglicher psychologischer Wirkmechanismen entfalten. Die Möglichkeiten von LARP sollten zukünftig systematisch erforscht werden, um die Rolle von LARP als mögliche gesundheitsfördernde Praxis oder als psychotherapeutische Intervention näher zu beleuchten. Dadurch eröffnet sich ein großes Feld weiterer empirischer Studien.

## Literatur

- Balzac, S. R. (2016). *An Exploration into How Live Action Role-Playing Game (LARP) Participants Experience Leadership, Decision Making, and Working Within a Group in Non-Game Social Interactions*. [Dissertation, Capella University]. ProQuest.  
<https://www.proquest.com/docview/1817930569/fulltextPDF/78B7635FAF9B49ABPQ/1?sourcetype=Dissertations%20&%20Theses>
- Balzer, M. (2008). *Live Action Role Playing – Die Entwicklung realer Kompetenzen in virtuellen Welten*. Tectum Verlag.
- Bartenstein, L. (2024). Live Action Role Playing (LARP) in Cognitive Behavioral Psychotherapy: A Case Study. *International Journal of Role-Playing*, 15, 92–126. <https://doi.org/10.33063/ijrp.vi15.322>
- Blanche, E. I., Chang, M. C., & Parham, L. D. (2024). Experiences of adult play. *The American Journal of Occupational Therapy*, 78(4), 7804185040. <https://doi.org/10.5014/ajot.2024.050436>
- Bodenstein, G. & Geise, W. (1987). *Das Rollenspiel in der betriebswirtschaftlichen Hochschulausbildung: dargestellt am Thema "Nachfragemacht auf dem Lebensmittelmarkt"*. Alsbach: Leuchtturm-Verlag.
- Bolle, J. (2013). LARP-Statistik Deutschland 2013. Section31. <http://www.section31.de/fantasy/statistik2013/>
- Bowman, S. L., & Torner, E. (01.08.2014). Post-LARP depression. *Analog Game Studies*, 1, 161-166. <https://analoggamestudies.org/2014/08/post-larp-depression/>
- Broich, J. (1992). *Rollenspiele mit Erwachsenen*. Maternus Verlag Köln.
- Burgschneider GmbH (2024). *Conquest von Mythodea*. Realms of Mythodea. <https://realmsofmythodea.com/conquest-von-mythodea/>

- Diener, E. (2024, 11. Dezember). *German Translation of Comprehensive Inventory of Thriving and Brief Inventory of Thriving*. <https://eddiener.com/inventory-of-thriving-cit-bit/>
- Dittmar, H. (2024). *Der Troll Hat Depression Und Die Kriegerin Ist Borderliner – Häufigkeit Psychischer Erkrankungen Unter LARPern Im Vergleich Zur Normalbevölkerung* [Unveröffentlichte Bachelorarbeit]. Leuphana Universität Lüneburg.
- Engelhardt, M. (20.11.2018). *Die große LARP-Umfrage 2018 – so larpen Deutschland, Liechtenstein, Österreich und die Schweiz*. Teilzeithelden. <https://www.teilzeithelden.de/2018/11/20/die-grosse-larp-umfrage-2018-so-larpen-deutschland-liechtenstein-oesterreich-und-die-schweiz/>
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A.-G. (2009). Statistical power analyses using G\*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods*, 41, 1149-1160. <https://doi.org/10.3758/BRM.41.4.1149>
- Goleman, D. (1998a). *Working with emotional intelligence*. Bantam.
- Goleman D. (1998b). What makes a leader? *Harvard Business Review*, 76(6). 93-102. 10187249. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10187249/>
- Goleman, D., Boyatzis, R., & McKee, A. (2001). Primal Leadership: The Hidden Driver of Great Performance. *Harvard Business Review*, 79(11), 42-51.
- Gygax, G., & Arneson, D. (1974). *Dungeons & Dragons* (Original edition; recompiled by Greyharp, 2011). [Online edition]. Tactical Study Rules.
- IBM Corp. (2022). IBM SPSS Statistics for Windows (Version 28.0) [Computer software]. IBM Corp.
- Lehto, K. (2021). Role-Playing Games and Well-Being. *International Journal of Role-Playing*, (11), 72–93. <https://doi.org/10.33063/ijrp.vi11.284>

- Lubbers, K., Cadwallader, J., Lin, Q., Clifford, C., & Frazier, L. D. (2023). Adult Play and Playfulness: A Qualitative Exploration of its Meanings and Importance. *The Journal of Play in Adulthood* 5(2), 1-19. <https://doi.org/10.5920/jpa.1258>
- McCleskey, J. (2014). Emotional intelligence and leadership: A review of the progress, controversy, and criticism. *International Journal of Organizational Analysis*, 22(1), 76-93. <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/ijoa-03-2012-0568/full/html>
- Moreno, J. L. (1973). *Gruppenpsychotherapie und Psychodrama*. Thieme Verlag.
- Oerter, R. (1997). *Psychologie des Spiels*. Beltz, Psychologie Verlags Union.
- OpenAI. (2025). *ChatGPT (Version GPT-4, June 2025)* [Large language model]. <https://chat.openai.com/>
- Pressler, L. (2020). *Live Action Role-Play for Police: A Tool for Emotional Intelligence Development and Community Connection* [Master's thesis, Fashion Institute of Technology, State University of New York]. ProQuest. <https://www.proquest.com/openview/4fc8a006fbf2724a8583d2ee02d7a13f/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Rasch, B., Friese, M., Hofman, W. & Neuman, E. (2021). *Quantitative Methoden 2 – Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften*. Springer Berlin, Heidelberg. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-63284-0>
- Razali, N. M., & Wah, Y. B. (2011). Power comparisons of shapiro-wilk, kolmogorov-smirnov, lilliefors and anderson-darling tests. *Journal of statistical modeling and analytics*, 2(1), 21-33. [https://www.researchgate.net/publication/267205556\\_Power\\_Comparisons\\_of\\_Shapiro-Wilk\\_Kolmogorov-Smirnov\\_Lilliefors\\_and\\_Anderson-Darling\\_Tests](https://www.researchgate.net/publication/267205556_Power_Comparisons_of_Shapiro-Wilk_Kolmogorov-Smirnov_Lilliefors_and_Anderson-Darling_Tests)
- Riggs, B. (2022). *Slaying the Dragon: A Secret History of Dungeons & Dragons*. St. Martin's Press. <https://us.macmillan.com/books/9781250278050/slayingthedragon/>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99-104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>

- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Satow, L. (2012). *Emotional Intelligence Inventar (EI4)*. Testmanual und Normen. <http://www.drsatow.de>
- Schlickmann, G. (2015). Einführung ins Fantasy-LARP. In G. Schlickmann (Hrsg.). *Adventure and Meeting: Eine Einführung in Live-Rollenspiel aus theaterwissenschaftlicher Perspektive* Zauberfeder Verlag.
- Schreiber, M., Morell, C., Inniger, M., Leuenberger, A. & Rüschi, U. (2025). Handbuch Fragebogen zur Erfassung des psychologischen Wohlbefindens (Comprehensive Inventory of Thriving; CIT).
- Sedlmeier, P. & Renkewitz, F. (2018). *Forschungsmethoden und Statistik für Psychologen und Sozialwissenschaftler*. (3rd ed.). Pearson Deutschland. <https://elibrary.pearson.de/book/99.150005/9783863268084>
- Stahlke, I. (2020). Rollenspiel. In G. Mey, K. Mruck (Hrsg.), *Handbuch Qualitative Forschung in der Psychologie*. Springer, Wiesbaden. [https://doi.org/10.1007/978-3-658-26887-9\\_39](https://doi.org/10.1007/978-3-658-26887-9_39)
- Su, R., Tay, L., & Diener, E. (2014). The development and validation of the Comprehensive Inventory of Thriving (CIT) and the Brief Inventory of Thriving (BIT). *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 6(3), 251-279. <https://doi.org/10.1111/aphw.12027>
- Thorndike, E. L. (1920). Intelligence and its use. *Harper's Magazin*, 140, 227-235.
- Urban, D. & Mayerl, J. (2011). Erweiterte Regressionsanalyse. In D. Urban & J. Mayerl (Hrsg.), *Regressionsanalyse: Theorie, Technik und Anwendung* (4. Auflage, S. 275-322). VS Verlag für Sozialwissenschaften. [https://doi.org/10.1007/978-3-531-93114-2\\_5](https://doi.org/10.1007/978-3-531-93114-2_5)
- Visuri, I. (2024). Autistic re-creation: Live action role-play as a safe and brave space for social learning. *Thinking Skills and Creativity*, 54, 101622. <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2024.101622>

- Vorderer, P. (1996). Rezeptionsmotivation: Warum nutzen Rezipienten mediale Unterhaltungsangebote? *Publizistik*, 41, 310-326. <https://link.springer.com/article/10.1007/BF03653879>
- Vorobeva, O. (2017). Designing for Emotions. An overview of tools common in Russian larp design. In M. Svanevik, L. C., Andreassen, S. Bring, E. Nilsen, & G. S. Strand (Hrsg). *Once upon a Nordic larp... twenty years of playing stories*. (pp. 43-51). Researchgate. [https://www.researchgate.net/publication/335631764\\_Designing\\_for\\_Emotions\\_An\\_overview\\_of\\_tools\\_common\\_in\\_Russian\\_larp\\_design](https://www.researchgate.net/publication/335631764_Designing_for_Emotions_An_overview_of_tools_common_in_Russian_larp_design)
- Volkman, N. (2024). *"LARP Has Changed My Life Completely": The Community and Creativity of Live Action Role Players* [Master's thesis, California State University, Long Beach]. ProQuest. <https://www.proquest.com/docview/3083766485?pq-origsite=gscholar&fromopenview=true&sourcetype=Dissertations%20&%20Theses>
- Wagner, T. (2025, 20. Januar). *Thilo Wagners LARP Kalender*. Larpkalender. <https://larpkalender.de/>
- Winefield, H. R., Gill, T. K., & Taylor, A. W. (2012). Psychological well-being and psychological distress: is it necessary to measure both? *Psychology of Well-Being*, 2, 3. <https://doi.org/10.1186/2211-1522-2-3>
- Wirtz, M. (2021, 05. Mai). Intervention. In M. A. Wirtz (Hrsg.), *Dorsch Lexikon der Psychologie*. Bern: Hogrefe. <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/intervention>
- Zavatskyi, V. Y. (2017). The influence of the ability to anticipation on the subjective well-being of the individual. *Virtus: Scientific Journal, Series: Philosophy. Psychology. Pedagogy*, (17), 44-47.
- Zimmer, D. (2012). Therapeutisches Rollenspiel. In A. Batra, R. Wassmann & G. Buchkremer (Hrsg.), *Verhaltenstherapie: Grundlagen-Methoden-Anwendungsgebiete* (S. 98-103). Thieme.