

Tabelle 22: Beschreibung der Trainingsgruppe und Kontrollgruppe hinsichtlich der Mittelwerte der Subskalen der Skala Fähigkeit zur Selbstreflexion und Einsicht zum Messzeitpunkt T1 mittels T-Test für abhängige Stichproben

Variable	TG (n = 86)		KG (n = 59)		p	corr. p
	M	SD	M	SD		
SRIS SR	53.44	10.01	52.97	10.86	.786	.999
SRIS IN	31.57	4.59	32.15	5.48	.489	.999

SRIS Self-Reflection and Insight Scale setzt sich aus zwei Subskalen zusammen: SR Self-Reflection und IN Insight

7.2 Einfluss der Universitätszugehörigkeit auf die gesamte Stichprobe

Um die Zusammenführung der Daten aus den drei Universitäten zu legitimieren, wurde mit einfaktoriellen Varianzanalysen sowie Chi-Quadrat-Tests überprüft, inwiefern sich die Werte zum Messzeitpunkt T1 zwischen den Universitäten unterscheiden. Die Teilnehmer*innen der drei Universitäten unterscheiden sich hinsichtlich des Alters ($F = 9.53$, $p < .00$), $p < .00$) und des Semesters ($F = 44.15$, $p < .00$). Für beide Variablen konnte durch das Ergebnis des Levene-Tests keine Homogenität der Varianzen für die drei Gruppen angenommen werden. Als Alternative wurden die Welch-ANOVA und der Games-Howell post-hoc Test durchgeführt. Der Paarweise Vergleich zeigt, dass die Teilnehmer*innen der Universität 1 ($M = 7.61$) im Mittelwert bereits signifikant mehr Semester studiert haben als die Teilnehmer*innen der Universität 2 ($M = 4.87$) und 3 ($M = 4.53$). Dieser Unterschied lässt sich auch für das Alter erkennen. Die Teilnehmer*innen der Universität 1 ($M = 25.31$) sind im Mittelwert signifikant älter als die Teilnehmer*innen der Universität 2 ($M = 22.61$) und 3 ($M = 22.33$). Die Universität 2 und 3 unterscheiden sich nicht bezüglich dieser beiden Merkmale. Weiter unterscheiden sich die Teilnehmer*innen der drei Universitäten signifikant in Bezug auf das Geschlecht ($\chi^2 (2) = 14.76$, $p < .00$) und die Vorerfahrung mit Meditation ($\chi^2 (2) = 14.44$, $p < .00$). Der vollständige Vergleich ist in Tabelle 23 zusammengestellt.

Tabelle 23: Beschreibung soziodemografischer Merkmale der einzelnen Universitäten zum Messzeitpunkt T1

Variable		Universität 1 (n =77)		Universität 2 (n =38)		Universität 3 (n =30)		p
Geschlecht	w	48		35		26		.00*
	m	29		3		4		
Vorerfahrung mit Meditation	ja	35		29		10		.00*
	nein	42		9		20		
Schule	ja	9		9		17		.00*
	nein	68		29		13		
Pädagogische Praxis	ja	36		19		19		.30*
	nein	41		19		11		
		M	SD	M	SD	M	SD	
Alter		25.13	4.75	22.61	3.59	22.33	1.99	.00*
Semester		7.61	2.49	4.87	1.61	4.53	.94	.00*

Die einfaktorielle Varianzanalyse zeigt, dass es zwischen den drei Universitäten hinsichtlich der abhängigen Variablen keinen signifikanten Unterschied gibt. Nur für die Skala zur Erfassung der Offenheit gibt es zum Messzeitpunkt T1 einen signifikanten Unterschied (OP, $F(2,142) = 4.07, p = .02$). Der Paarweise Vergleich zeigt, dass die Teilnehmer*innen der Universität 3 ($M = 2.55$) einen signifikant niedrigeren Wert zum Messzeitpunkt T1 haben als die Teilnehmer*innen der Universität 1 ($M = 2.86$) und 2 ($M = 2.84$). Der vollständige Vergleich ist in Tabelle 24 aufgelistet. Da es für alle anderen Variablen keinen signifikanten Unterschied zwischen den Universitäten gibt, wird eine Zusammenführung der Trainingsgruppen und Kontrollgruppen der einzelnen Universitäten zu einer gepoolten Stichprobe als legitim angenommen.

