

# **Ein hierarchisches Modell der Anschlussmotivation**

Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung  
und die Selbstregulation durch Zielsetzungen



Inaugural-Dissertation  
zur Erlangung eines Doktors der Philosophie  
im Fachbereich Erziehungswissenschaften  
der Universität Wuppertal

**Julia Schüler**

Wuppertal, im September 2002

---

## Danksagung

Ich möchte mich an dieser Stelle bei einigen Personen bedanken, die mich bei dieser Arbeit fachlich und persönlich unterstützt haben.

Mein Dank gilt Herrn Professor Schmalt für sein Interesse an meinen Ideen und dafür, dass er es immer für selbstverständlich hielt, mich zu unterstützen. Ich danke Herrn Professor Trautner für sein freundliches Engagement.

Außerdem bin ich Carola Ludwig für ihre Geduld bei der Korrektur meiner Kommafehler, Thomas Langens für seine häufigen ermutigenden Worte und meinen Eltern für die Abwesenheit jeglichen Zweifels an meiner Person dankbar.

Besonders danke ich meinem Lebensgefährten Marc Ohligschläger, der mich auch unerträglich ertragen hat und frage mich, wie er mir den Rücken stärken konnte, obwohl er doch ständig an meiner Seite stand.

---

# Inhalt

## **DIE GLIEDERUNG DER ARBEIT IN ZWEI TEILE ..... 1**

### **TEIL I: EIN HIERARCHISCHES MODELL DER ANSCHLUSSMOTIVATION..... 1**

<i>Kapitel 1. Eine Einführung in das Anschlussmotivationsmodell.....</i>	<i>2</i>
Das Anschlussmotiv.....	4
Drei grundlegende Annahmen .....	5
Das hierarchische Modell der Anschlussmotivation.....	12
<i>Kapitel 2. Das Anschlussmotiv.....</i>	<i>17</i>
Hoffnung und Furcht.....	17
Das Bedürfnis nach Anschluss als Motiv.....	19
Die Geschichte der Anschlussmotivationsforschung.....	21
Die Messung des Anschlussmotivs.....	23
Verhaltens- und Erlebenskorrelate.....	26
Anschlussmotivation und Wohlbefinden .....	29
Zusammenfassung.....	33
<i>Kapitel 3. Ziele.....</i>	<i>34</i>
Der Zielbegriff .....	34
Die Eingrenzung auf bewusste Ziele.....	35
Günstige und ungünstige Bedingungen der Zielumsetzung.....	35
Furcht und Zielumsetzung .....	37
Zusammenfassung.....	39
<i>Kapitel 4. Motive, Ziele und Zielumsetzung.....</i>	<i>40</i>
Die Beziehung von Motiven und Zielen .....	40
Selbst- und fremdbestimmte Ziele .....	42
Zusammenfassung.....	44
<i>Kapitel 5. Die Funktion von Annäherungs- und Vermeidungszielen in der Hierarchie von Motiven und Zielen.....</i>	<i>45</i>
Bisherige Annahmen über Annäherungs- und Vermeidungsziele und ihre Beziehung zu Motiven .....	45
Generelle und strategische Ziele: Anschluss-thematische Annäherungs- und Vermeidungsziele in der Motiv-Ziel-Hierarchie.....	49
Zusammenfassung.....	55
<i>Kapitel 6. Methoden zur Erfassung anchluss-thematischer Wahrnehmungs- und Verhaltenskorrelate.....</i>	<i>57</i>
Anschluss-thematisches Verhalten in simulierten Sozialszenarien.....	58
Die Analyse von Blickfixationen.....	64
Die Inhaltsanalyse anchluss-thematischer Geschichten.....	69
<i>Kapitel 7. Modellhypothesen und Stellenwert der Untersuchungen.....</i>	<i>73</i>
Die Modellannahmen.....	73
Drei Untersuchungen zur Modellprüfung .....	75

<i>Kapitel 8. Untersuchung I: Die Flexibilität in der Zielsetzung</i> .....	78
Einführung .....	78
Die Untersuchungshypothesen .....	79
Methode .....	80
Befunde .....	84
Diskussion.....	93
Zusammenfassung der modellrelevanten Befunde.....	98
 <i>Kapitel 9. Untersuchung II: Die Ausrichtung der Wahrnehmung und der Bewusstseinsinhalte durch die Zielsetzung</i> .....	100
Einführung und Hypothesen .....	100
Methode .....	103
Befunde .....	108
Diskussion.....	117
Zusammenfassung der modellrelevanten Befunde.....	122
 <i>Kapitel 10. Untersuchung III: Die Verhaltensregulation durch Zielsetzungen</i> .....	123
Einführung und Hypothesen .....	123
Methode .....	126
Befunde .....	132
Diskussion.....	143
Zusammenfassung der modellrelevanten Befunde.....	149
 <i>Kapitel 11. Gesamtdiskussion zum Modell</i> .....	150
Das hierarchische Anschlussmotivationsmodell.....	150
Die empirische Überprüfung der zentralen Annahmen.....	153
Die Methoden zur Erfassung anchlussthematischer Wahrnehmungs- und Verhaltenskorrelate .....	158
 <b>TEIL II: EINE INTERVENTION ZUR VERBESSERUNG DES BEFINDENS</b> .....	<b>162</b>
 <i>Kapitel 1. Die Intervention</i> .....	175
Die erlernten Anteile des Anschlussmotivs .....	164
Gegenwärtige Anliegen und Erinnerungen.....	167
Selbstdefinierende Erinnerungen .....	169
Der Wirkmechanismus der Intervention .....	171
 <i>Kapitel 2. Untersuchung IV: Eine Intervention zur Verbesserung des Befindens</i> .....	175
Einführung .....	175
Hypothesen zur Intervention.....	177
Hypothese zum Modell .....	178
Methode .....	178
Befunde .....	182
Diskussion.....	192
 <i>Kapitel 3. Resümee und Ausblick</i> .....	200
 <b>ZUSAMMENFASSUNG</b> .....	<b>205</b>
 <b>LITERATUR</b>	
<b>ANHANG</b>	

---

# Tabellenverzeichnis

## TEIL I

### Kapitel 6

Tabelle 6.1. Beispiel einer Geschichte zum Uniszenario mit einigen der Verrechnungskategorien. . . . 72

### Kapitel 8

Tabelle 8.1. Zusammenfassung der Variablen zur Zielbewertung für Annäherungs- und Vermeidungsziele. . . . . 85

Tabelle 8.2. Deskriptive Statistik. . . . . 86

Tabelle 8.3. Interkorrelationen der zum Messzeitpunkt I erhobenen Motivkennwerte mit der Anzahl und Bewertung annähernder (opt\_a) und meidender (opt\_m) Ziele. . . . . 87

Tabelle 8.4. Korrelationen der Motive und der optimistischen Bewertung annähernder und meidender Ziele mit den Zielfortschritten. . . . . 88

Tabelle 8.5. Hierarchische Regression: HA x Optimismus bei Annäherungszielen; Vorhersage von Zielfortschritten bei Annäherungszielen. . . . . 89

Tabelle 8.6. Hierarchische Regression: HA x Optimismus bei Vermeidungszielen; Vorhersage von Zielfortschritten bei Vermeidungszielen. . . . . 90

Tabelle 8.7. Interkorrelationen der Motiv- und Zielkennwerte mit den Wohlbefindensmaßen zum ersten und zweiten Messzeitpunkt. Partialkorrelationen sind in Klammern dargestellt. . . . . 91

### Kapitel 9

Tabelle 9.1. Kategoriensystem zur Verrechnung von Anschluss thematik in Geschichteninhalten mit Beispielen aus einer der Untersuchungen dieser Arbeit (modifiziert nach Atkinson et al., 1953). . . . . 104

Tabelle 9.2. Deskriptive Statistik. . . . . 109

Tabelle 9.3. Korrelationen der Motivkennwerte mit der optimistischen Bewertung von Annäherungs- und Vermeidungszielen Annäherungsziel: N = 35, Vermeidungsziel: N = 35. . . . . 110

Tabelle 9.4. Korrelationen der Motivkennwerte und der Blickdauer auf aufsuchende und meidende Bildelemente, getrennt nach den Versuchsbedingungen. . . . . 111

Tabelle 9.5. Hierarchische Regression: HA x Zielsetzung; Vorhersage der Dauer von Blickfixationen auf aufsuchende Bildelemente. . . . . 112

Tabelle 9.6. Hierarchische Regression: HA x Zielsetzung; Vorhersage der Dauer von Blickfixationen auf meidende Bildelemente. . . . . 113

Tabelle 9.7. Korrelation der Motivkennwerte mit aufsuchenden und meidenden Inhalten der Geschichte, getrennt nach den Versuchsbedingungen. . . . . 114

---

Tabelle 9.8. Hierarchische Regression: HA x Zielsetzung; Vorhersage von aufsuchenden Inhalten in der Geschichte. ....	115
---	-----

Tabelle 9.9. Hierarchische Regression: HA x Zielsetzung; Vorhersage von meidenden Inhalten in der Geschichte .....	116
--	-----

## **Kapitel 10**

Tabelle 10.1. Deskriptive Statistik. ....	133
---	-----

Tabelle 10.2. Korrelationen der Motivkennwerte mit der optimistischen Bewertung von Annäherungs- und Vermeidungszielen, getrennt nach den beiden Versuchsbedingungen für beide Szenarien. Annäherungsziel: N = 39; Vermeidungsziel: N = 39. ....	134
--	-----

Tabelle 10.3. Korrelationen der Motivkennwerte mit der retrospektiv eingeschätzten Angst, getrennt für die Versuchsbedingungen. ....	135
--	-----

Tabelle 10.4. Korrelationen der Motivkennwerte mit der Anzahl gewählter aufsuchender Situationen im Partyszenario (p_sum_a) und Uniszenario (u_sum_a). ....	136
---	-----

Tabelle 10.5. Hierarchische Regression: HA x Zielsetzung; Vorhersage der Anzahl aufsuchender Situationen in beiden Sozialszenarien. ....	137
--	-----

Tabelle 10.6. Korrelationen der Motivkennwerte mit der Verweildauer in aufsuchenden und meidenden Situationen im Party- (P_bleib_a, m) und Uniszenario (U_bleib_a, m) getrennt nach den Versuchsbedingungen. ....	138
---	-----

Tabelle 10.7. Versuchsbedingung Annäherungsziel: Hierarchische Regression: HA x Optimismus beim Annäherungsziel; Vorhersage der Verweildauer in aufsuchenden Situationen beider Sozialszenarien .....	140
---	-----

Tabelle 10.8. Versuchsbedingung Vermeidungsziel: Hierarchische Regression: HA x Optimismus bei Vermeidungsziel; Vorhersage der Verweildauer in aufsuchenden Situationen in beiden Sozialszenarien. ....	141
---	-----

---

# Abbildungsverzeichnis

## TEIL I

### Kapitel 1

Abbildung 1.1. Das hierarchische Anschlussmotivationsmodell. .... 12

### Kapitel 5

Abbildung 5.1. Die Zielsetzungen Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter und die Nutzung der Ziele zur Selbstregulation ..... 54

### Kapitel 6

Abbildung 6.1. Beispiel eines Wahlbildes aus dem Partyszenario..... 62

Abbildung 6.2. Beispiel einer gewählten annähernden Situation aus dem Partyszenario (Folgebild)... 63

