SMS-II

Schaal voor sportmotivatie (SMS-II)

De Sport Motivation Scale II meet de verschillende soorten motivatie in de sportcontext, van intrinsieke motivatie tot vormen van extrinsieke regulatie, en amotivatie. De schaal wordt vaak gebruikt om de motieven te begrijpen die sportgedrag beïnvloeden.

Aantal vragen	18 vragen
Geschatte duur	20 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Sport Motivation Scale
Doelgroep	Sporters van alle leeftijden
Auteurs	Robert J. Vallerand, Luc G. Pelletier, Kim M. Miquelon, Nathalie Green-Demers, Raôul Valois (2012)
Categorie	Algemeen

Voorbeeld van de 18 vragen

Waarom beoefent u uw sport?

Omdat ik me slecht over mezelf zou voelen als ik er geen tijd voor zou nemen.

Komt helemaal niet overeen | Komt heel weinig overeen | Komt een beetje overeen | Komt matig overeen | Komt behoorlijk overeen | Komt sterk overeen | Komt volledig overeen

Waarom beoefent u uw sport?

Vroeger had ik goede redenen om te sporten, maar nu vraag ik me af of ik ermee door moet gaan.

Komt helemaal niet overeen | Komt heel weinig overeen | Komt een beetje overeen | Komt matig overeen | Komt behoorlijk overeen | Komt sterk overeen | Komt volledig overeen

Waarom beoefent u uw sport?

Omdat het heel interessant is om te leren hoe ik beter kan worden.

Komt helemaal niet overeen | Komt heel weinig overeen | Komt een beetje overeen | Komt matig overeen | Komt behoorlijk overeen | Komt sterk overeen | Komt volledig overeen

Waarom beoefent u uw sport?

Omdat sporten de kern weerspiegelt van wie ik ben.

Komt helemaal niet overeen | Komt heel weinig overeen | Komt een beetje overeen | Komt matig overeen | Komt behoorlijk overeen | Komt sterk overeen | Komt volledig overeen

Waarom beoefent u uw sport?

Omdat mensen om wie ik geef boos op me zouden zijn als ik het niet deed.

Komt helemaal niet overeen | Komt heel weinig overeen | Komt een beetje overeen | Komt matig overeen | Komt behoorlijk overeen | Komt sterk overeen | Komt volledig overeen

Neem je vragenlijsten online af

Stuur je patiënt een link: die antwoordt via telefoon of computer, en jij ontvangt de gescoorde resultaten per e-mail.

Bekijk de vragenlijst op mentaal.org ›

Scoring en interpretatie

De antwoorden worden gegeven op een likertschaal. Er worden scores berekend voor elke subschaal, die telkens een soort motivatie weergeeft: intrinsieke motivatie, geïdentificeerde regulatie, geïntrojecteerde regulatie, externe regulatie en amotivatie.

Ben je psycholoog?

Met Mentaal krijg je relevante informatie om je patiënten te begeleiden.

- Gestandaardiseerde tests
- Automatische scoring
- Resultaten per e-mail

Probeer het gratis | Bekijk alle vragenlijsten

★★★★★

“Betrouwbare en relevante metingen om de psychische toestand van mijn patiënten beter in kaart te brengen”

 Jeroen S. - Arbeidspsycholoog