Tabelle 24: Vergleich der drei Universitäten hinsichtlich der Mittelwerte der abhängigen Variablen zum Messzeitpunkt T1 mittels einfaktorieller ANOVA

Variable	Universität 1 (n =77)		Universität 2 (n =38)		Universität 3 (n =30)		p
	M	SD	M	SD	M	SD	
CHIME	4.02	.55	3.91	.54	3.85	.44	.30
SCS-D	3.15	.73	2.96	.85	3.04	.75	.44
SEK-27	2.73	.51	2.78	.50	2.67	.48	.68
GALS	1.34	.52	1.24	.45	2.39	.46	.43
SRSI	4.29	.65	4.29	.64	4.10	.52	.44

OP	2.86	.56	2.84	.51	2.55	.49	.02*
SWE	2.98	.45	2.94	.39	2.85	.35	.38
UGTS	3.30	.72	3.37	.82	3.13	.67	.41
UWES	3.51	1.14	3.66	.99	3.33	1.21	.49

7.3 Einfluss der Universitätszugehörigkeit auf die einzelnen Trainingsgruppen

Einfaktorielle Varianzanalysen sowie Chi-Quadrat-Tests wurden durchgeführt, um zu überprüfen, ob sich die Trainingsgruppen an den drei unterschiedlichen Universitäten hinsichtlich soziodemographischer Daten und der ausgewählten Variablen zum Messzeitpunkt T1 unterscheiden. Die Teilnehmer*innen der Trainingsgruppen der drei Universitäten unterscheiden sich hinsichtlich des Semesters ($F = 44.15, p < .00$). Für diese Variable konnte durch das Ergebnis des Levene-Tests keine Homogenität der Varianzen für die drei Gruppen angenommen werden. Als Alternative wurden die Welch-ANOVA und der Games-Howell post-hoc Test durchgeführt. Der Paarweise Vergleich zeigt, dass die Teilnehmer*innen der Universität 1 ($M = 7.76$) im Mittelwert eine signifikant höhere Anzahl an Semester studiert haben als die Teilnehmer*innen der Universität 2 ($M = 4.97$) und 3 ($M = 4.29$). Die Universität 2 und 3 unterscheiden sich nicht bezüglich dieses Merkmals. Weiter unterscheiden sich die Teilnehmer*innen der drei Universitäten signifikanten in Bezug auf das Geschlecht ($\chi^2(2) = 6.84, p = .03$) und die Vorerfahrung mit Meditation ($\chi^2(2) = 9.73, p < .01$). Der vollständige Vergleich ist in Tabelle 25 zusammengestellt.

Tabelle 25: Beschreibung soziodemografischer Merkmale der einzelnen Trainingsgruppen aufgegliedert auf die drei Universitäten zum Messzeit-punkt T1

Variable		Universität 1 (n =38)		Universität 2 (n =34)		Universität 3 (n =14)		p
Geschlecht	w	27		32		10		.03*
	m	11		2		4		
Vorerfahrung mit Meditation	ja	16		26		6		.01*
	nein	22		8		8		
Schule	ja	3		9		5		.03*
	nein	35		25		9		
Pädagogische Praxis	ja	18		17		8		.88
	nein	20		17		6		
		M	SD	M	SD	M	SD	p
Alter		24.34	3.46	22.82	3.59	23.00	2.35	.14
Semester		7.76	2.87	4.97	1.57	4.29	1.27	.00*