Abbildung 6.3. Beispiel eines Bewertungsbildes einer annähernden Situation aus dem Partyszenario. 63

Abbildung 6.4. Beispiel einer gewählten meidenden Situation aus dem Partyszenario (Folgebild). .... 64

Abbildung 6.5. Blickbewegungen eines Probanden für die Zeitabschnitte 0-1 (a), 0-2 (b), 0-3 (c), 0-4 (d), 0-5 (e), 0-6 Sekunden (f), (s. auch Erläuterungen im Text)..... 68

Abbildung 6.6. Blickmuster zweier Probanden bei der Betrachtung eines Bildes des Uniszenarios (6 Sekunden)..... 69

### Kapitel 8

Abbildung 8.1. Darstellung des Interaktionsterms Hoffnung-auf-Anschluss und Optimismus bei Annäherungszielen. .... 89

Abbildung 8.2. Darstellung des Interaktionsterms Hoffnung-auf-Anschluss und Optimismus bei Vermeidungszielen..... 90

### Kapitel 9

Abbildung 9.1. Illustration der Interaktion Hoffnung-auf-Anschluss und der Art der Zielsetzung bei der Bestimmung der Blickfixationen auf aufsuchende Bildelemente. .... 112

Abbildung 9.2. Illustration der Interaktion Hoffnung-auf-Anschluss und der Art der Zielsetzung bei der Bestimmung der Blickfixationen auf meidende Bildelemente. .... 113

Abbildung 9.3. Interaktion von Hoffnung-auf-Anschluss und der Zielsetzung bei der Vorhersage von positiven anschluss-thematischen Inhalten in der Geschichte..... 115

Abbildung 9.4. Interaktion von Hoffnung-auf-Anschluss und der Zielsetzung bei der Vorhersage von negativen anschluss-thematischen Inhalten in der Geschichte..... 116

---

## **Kapitel 10**

Abbildung 10.1. Illustration des Interaktionseffektes HA x Zielsetzung.....	137
Abbildung 10.2. Illustration der Interaktion Hoffnung-auf-Anschluss und optimistische Zielbewertung bei der Bestimmung der Verweildauer in aufsuchenden Situationen für die Annäherungszielbedingung.....	140
Abbildung 10.3. Illustration der Interaktion Hoffnung-auf-Anschluss und optimistische Zielbewertung bei der Bestimmung der Verweildauer in aufsuchenden Situationen für die Vermeidungszielbedingung. ....	141

## **TEIL II**

### **Kapitel 2**

Abbildung 2.1. Illustration der Interaktion Furcht-vor-Zurückweisung und der experimentellen Bedingungsvariation. (EG: Experimentalgruppe, KG: Kontrollgruppe).....	186
Abbildung 2.2. Illustration der Interaktion Hoffnung-auf-Anschluss und der experimentellen Bedingungsvariation. (EG: Experimentalgruppe, KG: Kontrollgruppe).....	187
Abbildung 2.3. Verlauf der positiven Stimmung von niedrig Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten und hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten mit anfänglich schwach oder stark negativen Erinnerungen.....	190

## **DIE GLIEDERUNG DER ARBEIT IN ZWEI TEILE**

Diese Arbeit nimmt in zwei Teilen eine differenzierte Betrachtung des Verhaltens und Befindens von Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten vor. Der erste Teil stellt ein hierarchisches Modell zur Anschlussmotivation dar und überprüft dessen Gültigkeit in drei Untersuchungen. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf den neu entwickelten Methoden, die zur Erfassung anschluss-thematischen Verhaltens eingesetzt werden.

Der zweite Teil schlägt eine Interventionsmaßnahme zur Verbesserung des Befindens hoch Anschlussmotivierter vor und weist ihre Wirksamkeit in einer Interventionsstudie nach.

### **TEIL I**

#### **EIN HIERARCHISCHES MODELL DER ANSCHLUSSMOTIVATION**

Den Anstoß zur Entwicklung eines Anschlussmotivationsmodells gaben alltägliche Verhaltensbeobachtungen, die nicht in bisherige Motivationstheorien zu integrieren waren. Stattdessen boten sich alternative Erklärungen des zwischenmenschlichen Verhaltens an, deren weitere gedankliche Ausführung schließlich in einem hierarchischen Modell der Anschlussmotivation mündete. Der Aufbau dieser Arbeit soll der Reihenfolge der Ideenentwicklung entsprechen:

Zunächst wird ein Beispiel einer Alltagsbeobachtung geschildert, die neben anderen zur Formulierung dreier grundlegender Annahmen zum Verhalten und Befinden Anschlussmotivierter beigetragen hat. Diese Annahmen stellen die tragenden Säulen des anschließend abgeleiteten Anschlussmotivationsmodells dar. Im ersten Kapitel finden sich also bereits die zentralen Annahmen des Modells, die hier jedoch noch überwiegend auf Beobachtungen beruhen. Im zweiten, dritten und vierten Kapitel wird das Modell dann getrennt nach seinen Modellstufen in bestehende Theorien der Motivationsforschung eingebettet und im fünften Kapitel noch einmal präzisiert und gegen andere Modelle abgegrenzt. Anschließend werden neue Methoden zur Erfassung anschlussbezogener Variablen vorgestellt (Kapitel 6) und die Modellhypothesen formuliert (Kapitel 7). Der theoretischen Darstellung folgt ein empirischer Teil, in dem die Modellannahmen mit drei Untersuchungen überprüft werden (Kapitel 8, 9,10).

## KAPITEL 1

### EINE EINFÜHRUNG IN DAS ANSCHLUSSMOTIVATIONSMODELL

Als Beispiel zwischenmenschlicher Situationen, das das Verhalten und Erleben Anschlussmotivierter illustriert, soll das soziale Szenario eines Studienbeginns dienen. Für Studienanfänger hat der Einstieg ins Studium auch weitreichende Folgen für den interpersonalen Bereich. Er geht mit einem Wandel der sozialen Umwelt einher: Einige Erstsemester müssen den Wohnort wechseln und alte soziale Netzwerke, bestehend aus Schulfreunden, Familie und Sportkameraden, zurücklassen. Selbst bei Studienbeginn, der keinen Umzug erfordert, werden alte soziale Beziehungen durch die neue Lebenssituation zunächst in den Hintergrund geraten. Neben der Veränderung schon bestehender Sozialkontakte stellt das Zusammentreffen mit unbekanntem Kommilitonen in einem fremden Kontext eine soziale Herausforderung dar. Durch die Konfrontation mit einer Vielzahl etwa gleichaltriger Mitstudenten werden Themen wie die soziale Eingliederung in die Gruppe, der Aufbau tragfähiger sozialer Beziehungen, das Bilden von Arbeitsgemeinschaften und die Gestaltung gemeinsamer Freizeit relevant. Der Studienbeginn bietet die Gelegenheit, neue Freundschaften zu gewinnen, birgt jedoch gleichzeitig die Gefahr, dass eine Eingliederung nicht gelingt oder gar eine Zurückweisung erfolgt.

Wie mit dieser neuen Lebenssituation umgegangen wird, ist interindividuell unterschiedlich. Greifen wir zwei extreme Beispiele heraus: Die beiden fiktiven Studienanfänger sollen H. und F. genannt werden, um später den Bezug zu den Komponenten des Anschlussmotivs Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung zu erleichtern.

F. freut sich über Gelegenheiten, andere Menschen kennenzulernen. Er ist generell bestrebt, neue Bekanntschaften zu schließen, fürchtet jedoch gleichzeitig, dass er nicht akzeptiert und abgelehnt werden könnte. Auch bei Beginn seines Studiums hegt er den Gedanken, er könne bei seinen Mitstudenten nicht gut ankommen und möglicherweise zurückgewiesen werden. Schon in der Einführungsveranstaltung zu Semesterbeginn strengt er sich deshalb besonders an, dies zu vermeiden und trägt damit unbeabsichtigt dazu bei, dass andere Studienanfänger ihn auch als angestrengt erleben. Er wirkt bemüht, doch angespannt. Neben dem vom Beobachter nur zu vermutenden Gefühl der Furcht sind einige Verhaltensweisen in den ersten Vorlesungswochen direkt ersichtlich: Obwohl F. auf dem Unicampus offen angesehen wird, weicht er dem Blick aus oder aber fixiert bei anderer Gelegenheit Mitstudenten unangemessen lang. Günstige

Gelegenheiten, auf andere zuzugehen, lässt er mal verstreichen, mal nimmt er sie wahr. Gesprächen weicht er entweder aus oder ist krampfhaft bemüht, eine Unterhaltung aufrechtzuerhalten. Will man sein Verhalten in Situationen zusammenzufassen, die ein *annäherndes* Verhalten, also ein offenes Zugehen auf andere nahelegen, muss man zu dem Schluss kommen, dass er ebenso häufig angemessenes *aufsuchendes* wie unangemessenes *meidendes* Verhalten zeigt. Die Angemessenheit und Unangemessenheit von Verhalten bestimmt sich durch soziale Normen und macht sich in den Reaktionen der Interaktionspartner unmittelbar bemerkbar.

F.s Verhalten in Situationen, in denen *Zurückhaltung* angebracht wäre, ist ebenso inkonsequent. Mal verhält er sich der sozialen Situation angemessen *zurückhaltend*; der Wunsch, nun doch endlich Kontakt mit anderen herzustellen, verleitet ihn jedoch auch dazu, sich entgegen den Anforderungen der Situation *annähernd* zu verhalten. So trifft F. beispielsweise vor einer Vorlesung auf eine Gesprächsrunde, die eifrig in ein Diskussionsthema vertieft ist. Obwohl dies eine Situation darstellt, in der eine Störung von außen unerwünscht ist, unterbricht F. mit einem Redebeitrag. Er wird als unhöflich oder aufdringlich empfunden, dabei hatte er nur zum Ziel, sich nett zu unterhalten. Das Gespräch geht nur stockend weiter, er selbst und andere Gesprächsteilnehmer fühlen sich unbehaglich.

In allen Situationen fürchtet sich F. davor, durch Handlungen oder das Unterlassen von Handlungen eine Ablehnung seiner Person zu provozieren. Er ist in sozialen Situationen so sehr mit sich selbst - genauer gesagt mit seiner Furcht davor, zurückgewiesen zu werden - beschäftigt, dass er nicht flexibel auf die soziale Situation reagieren kann. Sein Verhalten ist häufig unpassend.

Anders ist das Erleben und Verhalten des Studienanfängers H. Er freut sich ebenfalls über die Gelegenheit, neue Kontakte zu schließen, fühlt sich aber offensichtlich in der Gegenwart anderer sehr wohl. Seine Gedanken kreisen nicht um Misserfolge oder Zurückweisungen, er ist weniger durch Gedanken belastet, die für die sozialen Situationen irrelevant oder sogar hinderlich sind. H. hegt die Erwartung, in zwischenmenschlichen Situationen gut anzukommen und ist entspannt. Und tatsächlich ist er in sozialen Interaktionen auch erfolgreich: Ihm gelingt es gut, die eigenen Bedürfnisse, wie den Wunsch nach einer netten Unterhaltung, mit den Erfordernissen der Situation abzugleichen. Auf die gleiche Gesprächsrunde treffend wie F. verhält er sich zunächst der Situation angemessen, nämlich *zurückhaltend*. Er vermeidet, die angeregte Diskussion zu unterbrechen und sich in den Vordergrund zu spielen. Zu einem späteren Zeitpunkt steigt er adäquat in das Gespräch ein und wird als angenehmer Gesprächspartner empfunden. Die soziale Interaktion bleibt im Fluss und wird durch H. nicht gestört.

In Situationen, die *aufsuchendes* Verhalten nahelegen, zeigt H. sich von einer anderen Verhaltensseite: Er erwidert lächelnd den Gruß eines Mitstudenten auf dem Unicampus, geht offen auf Kommilitonen zu, bindet sich insgesamt aktiv in das soziale Geschehen ein. Er verhält sich aufsuchend und vermeidend wie F., allerdings den Situationsanforderungen angemessen.

Eine *Gemeinsamkeit* beider ist, dass sie gemocht werden wollen, angenehme Beziehungen mit anderen Menschen herstellen und sich in ihrer Nähe aufhalten möchten. *Unterschiede* finden sich im Verhalten und Erleben während sozialer Situationen.

### **Das Anschlussmotiv**

Dieses beobachtete Phänomen findet in der Motivationspsychologie seine theoretische Fundierung in der Anschlussmotivationsforschung. Der Wunsch nach positiven Beziehungen gilt hier als innerer Beweggrund - als Anschlussmotiv, das aus zwei Komponenten besteht: Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung.

Murray bezeichnet in den dreißiger Jahren des letzten Jahrhunderts als erster das Bedürfnis nach Anschluss als ein Motiv. Er erkennt es in seinem Klassifikationssystem wichtiger menschlicher Bedürfnisse als ein solches an und umschreibt es wie folgt:

„To form friendship and association. To greet, join and live with others. To co-operate and converse sociably with others. To love, to join groups.“ (Murray, 1938, S.83).

Das Ziel des Bedürfnisses nach Anschluss ist eine besondere zwischenmenschliche Beziehung:

„The aim of the need affiliation is to form a synergy: a mutually enjoyed, enduring, harmoniously co-operation and reciprocating relation with another person.“ (Murray, 1938, S. 175).

French und Chadwick (1956) definieren Anschlussmotivation als

„[...] a desire to establish and/or maintain warm and friendly interpersonal relations.“ (French & Chadwick, 1956, S. 296).

In der deutschen Motivationspsychologie bezeichnete Heckhausen weit später den Gegenstand des Anschlussmotivs als

„Aus Fremden Bekannte und schließlich Vertraute und freundschaftlich Gesinnte zu machen, dass man dabei aber auch zurückgewiesen werden kann, das ist das Thema des Anschlussmotivs.“ (Heckhausen, 1989, S. 343).

Personen, bei denen Hoffnung-auf-Anschluss stärker als Furcht-vor-Zurückweisung ausgeprägt ist - wie H. in unserem oben angeführten Beispiel - fühlen sich beim Zusammentreffen mit anderen wohl und verhalten sich ungezwungen: Sie hegen die Erwartung, in zwischenmenschlichen Kontakten erfolgreich zu sein. Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte - wie F. - trifft man zwar ebenso häufig in solchen Situationen an, sie kennzeichnet aber eher ein unbeholfener und ängstlicher Umgang mit ihren Mitmenschen: Sie fürchten die Zurückweisung.

Neben der *Richtung* des Motivs ist es seine *Stärke*, die Menschen voneinander unterscheidet. Das Bedürfnis nach Anschluss als ein Motiv impliziert die Variation in seiner Ausprägung (s. Kapitel 2). Bei der Beobachtung menschlichen Verhaltens wird das unterschiedlich starke Streben nach Anschluss offensichtlich: Einige Menschen - wie H. und F. - lassen kaum Gelegenheiten aus, um in soziale Interaktion zu treten, Kontakte herzustellen und zu pflegen. Ihr Streben, angenehme Beziehungen mit Mitmenschen zu unterhalten, ist ausgeprägter als bei anderen. Stellen wir uns eine dritte fiktive Person in dem anfänglichen Beispiel der Studienanfänger vor, deren Interesse sich allein auf die Studieninhalte beschränkt und der nichts an gemeinsamen Aktivitäten mit ihren Mitstudenten gelegen ist. Menschen, denen positive soziale Beziehungen weniger wichtig sind, werden als „niedrig Anschlussmotivierte“ bezeichnet.

### **Drei grundlegende Annahmen**

Die Verhaltensbeschreibung des hoffnung-auf-anchluss- und furcht-vor-zurückweisungsmotivierten Studienanfängers kann in drei Punkten zusammengefasst werden, die als grundlegende Annahmen für die weitere Argumentation von Bedeutung sind:

1. Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte verfolgen das gleiche Motivziel. Beide sind bemüht, Anschluss zu *finden*.
2. Hoffnungs- und Furchtmotivierte bedienen sich in sozialen Situationen annähernder *und* vermeidender Verhaltensstrategien.
3. Sie sind mit ihrem Verhalten unterschiedlich erfolgreich.

Die *erste Annahme*, dass Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte beide nach Anschluss *suchen*, scheint auf den ersten Blick paradox: Das Ziel Furchtmotivierter sollte doch in einer Vermeidung und nicht in einer Annäherung bestehen. Für sie wäre es am besten, Sozialkontakte gänzlich zu vermeiden und so das Furchtmotiv optimal zu befriedigen. Schon die Beobachtungen von Mehrabian und Ksionzky (1974) zeigen aber, dass dies so nicht zutrifft. Zurückweisungsfürchtende verhalten sich nicht minder anchluss-thematisch als Hoffnungsmotivierte; sie haben

ebenso häufig soziale Kontakte. Obwohl also Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte eine Ablehnung ihrer Person befürchten, begeben sie sich dennoch in Situationen, in denen ihnen gerade die gefürchtete Zurückweisung begegnen kann. Sie suchen das Zusammensein mit anderen, obwohl ihnen durch Vermeidungsverhalten die unangenehme Angst erspart bliebe.

(Es gibt natürlich Menschen, die ein ausgeprägtes soziales Vermeidungsverhalten zeigen. In extremer Form wird dieses jedoch als pathologisch, also als von der Norm abweichend betrachtet und als Angststörung - genauer als Sozialphobie - bezeichnet. Der hohe Leidensdruck von Sozialphobikern ist ein gutes Indiz dafür, dass das Vermeidungsverhalten ein wichtiges Bedürfnis eben *nicht* befriedigen kann.)

Hinter dem anschluss-thematischen Verhalten kann also kein Beweggrund stehen, der allein auf Vermeidung bedacht ist, sondern es muss auch bei Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten eine Kraft geben, die aufsuchendes Verhalten energetisiert: Diese Kraft ist die positive Valenz des *endgültigen* Motivziels, also des distalen Ziels, das im Erleben besonderer zwischenmenschlicher Beziehungen besteht. Das Motivziel besteht für Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte gleichermaßen in einer *Annäherung*.

Atkinson, Heyns und Veroff (1954) erhoben das Anschlussmotiv mit dem Thematischen Apperzeptionstest und berechneten die Motivausprägung nach einem Verrechnungsschlüssel, der nicht in annähernde und meidende Motivtendenzen unterschied. In das Motivmaß gingen also sowohl Indikatoren für Furcht als auch für Hoffnung ein. Sie ließen anschließend die Anschlussmotivierten in einem soziometrischen Verfahren hinsichtlich einer Reihe von Persönlichkeitsmerkmalen einschätzen. Sie fanden, dass hoch Anschlussmotivierte von ihren Mitmenschen grundsätzlich als *anschluss-suchend* beschrieben wurden und kamen zu dem Schluss:

„(Need) Affiliation is an approach tendency. [...] The affiliation motive [is] a disposition to move toward others to elicit positive affective responses from them.“ (Atkinson et al., 1954, S. 409).

Heckhausen (1989) fasst die Charakterisierungen Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter wie folgt zusammen:

„[...] Zurückweisungsmotivierte [sind] nicht einfach das Gegenteil von Anschlussmotivierten. Das heißt, sie meiden nicht Anschluss, statt ihn zu suchen. Vielmehr ist das Suchen und Finden von Anschluss für beide Motivgruppen das hervorstechende Handlungsziel. Sie unterscheiden sich also weniger im Anreizwert, den sozialer Anschluss für sie hat, als in der Erfolgserwartung [...].“ (Heckhausen, 1989, S. 357).

Zurückweisungsmotivierte kennzeichnen sich durch geringe Erfolgserwartungen. Dass dennoch anschlussthematisches Verhalten initiiert wird, zeigt, dass das distale Ziel besonders belohnenden Charakter haben muss. Heckhausen schreibt:

„[...] trotz Furcht (d.h. Misserfolgserwartung) vor Zurückweisung (negativer Anreizwert) streben Zurückweisungsmotivierte nach Anschluss. Offenbar besitzt Anschluss trotz aller negativer Erfahrungen einen positiven Wert, den es zu verwirklichen gilt, so sehr Zurückweisungsfurcht auch in Konflikt stürzen mag.“ (Heckhausen, 1989, S. 357).

Gerade die Furcht, zurückgewiesen zu werden, ist ein guter Hinweis darauf, dass das eigentliche Motivziel ein positives sein muss: Um den Verlust von Anerkennung und befriedigenden Beziehungen kann nur gefürchtet werden, wenn diese Dinge auch positiv valenziert sind.

Halten wir bis hierher fest, dass Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte ein gemeinsames Motivziel verfolgen, das in einer *Annäherung* besteht. Beide haben als endgültiges distales Ziel, angenehme soziale Beziehungen zu unterhalten.

Wenden wir uns der *zweiten grundlegenden Annahme* zu, dass sich Hoffnungs- und Furchtmotivierte annähernder *und* vermeidender Teilziele (= proximate Ziele) bedienen, um das endgültige Motivziel (= distales Ziel) zu erreichen.

Für Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte ist dies auf Antrieb plausibel. Sie können auf annähernde Teilziele im Sozialkontakt nicht gänzlich verzichten, da ihr Motivziel in einer Annäherung besteht. Dies können sie allein durch vermeidendes Verhalten nicht erreichen. Warum aber sollten Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte vermeidende Strategien verfolgen, die doch vom distalen Ziel wegzuführen scheinen? Das anfängliche Beispiel der Studienanfänger hat jedoch bereits gezeigt, dass das Erreichen des Motivziels eine Reihe unterschiedlichster Zwischenschritte erfordert. Auch ein proximates Vermeidungsziel trug hier zur Erreichung des Motivziels bei. Der Studienanfänger H. hat dies in der Situation der Gesprächsrunde demonstriert: Durch sein Vermeiden, in der Gesprächsrunde unhöflich zu wirken, ist er dem Motivziel nach positiven Sozialkontakten näher gekommen. Zwischenmenschliche Situationen sind zu komplex, als dass nur entweder Annäherungs- *oder* Vermeidungsziele zum Erfolg führen könnten. Das abstrakte übergeordnete Motivziel verlangt Flexibilität und fordert, die beiden proximativen Zieltypen frei handhaben zu können, sie also den konkreten situativen Gegebenheiten angemessen auszuwählen. Hinweise der sozialen Umwelt, wie beispielsweise die Stimmungen und Intentionen der Interaktionspartner, müssen bei der Verhaltensregulation mittels konkreter Teilzielsetzungen mit verrechnet und

soziale Normen berücksichtigt werden. Die proximate Zielsetzungsstrategie muss variabel sein, da sich die soziale Umwelt und damit die Anforderungen ständig ändern. Vermeidungsziele können somit *auch* adäquate Formen der Verhaltensregulation darstellen, wenn auch auf eher indirektem Wege. Sie stellen einen strategisch günstigen Exkurs da, der durch einen Schritt vom angestrebten Zielobjekt weg doch letztendlich zum distalen Ziel führt.

Mit dieser Annahme wird eine differenziertere Charakterisierung als die in Annäherungs- und Vermeidungsziele notwendig. Mit der Idee, dass proximate Ziele auch aufgrund ihrer Funktionalität hinsichtlich eines distalen Ziels gesetzt werden, kommt eine Unterscheidung in *grundsätzliche* und *strategische Ziele* hinzu. Grundsätzliche Ziele entsprechen der Motivrichtung, strategische Ziele werden als Strategie eingesetzt, um ein übergeordnetes Ziel zu erreichen.

Kommen wir auf die Definition der Angemessenheit von Verhalten zu sprechen: Verhalten ist dann angemessen, wenn es allgemein verbreiteten Richtlinien für angemessenes Sozialverhalten entspricht, also vorherrschenden sozialen Normen gerecht wird. Soziale Situationen unterscheiden sich nun in dem Ausmaße, wie stark sie durch solche Richtlinien bestimmt werden. In schwach strukturierten Situationen bestehen keine eindeutigen Verhaltensvorschriften, sie lassen offen, ob annäherndes oder vermeidendes Verhalten angebracht ist. In ihnen kommt die Richtung der stärker ausgeprägten Motivkomponente zum Tragen. Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte werden aufgrund ihrer hohen Erfolgserwartung *grundsätzlich* eher Annäherungsziele und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte wegen ihrer Zurückweisungsfurcht eher Vermeidungsziele präferieren. Soziale Situationen, in denen *vorwiegend* Merkmale einer Person wirksam werden können, sind jedoch nicht die Regel. Häufiger sind Situationen, in denen Merkmale der sozialen Umwelt starken Einfluss ausüben. Soziale Normen legen hier einen engeren Rahmen für Verhalten fest. Die Situationen stellen klare Verhaltensanforderungen, legen zum Beispiel nahe, ob Annäherung oder Zurückhaltung angebracht ist.

(Nun gibt es Personen, die nicht den Anforderungen der sozialen Situation gerecht werden wollen, sondern die soziale Situationen *dominieren*, sozialen Einfluss ausüben und die Situation nach ihren Vorstellungen gestalten wollen. Dies kennzeichnet jedoch die *Macht*motivierten und nicht die *Anschluss*motivierten. Anschlussmotivierte hegen den Wunsch *harmonische* Beziehungen zu unterhalten, die sich durch gegenseitigen Austausch und *Konfliktvermeidung* kennzeichnen (Murray, 1938; Mehrabian & Ksionzky, 1974). Sie wollen den Situationsanforderungen genügen, für sie steht in sozialen Situationen eine *Eingliederung* in soziale Interaktionsprozesse im Vorder-

grund. Hierzu werden auch strategische proximate Ziele wichtig, die der Situation angemessen sind. Die Strategie besteht darin, die Anforderungen der sozialen Situation mit den eigenen Fähigkeiten und Wünschen abzugleichen und sich im Sinne des übergeordneten Motivziels zu verhalten.)

Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte nutzen in sozialen Situationen *strategische* und *grundsätzliche* Teilzielsetzungen; wählen also Annäherungs- und Vermeidungsziele. Beide proximativen Zielarten werden gleichermaßen durch das Anschlussmotiv gestützt. Sie sind *funktional* für das Motivziel. Grundsätzliche und strategische Ziele stimmen mit der Thematik des Motivziels überein und stehen beide in dessen Dienst. Hierbei ist es egal, ob sie annähernden oder vermeidenden Charakter haben.

Der Begriff der *strategischen* Zielsetzung ist etwas irreführend, da er implizieren könnte, die Zielwahl unterläge einem bewussten Prozess. Dies ist hiermit nicht gemeint. Die Wahl des Ziels basiert nicht auf einer bewussten Kalkulation von Situationsgegebenheiten und Personmerkmalen. Die proximativen Teilziele werden automatisch generiert und müssen nicht in jeder Situation ins Bewußtsein treten. Sie sind dem Bewusstsein aber zugänglich. Würde der Studienanfänger H. beispielsweise nach der Ursache für sein zurückhaltendes Verhalten in der Gesprächssituation gefragt, würde er wahrscheinlich angeben können, dass er vermeiden wollte, unhöflich zu erscheinen.

Der Annahme einer variablen Teilzielwahl widersprechen Erklärungsmodelle für Verhaltensunterschiede, die Zielsetzungsstrategien als stabile Merkmale von Personen annehmen (z.B. Atkinson, 1964; Elliot & Church, 1997). Übertragen wir diese Annahme auf anschluss-thematische Situationen, müssten Hoffnung-auf-Anschluss-motivierte überwiegend annäherndes Verhalten und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte in erster Linie vermeidendes Verhalten zeigen. Hierbei bliebe der Einfluss der Situation unberücksichtigt. Gerade soziale Situationen stellen aber unterschiedliche Anforderungen, auf die nicht immer mit dem gleichen Verhaltensmuster reagiert werden kann. Zudem stünde eine stabile Zielsetzungsstrategie im Widerspruch zu der oben angeführten Verhaltensbeobachtung unserer Studienanfänger: Hoffnungs- und Furchtmotivierte bedienen sich beiderlei Zieltypen. F. und H. verhalten sich beide vermeidend wie aufsuchend, eine einseitige Verhaltensregulation lässt sich nicht finden. Modelle, die eine stabile Zielsetzungsstrategie im Sinne einer Persönlichkeitseigenschaft postulieren, bleiben eine Erklärung für die Regulations- und Verhaltensflexibilität Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter schuldig. Mit der Annahme eines *strategischen* Setzens von Zielen je nach Situationsanforderungen kann das uneinheitliche Verhalten hingegen erklärt werden.

Wir diskutieren später diese beiden konträren Modelle näher und ziehen hier zunächst als Fazit, dass sich proximate Annäherungs- und Vermeidungsziele als Zwischenschritte eignen, um das Motivziel nach vertrauensvollen Sozialbeziehungen zu erreichen. Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte, denen das Anschlussziel wichtig ist, bedienen sich variabel beider Zieltypen.

Fassen wir zusammen, was wir am Beispiel von F. und H. beobachtet haben und kommen damit auf die *dritte Annahme* der unterschiedlichen Verhaltenseffektivität zu sprechen: Der hoffnung-auf-anchlussmotivierte H. verhielt sich so, wie es die entsprechende soziale Situation nahelegt. Der furcht-vor-zurückweisungsmotivierte F. zeigte ähnliches Verhalten, das jedoch nicht zu der Situation passte, in der es gezeigt wurde. Der Unterschied zwischen Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten besteht somit weder in der Verfügbarkeit einer breiten Palette potentieller Verhaltensweisen - Hoffnungs- und Furchtmotivierte zeigen ja ähnliches Verhalten - noch in der strikten Bevorzugung einer der beiden Verhaltenstendenzen (aufsuchend oder meidend). Der Unterschied besteht allein in der Situationsangemessenheit des Verhaltens, also in der Abstimmung mit allgemein verbreiteten Richtlinien für sozial angemessene Verhaltensweisen.

Um sich situationsadäquat zu verhalten, muss die Situation wahrgenommen und eingeschätzt werden, vor allem aber müssen die konkreten Verhaltensziele auch im Verhalten wirksam werden. Wir können für den positiv anschlussmotivierten H. aus unserem anfänglichen Beispiel vermuten, in der geschlossenen Gesprächsrunde eine Situation erkannt zu haben, in der Zurückhaltung angebracht ist und in der er das Ziel „zu vermeiden, unangenehm aufzufallen“ in Form bescheidenen passiven Verhaltens realisiert hat. Eine einladende Geste anderer Kommilitonen ist ein Hinweis, der eher ein Ziel, wie „sich hier aktiv einzubringen“, nahelegt. Es wird von H. in konkretes annäherndes Verhalten umgesetzt, indem er zum Beispiel offen auf andere zugeht. Es gelingt ihm, Annäherungs- und Vermeidungsziele in Verhalten umzusetzen.

Soziale Situationen führen hingegen bei Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten wie F. zur Anregung von Zurückweisungsbefürchtungen. Furcht ist jedoch dysfunktional für die Verarbeitung von Informationen. In anschluss-thematischen Kontexten blockiert sie die Aufnahme von Informationen, das Bilden adäquater Teilziele oder die Umsetzung dieser in Verhalten. Wir werden später noch näher auf die beeinträchtigende Wirkung von Furcht eingehen.

Situationsunangemessenes Verhalten kann nun zustande kommen, weil es den Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten an der Fähigkeit mangelt, adäquate Ziele *auszuwählen* oder aber weil sie Schwierigkeiten haben, gesteckte Ziele konsequent in geeignetes

Verhalten *umzusetzen*. In den empirischen Untersuchungen dieser Arbeit wird die Art der Zielsetzung in standardisierten sozialen Situationen durch ein experimentelles Design kontrolliert, um die Hypothese zu überprüfen, dass es den Furchtmotivierten an der Fähigkeit der Selbstregulation durch konkrete Zielsetzungen mangelt. Die auf die Zielsetzung folgende Wahrnehmung und das Verhalten wird nach der Zielrelevanz beurteilt, die an der Übereinstimmung der Richtungstendenzen von konkreten Teilzielen und dem Verhalten beziehungsweise der Wahrnehmungsausrichtung gemessen wird. Für ein Vermeidungsziel ist meidendes Verhalten relevant, für ein Annäherungsziel annäherndes. Anders als beim Motivziel, für das sowohl annähernde als auch vermeidende Teilziele nützlich sind, werden die *konkreten proximat*en Teilziele auf untergeordneter Ebene ja gerade gesetzt, um das Verhalten und die Wahrnehmung *direkt* auszurichten. Angepasst an eine spezifische Situation soll eine unmittelbare Regulation stattfinden. Sind also die spezifischen Gegebenheiten eines sozialen Szenarios erkannt und ein konkretes Ziel erst einmal formuliert, sollten Wahrnehmung und Verhalten auch in seinem Sinne ausgerichtet werden. Gleichzeitig sollte eine direkte Verhaltensregulation durch proximate Zielsetzungen auch dazu führen, dass zielirrelevante Informationen und Verhalten ausgeblendet werden. Ein Vermeidungsziel muss sich in meidendem Verhalten, ein Annäherungsziel in annäherndem Verhalten ausdrücken, soll es für das übergeordnete Motivziel nützlich sein.

Kommen wir zurück zur Unterscheidung Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter: Die Umsetzung konkreter Annäherungs- und Vermeidungsziele gelingt Hoffnungsmotivierten, Furchtmotivierte sollten hingegen durch die Entstehung von Furcht in sozialen Situationen an der Umsetzung beider Zieltypen scheitern. Furcht ist noch nicht einmal für die Umsetzung von Vermeidungszielen gut, weil auch diese verlangen, dass zielrelevante Informationen ausgewählt werden müssen und zielrelevantes Verhalten initiiert wird.

## Das hierarchische Modell der Anschlussmotivation

Unser Modell in Abbildung 1.1 fasst die bisherigen Überlegungen zusammen.

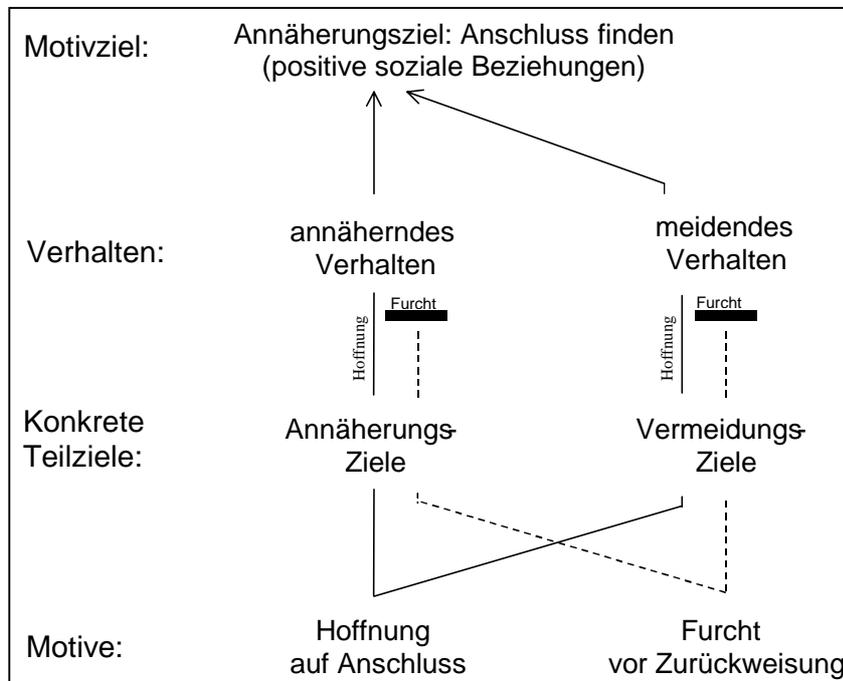


Abbildung 1.1. Das hierarchische Anschlussmotivationsmodell.

Die drei zentralen Annahmen - das gleiche Motivziel Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter, die Flexibilität der Wahl konkreter Teilziele und die unterschiedliche Effektivität bei der Zielumsetzung - werden nun den einzelnen Modellstufen zugeordnet und der Modellbezug kurz erläutert.

Die unterste *Modellebene* der *Motive* und die oberste des *Motivziels* illustrieren die Annahme, dass Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte das gleiche distale Ziel verfolgen. Ihnen ist gemeinsam, dass sie Anschluss *suchen*. Sie haben das gleiche positiv bewertete endgültige Motivziel, anderen nahe zu sein und sich auszutauschen. Das abstrakte Motivziel kann jedoch nicht direkt erreicht werden, sondern erfordert situationsspezifische Teilzielsetzungen.

Betrachten wir die Ebene der *konkreten Teilziele* näher.

Zielsetzungen spielen eine besondere Rolle bei der Bestimmung des Verhaltens. Während Motive zu abstrakt sind, um Verhalten direkt zu beeinflussen, sind Ziele nützliche Konstrukte auf einem Niveau zwischen Motiven und Verhalten und können letzteres so direkt regulieren (Murray, 1938; Emmons, 1989, 1991; Wurf und Markus, 1991).

Sie ermöglichen das Initiieren konkreter Handlungen und die Fokussierung auf spezifische Handlungsergebnisse. Sie richten zudem die Aufmerksamkeit aus. Bei Vermeidungszielen wird die Aufmerksamkeit auf ein negatives Ergebnis fokussiert, und das Bestreben besteht in einem „Sich-entfernt-halten“ von negativen Konsequenzen. Ein Annäherungsziel bedeutet ein „Sich-zu-bewegen“ auf ein positives Handlungsergebnis. Nach unserer Argumentation können beide Zieltypen konkrete proximate Teilziele sein, die dem Motivziel untergeordnet sind. Sie sind diesem abstrakten Ziel nützlich, da sie spezifischer und damit verhaltensnäher sind. Nur durch das Erreichen solcher Teilziele gelingt die schrittweise Annäherung an das übergeordnete Ziel.

Anders als Theorien, die von einer dispositionellen Zielsetzungsstrategie ausgehen, macht das hier vorgestellte Modell die Annahme, dass die Selbstregulation durch proximate Zielsetzungen für Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte variabel ist. Ziele können strategisch den situativen Gegebenheiten angemessen ausgewählt werden. Nur Annäherungs- und Vermeidungsziele werden der Komplexität sozialer Situationen gerecht und führen zu einer Annäherung an das übergeordnete Motivziel.

Wenn der Unterschied zwischen Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten nicht darin besteht, dass die einen überwiegend Annäherungs- und die anderen überwiegend Vermeidungsziele wählen, müssen die beobachteten Unterschiede im Verhalten anders begründet sein.

Die Unterschiede finden wir auf den Modellebenen *Motive - konkrete Teilziele - Verhalten*. Die Umsetzung spezifischer Teilziele in Verhalten muss sich auch an der Richtung der Ziele orientieren. Ein Annäherungsziel, das auf eine ganz bestimmte soziale Situation zugeschnitten ist, muss auch in annäherndem Verhalten wirksam werden. Ebenso sollte ein Vermeidungsziel in meidendem Verhalten seinen Ausdruck finden.

Das Modell illustriert nun, dass Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte Annäherungs- und Vermeidungsziele als Teilziele zur Erreichung des Motivziels einsetzen können: Verfolgen sie ein Annäherungsziel, sind sie auf direktem Zielkurs, aber auch Vermeidungsziele können als strategischer Exkurs genutzt werden. Beide Zieltypen können flexibel als Mittel der Verhaltensregulation eingesetzt und in Verhalten umgesetzt werden. Anders ist es bei Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten. Anschlussthematische Situationen führen bei ihnen zur Anregung von Furcht. Die Furcht bindet kognitive Ressourcen, die für die Zielumsetzung nicht mehr zur Verfügung stehen (s. Kapitel 3). Die Verhaltensregulation durch eine konkrete Zielsetzung mißlingt: Die Aufmerksamkeit kann nicht auf zielrelevante Informationen gelenkt werden, es wird Ver-

halten losgelöst von der Zielrichtung initiiert. Trotz Vorgabe einer klaren Zielrichtung kommt es zu annäherndem und vermeidenden Verhalten.

Durch die mangelnde Übereinstimmung der Zielsetzung mit der Wahrnehmungs- und Verhaltensausrichtung ist die Umsetzung von konkreten Zielen für Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte also generell behindert. Im Modell ist dies durch die Blockierungen symbolisiert. Soviel zunächst zu einer groben Erläuterung der zentralen Annahmen des Modells.

Neben der besseren Fähigkeit zur Umsetzung proximaler Ziele heben sich Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte noch in einem anderen Aspekt von den Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten ab. In der Literatur zur Anschlussmotivation findet sich, dass Hoffnung-auf-Anschluss mit gutem Wohlbefinden einhergeht, Furcht-vor-Zurückweisung jedoch mit Befindensbeeinträchtigungen verbunden ist (Mehrabian & Ksionzky, 1974; s. Kapitel 2).

Eine Erklärung, die auf der Grundannahme eines *dispositionellen* Regulationsstils beruht, würde lauten, dass sich das Missbefinden Furchtmotivierter durch eine vermeidende Regulationsstrategie erklärt. Das Verfolgen von Vermeidungszielen beeinträchtigt das Wohlbefinden und somit geht es Furchtmotivierten im Vergleich zu Hoffnungsmotivierten schlechter.

Nach unserem Modell wählen Furchtmotivierte aber nicht nur Vermeidungsstrategien, sondern ebenso häufig Annäherungsziele. Zudem gehen wir davon aus, dass Vermeidungsziele durchaus nützlich sind und so die Ableitung, dass sie zwingend mit negativen Konsequenzen verbunden sind, sowieso nicht mehr stimmig ist. Für das beeinträchtigte Befinden Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter muss eine andere Erklärung gelten. Wir nehmen an, dass das beeinträchtigte Wohlbefinden Furchtmotivierter nicht über die Art der Zielsetzung vermittelt wird, sondern eine Folge der mangelhaften Selbstregulation durch Zielsetzungen im allgemeinen ist. Wir kommen auf diese Argumentation später zurück.

Nun sind wir bisher überwiegend auf die *Richtung* des Anschlussmotivs eingegangen, indem wir die beiden entgegengesetzten Motivtendenzen gegenübergestellt haben. Wir werden in Zukunft den linken und rechten Strang des Modells (Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung) getrennt betrachten, berechnen und die Befunde gegenüberstellen. Ein direkter Vergleich ist nicht möglich, da Hoffnung und Furcht voneinander unabhängige Motivkomponenten sind (s. Kapitel 2).

Betrachten wir nun die *Stärke* der Motivausprägung. Die im Modell dargestellten Annahmen gelten für jene Menschen, deren Anschlussmotiv - egal ob Hoffnung-auf-

Anschluss oder Furcht-vor-Zurückweisung - hoch ist. Das Motivziel muss eine hohe Valenz besitzen, damit das Modell Sinn macht. Niedrig Anschlussmotivierte, denen das Motivziel unwichtig ist, haben auch keinen Grund, es mit entsprechendem Nachdruck anzustreben. Innerhalb der beiden Modellstränge gilt also: Je höher das Anschlussmotiv, desto stärker die postulierten Modellzusammenhänge.

Die Überprüfung des hierarchischen Anschlussmotivationsmodells stellt den Schwerpunkt des ersten Teils dieser Arbeit dar. Eine weitere Intention des ersten Teils besteht darin, neue Methoden zur Erfassung von Korrelaten anschlussmotivierten Verhaltens zu entwickeln, in den Untersuchungen umzusetzen und anschließend zu bewerten. Bevor wir unsere bisher nur gedanklich entwickelten Modellannahmen in Hypothesen festhalten können, werden wir sie in die entsprechenden theoretischen Hintergründe einbetten.

Im *zweiten Kapitel* bewegen wir uns allein auf der *Motivebene* des Modells. Hier werden das Anschlussmotiv und seine Komponenten Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung charakterisiert und die geschichtliche Entwicklung der Anschlussmotivationsforschung einschließlich der Motivmessung nachgezeichnet. Verhaltens- und Erlebensunterschiede Hoffnungs- und Furchtmotivierter werden betont und die wichtige Rolle befriedigender Sozialbeziehungen für das Wohlbefinden herausgestellt.

Das *dritte Kapitel* betrifft die Ebene der *konkreten Teilziele*.

Hier werden zunächst Ziele allgemein als Mittel der Selbstregulation dargestellt und auf den Zieltyp eingegrenzt, den wir in unseren empirischen Arbeiten heranziehen. Weiterhin wird darauf eingegangen, was einer Zielverwirklichung im Wege stehen kann und dass es, wie unser Modell annimmt, besonders Furcht ist, die die Umsetzung konkreter Ziele behindert. Hiermit gehen wir auf den Übergang von den *konkreten Teilzielen zum Verhalten* ein.

Das *vierte Kapitel* soll das Verbindungsstück zwischen der *Motivebene und der Ebene konkreter Teilziele* darstellen. Wir werden erläutern, wie Motivkomponenten und Zieltypen zusammenhängen und auf die besondere Wirkung von Zielen eingehen, die durch ein Motiv unterstützt werden.

Im *fünften Kapitel* werden wir die zentralen Annahmen unseres Modells, deren theoretischer Hintergrund dann bereits durch die vorangegangenen Kapitel erläutert wurde, noch einmal herausstreichen und besonders unsere Annahme über die Funktion an-

schlussthematischer *Annäherungs- und Vermeidungsziele* in einem hierarchischen Motiv-Teilziel-System konkurrierenden Modellen gegenüberstellen.

Mit dem *sechsten Kapitel* entfernen wir uns von dem theoretischen Modell und wenden uns mit einem methodischen Exkurs einem weiteren Schwerpunkt dieser Arbeit zu, indem wir neu entwickelte Methoden zur Quantifizierung anchlussthematischer Wahrnehmungs-, Bewusstseins- und Verhaltenskorrelate vorstellen. Wir werden hier beschreiben, wie es durch die Simulationen sozialer Szenarien, durch die Inhaltsanalyse anchlussbezogener Geschichten und durch die Registrierung von Blickfixationen gelingt, zielbezogene anchlussthematische Korrelate realitätsnah und zugleich standardisiert zu erfassen.

## KAPITEL 2

### DAS ANSCHLUSSMOTIV

Mit diesem theoretischen Abschnitt wird die Motivebene des Modells mit Inhalt gefüllt. Es soll deutlich werden, wie Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte soziale Situationen erleben, wie sie sich in ihnen verhalten und welche Konsequenzen sich für das Wohlbefinden ergeben.

#### **Hoffnung und Furcht**

Die fundamentale konzeptionelle Unterscheidung menschlichen Verhaltens in Annäherung und Vermeidung hat eine lange Tradition (Atkinson, 1957; Hull, 1943; McClelland, 1951; Miller, 1944) vor allem in der Leistungsmotivationsforschung und bildet auch die Grundlage dieser Arbeit. Annäherungstendenzen sorgen dafür, sich auf Zielzustände zuzubewegen. Ein ständiges ungehemmtes Sichzubewegen auf einen Zielzustand wäre für ein Individuum jedoch dysfunktional, da es sich auch in Situationen begeben würde, die ihm gefährlich werden könnten. Eine gegensteuernde Tendenz, die auf eine Vermeidung schädigender Ereignisse gerichtet ist, verhindert dies. Motivsysteme bestehen demnach aus zwei Teilkomponenten: aus Hoffnungs- und Furchtmotiven. Sie halten das Verhalten in einem ausgewogenen Gleichgewicht und sichern so, dass das Individuum sich weder ungehindert Gefahren aussetzt, noch versäumt, wichtige Zielzustände anzustreben. Für das Anschlussmotiv sind dies die bereits erwähnten Komponenten Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung. Wie auch bei der Ausprägung der allgemeinen Motivstärke gibt es auch in den Hoffnungs- und Furchtkomponenten interindividuelle Unterschiede. So kann das Furchtmotiv stark ausgeprägt sein und die Hoffnungskomponente überwiegen, wie im Falle des zurückweisungsfürchtenden Studienanfängers F. aus unserem Eingangsbeispiel, oder die Hoffnungskomponente dominiert, wie bei H.

Eine Erklärung für die Entstehung von Hoffnung und Furcht und deren Verhaltenskonsequenzen, die auch in modernen Motivationstheorien Bestand hat, stammt von Mowrer (1939, 1960). Er nahm an, dass zwischen situativen Reizen und den Reaktionen kognitive Variablen, nämlich Erwartungen, vermitteln. Die Erwartungsemotionen Hoffnung und Furcht bilden sich durch vergangene Lernerfahrungen. Hat Verhalten negative Konsequenzen, kommt es zu einer konditionierten Verknüpfung mit der Erwartungsemotion Furcht. Furchtreduzierendes Verhalten wirkt als Bekräftiger und

bringt Erleichterung mit sich. Wenn Verhalten positive Folgen hat, kommt es zu einer Verknüpfung mit der Erwartungsemotion Hoffnung. Treten nun in einer neuen Situation Reize auf, die mit der Erwartungsemotion verknüpft sind, werden Hoffnung oder Furcht aktiviert, die dann das aktuelle Handeln beeinflussen. Für den Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten bedeuten soziale Situationen die automatische Aktivierung von Furcht, die wir in unserem Modell für die Defizite in der Selbstregulation durch Zielsetzungen verantwortlich machen. Furchtreduzierendes Verhalten, wie das Verlassen der sozialen Situation, ist für Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte jedoch nicht möglich, da annähernde und meidende Tendenzen bei ihnen gleichzeitig wirksam sind. Auch für sie besteht das endgültige Motivziel in einer Annäherung, zugleich werden sie jedoch von der sozialen Furcht zurückgehalten. Lewin würde dies als Konflikt bezeichnen:

„Ein Konflikt... ist psychologisch zu charakterisieren als eine Situation, in der gleichzeitig entgegengesetzt gerichtete, dabei aber annähernd gleich starke Kräfte auf das Individuum einwirken“ (Lewin, 1931, S. 11).

Annäherungs- und Vermeidungs-Tendenzen sind jedoch nicht zu jeder Zeit gleich stark, sondern ändern sich in Abhängigkeit der Zielnähe (Lewin, 1946). Die aufsuchende Tendenz ist zwar in weiter Zielentfernung stärker als die meidende, sie steigt jedoch in Annäherung an das Ziel nicht so steil an wie diese. Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte werden sich - um auf unser Beispiel zu Beginn zurückzukommen - auf ihren Studienbeginn freuen, bei Näherrücken des Zusammentreffens mit ihren Kommilitonen nimmt jedoch die Freude nicht so stark zu wie die Furcht vor Ablehnung. Die Tendenz, lieber zu vermeiden, tritt in den Vordergrund. Beschreibt man die Tendenzen graphisch in Form von Gradienten, treffen sich Annäherungs- und Meidengradient an einem Punkt. Wird dieser Punkt überschritten, nehmen die abstoßenden Kräfte Überhand und drängen den Furchtmotivierten zurück, wird er unterschritten, drängt es ihn zu einer Annäherung. Der Furchtmotivierte ist in diesem Kräftefeld hin- und hergerissen. Diese Zerissenheit machen wir für das wenig zielangemessene Verhalten Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter verantwortlich: Es bestehen keine klaren Verhaltenstendenzen. Der Furchtmotivierte zeigt annäherndes und vermeidendes Verhalten, das den Anforderungen der jeweiligen (sozialen) Situation nicht gerecht wird.

## **Das Bedürfnis nach Anschluss als Motiv**

Bei Versuchen, menschliche Bedürfnisse zu klassifizieren, wurde dem Anschlussmotiv auch immer Eigenständigkeit zuerkannt, wenn auch nicht unbedingt unter diesem Namen.

Eine frühe Klassifikation stammt beispielsweise von McDougall (1908), der Anfang des letzten Jahrhunderts jegliches Verhalten auf Motivdispositionen, die er als Instinkte bezeichnete, zurückführte. Er ermittelte erst zwölf, später achtzehn Motivdispositionen, zu denen er neben dem Instinkt zur Suche nach Nahrung, dem Flucht- und Elterninstinkt auch den Geselligkeitsinstinkt zählte. Im Gegensatz zu McDougalls reiner Eigenschaftstheorie von Motiven klassifizierte Murray (1938) Motive nach Person-Umwelt-Bezügen, beachtete also die Interaktion von Person- und Situationsfaktoren. Auf der Personseite bezeichnete er als „needs“ Dispositionsvariablen, die er noch mal in primäre Bedürfnisse und sekundäre Bedürfnisse untergliederte. Zu den zwanzig sekundären oder auch „psychogenen“ Bedürfnissen, die er systematisch untersucht hat, zählt er unter anderem auch das Bedürfnis nach sozialem Anschluss. Prescott (1938) findet drei Kategorien menschlicher Bedürfnisse, von denen eine Kategorie soziale Bedürfnisse beinhaltet. In diese fallen der Wunsch nach Zuneigung, Zugehörigkeit und Beliebtheit. Edwards (1959) beschreibt fünfzehn Bedürfnisse des Menschen. Neben Leistung, Ordnung, Autonomie und anderen nennt er auch Geselligkeit und meint den Wunsch, Freunde zu gewinnen, etwas mit ihnen gemeinsam zu haben und ihnen gegenüber loyal zu sein. In Abraham Maslows (1954) Bedürfnishierarchie findet sich ebenfalls das Bedürfnis nach sozialer Bindung. Auch in vielen anderen Klassifikationen von Motiven kommt dem Bedürfnis nach Anschluss und Geselligkeit eine wichtige Rolle zu (z.B. Deci & Ryan, 1985).

Betrachten wir nun die Besonderheiten des Anschlussmotivs im Vergleich zu anderen. Im Gegensatz zu Motiven wie dem Hunger- oder Durstmotiv, die der Aufrechterhaltung der Homöostase dienen, handelt es sich beim Anschlussmotiv um ein sekundäres, nicht-homöostatisches Motiv. Es scheint eine primäre Lebensnotwendigkeit zu fehlen. Auch ohne dessen Befriedigung könnte ein Mensch überleben. Geht man jedoch davon aus, dass sich Motive entwickelt haben, weil sie evolutionsbiologisch einen Nutzen haben (z.B. Schneider & Schmalt, 2000), muss auch für das Anschlussmotiv in der Stammesgeschichte eine wichtige Funktion nachgewiesen werden können. Eine Ähnlichkeit des Anschlussmotivs mit anderen Motiven besteht in dem erlebten negativen Affekt bei der Nicht-Befriedigung des Bedürfnisses. Das Gefühl des Alleinseins und der Einsamkeit sind hierfür gute Beispiele. William James schreibt über den Menschen:

„Allein zu sein ist für ihn das größte Übel. Einzelhaft wird von vielen als eine für ihn zu grausame und unnatürlich Folter angesehen, als dass sie in zivilisierten Ländern angewendet werden könnte. Für einen lang auf einer einsamen Insel Verbannten würde der Anblick einer menschlichen Fußspur oder menschlichen Gestalt in der Ferne die heftigste Erregung seines Lebens bedeuten“ (James, 1890, zitiert nach McDougall, 1928, S. 72).

Heckhausen (1989) betont die Schutzfunktion des Anschlussmotivs. Das Bedürfnis nach Anschluss sichert das Leben in Gruppen, das für den einzelnen mehr Schutz vor Gefahren aus der Umwelt bietet als ein solitäres Leben. Vorteile des Bedürfnisses nach sozialen Beziehungen ergeben sich nicht nur für das eigene Überleben, sondern auch für die Reproduktion (Ainsworth, 1989; Buss, 1991). In Gruppen finden sich Fortpflanzungspartner und Unterstützung für das Großziehen des Nachwuchses. Langfristige Beziehungen erhöhen die Wahrscheinlichkeit, dass der Nachwuchs auch das Erwachsenenalter erreicht und sich dann selbst wiederum fortpflanzen kann. Auch die soziale Bindung des Kleinkindes an eine Anschlussperson bedeutet einen direkten Anpassungsvorteil. Bowlbys (1969) biologische Bindungstheorie nimmt eine stammesgeschichtliche Prädisposition für Mutter und Kind an, bestimmte Signale vom anderen zu empfangen und auf diese zu reagieren. Die Bindung an eine hoch vertraute Pflegeperson ist somit biogen und kein gelerntes Motiv. Bischof (1985) unterscheidet drei Arten von Vertrautheit mit phylogenetischem Ursprung. Die erste ist das eben erwähnte Vertrauen zur primären Pflegeperson, die zweite die Vertrautheit, die Eltern mit ihren Kindern haben. Die dritte meint eine Vertrautheit, die unserer Operationalisierung des Anschlussbedürfnisses am nächsten kommt: Es werden Beziehungen zu Fremden außerhalb der Familie gesucht und Freundschaften geschlossen. Der größte Nutzen für die Arterhaltung ist jedoch die Gewährleistung der Reproduktion, die durch den Kontaktwunsch mit gegengeschlechtlichen und nicht Blutsverwandten gewährleistet wird. Neben der evolutionspsychologischen Erklärung des Anschlussmotivs bestehen eine Reihe anderer Erklärungen für dessen Entwicklung und Funktion. So spielen auch frühe Lernerfahrungen für die Stärke der Ausprägung des Anschlussmotivs eine entscheidende Rolle. Wir werden im zweiten Teil dieser Arbeit noch auf die ontogenetische Entwicklung des Anschlussmotivs zu sprechen kommen.

Überprüfen wir, ob das Bedürfnis nach Anschluss auch die drei Kriterien für ein Motiv nach McClelland (1971) erfüllt. McClelland operationalisiert Motive über ihre Verhaltenswirksamkeit:

„[Motives]... energize, direct, and select behavior.“ (McClelland, 1971, S. 19).

Drei Untersuchungen zeigen, dass auch das Anschlussmotiv Verhalten *energetisieren*, *selegieren* und *ausrichten* kann:

In einer Studie von Constantian (1981) wurden die Probanden durch ein Piepsignal, das zufällig und mehrmals am Tag auftrat, dazu aufgefordert anzugeben, womit sie gerade beschäftigt waren. Personen mit einem starken Anschlussmotiv waren häufiger in Gespräche verwickelt oder schrieben Briefe als niedrig Anschlussmotivierte. Das Anschlussmotiv energetisiert also anchlussthematisches Verhalten.

Atkinson und Walker zeigten Mitte der 50er Jahre, dass das Anschlussmotiv die Wahrnehmung auf motivrelevante Reize ausrichtet. Anschlussbezogene visuelle Reize sind für Anschlussmotivierte besonders gut zugänglich: Die Probanden mussten bei einer Wahrnehmungsaufgabe angeben, welcher von vier Quadranten mit undeutlich dargebotenen Inhalten für sie am klarsten erschien. Eine angeregte Anschlussmotivati-on führte zu einer gesteigerten Wahrnehmungssensibilität gegenüber dem Quadranten mit anchlussthematischem Inhalt (Atkinson & Walker, 1956). Das Anschlussmotiv richtet also die Wahrnehmung aus.

McClelland konnte zeigen, dass Lernen über die Beschaffenheit sozialer Netzwerke hoch Anschlussmotivierten leichter fiel als niedrig Anschlussmotivierten. Dieser Lernvorteil zeigte sich selektiv nur bezogen auf motivspezifisches Material (McClelland, 1987). Das Anschlussmotiv trägt also zur Selektion motivrelevanter Informationen aus der Umwelt bei.

Das Bedürfnis nach Anschluss erfüllt demnach die drei charakteristischen Kriterien eines Motivs nach McClelland: Es energetisiert, selegiert und richtet Verhalten aus.

Wir werden in einer Untersuchung dieser Arbeit ebenfalls zeigen, dass mit dem Anschlussmotiv Verhalten und dessen Richtung vorhergesagt werden kann (Untersuchung III). Mit einer anderen werden wir den Einfluss des Anschlussmotivs auf die visuelle Wahrnehmung demonstrieren (Untersuchung II).

## **Die Geschichte der Anschlussmotivationsforschung**

Den Grundstein der Anschlussmotivationsforschung legte Murray (1938), indem er das Bedürfnis nach Anschluss als wichtiges menschliches Motiv anerkannte. Zur Messung des Anschlussmotivs mittels Inhaltsanalysen von Geschichten zu Bildvorlagen (TAT, Murray, 1938), verwandte er Kriterien, die einer aufsuchenden Anschluss-tendenz entsprechen:

„[...] friendly feelings, desire to associate, play, and converse, efforts to resolve differences, cooperate and maintain harmony; readiness to trust and confide, and the number, intensity and duration of friendships.“ (Murray, 1938, S. 83).

Die ersten experimentellen Untersuchungen zum Anschlussmotiv wurden jedoch durch die Auffassung geprägt, dass es sich beim Anschlussmotiv um eine Furcht-vor-Zurückweisung handelt (Shipley & Veroff, 1952). Die Beweggründe für an-schlussthematisches Verhalten wurden in einer Vermeidung von Ablehnung und dem Ausschluss aus sozialen Verbänden gesehen. Passend zum Deprivationsmodell der Motivation (z.B. Hull, 1943) wurde das Anschlussmotiv als Bedürfnis der Reduktion eines unangenehmen oder bedrohlichen Zustandes betrachtet: Das Bedürfnis nach An-schluss resultiert aus den Bemühungen, Furcht zu reduzieren, die sich außerhalb der Gemeinschaft mit anderen einstellen würde. Eine Untersuchung von Schachter (1959) zeigte, dass Studentinnen, die in einer bevorstehenden Untersuchung mit Elektro-shocks rechneten, lieber mit anderen als alleine bis zum Beginn des Experiments warteten. Die Anwesenheit anderer diente hier ganz offensichtlich der Furchtredukti-on.

Erste Hinweise auf eine aufsuchende Tendenz des Anschlussmotivs fanden sich Mitte der 50er Jahre bei weiteren Analysen von TAT-Geschichten. Hier konnten einige In-halte nicht mit einer Furchtreduktion erklärt werden (Atkinson et al., 1954). Mit der Entwicklung von Methoden, die aufsuchende und meidende Komponenten des Motivs zu messen erlaubten (z.B. French, 1958), nahm man schließlich von der Furchtredukti-onshypothese Abstand und erkannte das Anschlussmotiv als bestehend aus einer Hoffnungs- und einer Furchtkomponente an.

Menschen sind demnach nicht zurückweisungsfürchtend *oder* anschlusszuversicht-lich, sondern beides. Die Stärke der Tendenzen ist dann ausschlaggebend dafür, je-manden als Hoffnung-auf-Anschluss- oder als Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten zu bezeichnen.

Mehrabian und Ksionzky (1974) gestehen in ihrer Theorie der Anschlussmotivation den Erwartungen für Bekräftigungen einen zentralen Stellenwert zu. Die aufsuchende Anschluss-tendenz beruht auf der generalisierten Erwartung, positive Bekräftigung zu erzielen, die meidende Komponente gründet auf generalisierten negativen Bekräfti-gungserwartungen. Die Erwartungen machen sich aber nur dann im Verhalten be-merkbar, wenn es um die Interaktion mit wenig Vertrauten oder Fremden geht. In der Interaktion mit Bekannten werden spezifische Erwartungen wirksam.

Byrne, McDonald und Mikawa (1963) und später auch Mehrabian und Ksionzky (1974) haben eine Unterteilung in vier Typen vorgeschlagen, die sich aus den mögli-chen Kombinationen der aufsuchenden und meidenden Tendenzen ergeben. So hat der „Anschlussmotivierte“ hohe Erfolgs- bei gleichzeitig niedrigen Misserfolgserwartun-gen, beim „Zurückweisungsmotivierten“ ist es genau umgekehrt. Der „Konflikthaft-

Anschlussmotivierte“ hat gleichzeitig Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung, der „Niedrig-Anschlussmotivierte“ hingegen hat weder noch.

In den 80er Jahren findet die Anschluss- und Intimitätsmotivation in Heckhausens Monographie „Motivation und Handeln“ in einem gesonderten Kapitel Beachtung. Die Charakterisierungen sind denen Murrays (1938) ähnlich:

„Mit Anschluss ist eine Inhaltsklasse von sozialen Interaktionen gemeint, die alltäglich und zugleich fundamental ist.“ (Heckhausen, 1989, S. 3)

Es folgt:

„[...] mit bisher fremden oder wenig bekannten Menschen Kontakt aufzunehmen und in einer Weise zu unterhalten, die beide Seiten als befriedigend, anregend und bereichernd erleben.“ (Heckhausen, 1989, S. 354).

In anderen Lehrbüchern der Motivationspsychologie wird das Anschlussmotiv hingegen nicht oder nur am Rande berücksichtigt, oder es wird unter einem anderen Motivsystem, wie beispielsweise unter dem Sexualmotiv, subsumiert. Das Anschlussmotiv kommt erst wieder in neueren Arbeiten zur Kongruenz- und Inkongruenz von Motiven und Zielen und dem Einfluss dieser auf das Wohlbefinden zur Geltung (s.u.; Brunstein, Schultheiss & Grässmann, 1998; Brunstein, Lautenschläger, Nawroth, Pöhlmann & Schultheiß, 1995).

### **Die Messung des Anschlussmotivs**

Der erste Inhaltsschlüssel zur Verrechnung des Anschlussmotivs stammt von Shipley und Veroff (1952). Enthalten Aussagen von Probanden, zum Beispiel in Geschichten zu vorgegebenem Bildmaterial, Anschluss thematik, handeln sie also vom Aufbau oder der Aufrechterhaltung sozialer Beziehungen, werden sie nach weiteren Subkategorien verrechnet. Zu diesen zählen: instrumentelle Aktivitäten, die darauf gerichtet sind, ein anschluss thematisches Ziel zu erreichen, positive oder negative Gefühlsäußerungen im Zusammenhang mit der Anschlusssituation, die Antizipation eines positiven oder negativen Zielzustandes und Hindernisse, die das anschluss thematische Ziel vereiteln können. Die Autoren haben die Inhalte von Geschichten analysiert, nachdem sie das Anschlussmotiv durch ein soziometrisches Verfahren angeregt haben. Hierbei wurden die Mitglieder einer Studentenorganisation von ihren Mitstudenten nach verschiedenen Eigenschaften beurteilt. Jeder Proband wußte also, dass Kommilitonen ihn beispielsweise als mehr oder weniger freundlich, unterhaltsam oder ängstlich einschätzten. Anschließend hatte jeder Teilnehmer drei Mitstudenten auszuwählen, mit denen er sich eine enge Freundschaft wünschen würde. Die Probanden bearbeiteten dann den The-

matischen-Apperzeptions-Test (TAT, Murray, 1938), erfanden also Geschichten zu Bildtafeln, in denen sich die eigenen Gefühle und Bedürfnisse widerspiegeln. Probanden, die zuvor an der soziometrischen Aufgabe teilgenommen haben, äußerten häufiger Themen wie Zurückweisungen oder Trennungen als Probanden einer Kontrollgruppe, die eine andere Aufgabe bearbeiteten. Die soziometrischen Einschätzungen eigneten sich demnach, um das Anschlussmotiv anzuregen, wenngleich sie überwiegend Furchtthematik zutage brachten. Atkinson, Heyns und Veroff (1954) konnten diesen Befund zwei Jahre später replizieren und versuchten, den Inhaltsschlüssel um positive Vorstellungsinhalte - wie das Bilden von Freundschaften - zu erweitern. Sie operationalisierten die Inhalte anslussthemenatischen Handelns als

„[...] concern over establishing, maintaining, or restoring a positive, affective relationship with another person oder persons. Concern of this sort ist immediately evident if the relationship is described as friendship.“ (Atkinson et al., 1954, S. 406).

Eine endgültige Unterscheidung in Furcht-vor-Zurückweisung und eine aufsuchende Anschlussstendenz mittels eines Verrechnungsschlüssels gelang jedoch erst Laufen einige Jahre später (Laufen, 1967). Boyatzis (1973) konnte mit einem semi-projektiven Vorgehen ebenfalls in Zurückweisungsfurcht und ein positives Anschlussbedürfnis unterscheiden. Seine Probanden schrieben eine Geschichte zu einer fiktiven Person, die sich in einer besonderen sozialen Situation befindet. Anschließend sollten sie anhand einer Reihe von Aussagen angeben, wie die Person sich wohl fühlt. Zum Beispiel gab es für: „John erhielt eine Einladung seiner neuen Nachbarn zum Abendessen“ die beiden Alternativen „Er freut sich über die Gelegenheit, seine neuen Nachbarn kennenzulernen“ oder „Er möchte, dass seine Nachbarn ihn mögen und hofft, dass sie Freunde werden.“ Die Zustimmung zur ersten Aussage wird als aufsuchende Komponente der Anschlussmotivation verrechnet, während die zweite als Indiz für Zurückweisungsfurcht gilt.

In French und Chadwicks (1956) „Test of Insight“ müssen vorgegebene Sätze mit einer Geschichte erklärt werden. Anders als beim TAT dienen hier Aussagen wie „Thomas lässt immer die anderen gewinnen“ als Anregungsmaterial anstelle von Bildern. Die zu diesen Aussagen geschriebenen Geschichten wurden inhaltsanalytisch nach Hoffnungs- und Furchtkomponenten ausgewertet.

David Winter hat Jahrzehnte später ebenfalls einen Inhaltsschlüssel entwickelt, um Aussagen von Probanden nach ihrer Motivthematik zu verrechnen (Winter, 1991). Für das Anschlussmotiv führt er als mögliche Inhaltsgebiete an: der Ausdruck positiver, freundlicher oder warmer Gefühle gegenüber anderen Personen, Trauer oder andere

negative Gefühle wegen einer Trennung oder Unterbrechung einer Beziehung oder der Wunsch sie wiederherzustellen, anslussthematische Aktivitäten mit anderen und freundliche Handlungen wie Hilfeleistungen.

Ein Nachteil der bisher erwähnten projektiven Verfahren ist der hohe Aufwand ihres Einsatzes. Um Auswertungsobjektivität zu gewährleisten, müssen mindestens zwei voneinander unabhängige Kodierer die Geschichten der Probanden nach einem Inhaltsschlüssel verrechnen, den es zuvor zu erlernen galt.

Eine andere Möglichkeit der Motivmessung ist der Selbstbericht. Mehrabian (1970) entwickelte im Rahmen seiner Anschlussmotivationstheorie einen Fragebogen, mit dem er generalisierte Bekräftigungserwartungen erfasste. Ein Teil der Items galt der Erfassung positiver, ein anderer der negativer Motivkomponenten. Ein Beispiel für die positive Komponente ist: „Ich mag es, mit Menschen, die anderer Meinung sind als ich, über Themen wie Politik oder Religion zu diskutieren“; ein Beispiel für die negative Komponente ist: „Ich würde nirgendwo hingehen, wo Menschen sind, die mich nicht mögen.“ Ein weiteres Beispiel für eine Motivmessung mittels Fragebogen ist die Affiliationsskala der „Personality Research Form“ von Jackson (PRF, Jackson, 1967). Items aus einer neueren deutschen Version lauten beispielsweise „Ich verbringe viel Zeit damit, Freunde zu besuchen“ oder „Ich arbeite lieber mit anderen zusammen als allein“ (Stumpf, Angleitner, Wieck, Jackson & Beloch-Till, 1985). Rosenfelds (1964) „fear of rejection scale“ und die „Skalen zur Angst vor negativer Bewertung und sozialer Vermeidung“ von Watson und Friend (1969) messen allein Zurückweisungsfurcht und werden überwiegend im klinischen Bereich zur Messung sozialer Angst eingesetzt.

Die Motivmessung über den Selbstbericht des Probanden setzt voraus, dass der Proband auf seine Bedürfnisse bewusst zugreifen kann und gewillt ist, sie mitzuteilen. Versteht man Motive jedoch als Beweggründe, die dem bewussten Erleben nicht zugänglich sind, eignen sich Fragebogen nicht zu ihrer Messung. Eine häufige Kritik an Fragebögen ist, dass sie nicht Motive messen, sondern bewusst zugängliche Aspekte des Selbstkonzeptes erfragen (McClelland, Koestner & Weinberger, 1989).

McClelland zieht aus der Analyse Freud'scher Beobachtungen folgendes Resümee zu selbstberichteten Motiven:

„What people say about their motives should not be taken as face value. Even in ordinary live, but particularly in dreams and symptomatic acts, people often do not know what their motives are. When they do assign motives to their acts, these motives, on further analysis, may turn out to be incorrect“ (McClelland, 1987, S. 21, 22).

Um die Nachteile der rein projektiven- und Fragebogeninstrumente zu umgehen, entwickelte Sokolowski (1992) ein semi-projektives Verfahren zur Messung des Anschlussmotivs. Es entspricht der von Schmalt für das Leistungsmotiv entwickelten Gittertechnik (Schmalt, 1973, 1976). Sie erlaubt die Anregung von Motiven durch Bilder und wird durch die Beschränkung der Antwortmöglichkeiten gleichzeitig dem psychometrischen Gütemaßstab der Auswertungsobjektivität gerecht. Beim Anschlussgitter betrachten die Probanden Bilder mit Situationen, in denen Anschluss gefunden werden kann, wie beispielsweise in einem Zugabteil oder in einer Kneipe. Sie kreuzen dann zu den Bildsituationen vorgegebene Aussagen an, die in Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung als aufsuchende und meidende Komponenten des Motivs und in eine Situations- und eine Handlungs-Ergebnis-Erwartung differenzieren. Ein Beispiel für ein Hoffnung-auf-Anschluss-Item mit Situations-Ergebnis-Erwartung ist: „Die Umgebung ist für ein Zusammensein günstig“; mit Handlungs-Ergebnis-Erwartung: „Man hofft, dem anderen näher zu kommen, wenn man selbst die Initiative ergreift.“ Beispiele für Furcht-vor-Zurückweisung sind: „Man tut nichts, weil die Mühe vergeblich sein wird“ und „Hier muss man sich vor einem Fehltritt in Acht nehmen“ (Sokolowski, 1992).

In dieser Arbeit wird dem Multi-Motiv-Gitter von Schmalt, Sokolowski und Langens (1994) der Vorzug gegeben, da es gleichzeitig die Motive Anschluss, Leistung und Macht zu messen erlaubt.

### **Verhaltens- und Erlebenskorrelate**

Die Möglichkeit, das Anschlussmotiv in seiner Stärke messen zu können, zog Interesse an seinen Verhaltens- und Erlebenskorrelaten nach sich: Hoch Anschlussmotivierte schreiben mehr Briefe, führen mehr Telefonate und besuchen öfter Freunde als Niedrigmotivierte (Lansing & Heyns, 1959). Anschlussmotivierte Studenten sind häufiger Mitglieder in Clubs (Lundy, 1981) und schätzen die Anwesenheit anderer bei mehr Aktivitäten (Constantian, 1981). Sie bevorzugen Freunde als Arbeitspartner und betonen eher die Güte der persönlichen Zusammenarbeit anstelle der tatsächlichen Leistung einer Gruppe (French, 1956). Bei Gruppenentscheidungen machen sie weniger Vorschläge, die den Zusammenhalt der Arbeitsgruppe gefährden könnten (Exline, 1962) und vermeiden Spiele, die Kooperation statt Kooperation erfordern (McClelland, 1971). Sie werden von Gleichaltrigen als anschluss-suchend, auf sich selbst bezogen, selbstsicher und zufrieden beurteilt (Atkinson et al., 1954). Crowne und Marlowe (1964) fanden bei Anschlussmotivierten das Bedürfnis nach sozialer Anerkennung stärker. Vermutlich waren sie deswegen auch ängstlicher als Personen mit niedriger

Ausprägung, wenn sie glaubten, beobachtet und sozial bewertet zu werden (Byrne, 1961). Gleichzeitig mögen sie andere Personen weniger, wenn diese andere Ansichten vertreten als sie selbst. Sie möchten Konflikte vermeiden, die die Harmonie stören.

Zusammengefasst verhalten sie sich so, wie es für das Bilden und Aufrechterhalten sozialer Netzwerke nützlich sein könnte.

Die besten Leistungen bringen Anschlussmotivierte bei einem anschluss-thematischen und nicht bei einem leistungsthematischen Anreiz. So waren ihre Leistungen besser, wenn es darum ging, dem Versuchsleiter einen Gefallen zu tun (Atkinson & Raphaelson, 1956) oder wenn eine freundliche Versuchsleiterin zur Kooperation aufforderte (French, 1955), als wenn sie ein reines Leistungsziel zu erfüllen hatten. Anschlussmotivierte waren leistungsmotivierten Studenten in der Mitarbeit und den Noten überlegen, wenn der Lehrer nett und freundlich war, sie beispielsweise direkt mit ihrem Namen ansprach und Interesse an ihnen als Personen zeigte (McKeachie, 1961). Die Probanden von Walker und Heyns (1962) verzichteten großzügig auf die eigene gute Leistung, um einem Freund zu Hilfe zu kommen.

Auch im Arbeitskontext charakterisiert Anschlussmotivierte der Wunsch nach positiven Sozialbeziehungen. Anschlussmotivierte Vorgesetzte verbringen mehr Zeit mit ihren Untergebenen (Noujaim, 1968), um eine positive Atmosphäre zu schaffen. In ihren Managementfähigkeiten sind sie jedoch weniger erfolgreich (z.B. Wainer & Rubin, 1969). Das Bedürfnis nach Harmonie und Konfliktfreiheit scheint hier ihren Arbeitsaufgaben entgegen zu stehen, kommt jedoch Berufen zugute, bei denen ebenfalls Kooperation im Vordergrund steht: Lawrence und Lorsch (1967) fanden Anschlussmotivierte besonders erfolgreich in einer Vermittlerposition zwischen Management und Arbeiterschaft.

Präsidenten der USA, wie Eisenhower, Kennedy oder Nixon, deren Antrittsreden überwiegend anschluss-thematische Inhalte enthielten, waren außenpolitisch auf Konfliktvermeidung bedacht (Winter, 1973). In politischen Simulationsspielen verhielten sich Anschlussmotivierte weniger konfliktträchtig, (Terhune, 1968) und beteiligten sich nicht an übler Nachrede anderer (McClelland, Constantian, Pilon & Stone, 1982). Stimmen die Thematik der arbeitsbezogenen Anreizbedingungen und die Motivstruktur überein, hat dies positive Konsequenzen (Litwin, 1970), wie neben anderen auch Pifczyk und Kleinbeck (2000) zeigen konnten: Sie untersuchten die anschluss-thematischen Anreizbedingungen der Arbeitssituation von Kindertageseinrichtungen und maßen hohe Anschlussmotive bei den Mitarbeiterinnen. Weder der Anregungsgehalt der Situation noch das Anschlussmotiv für sich allein genommen, konnten einen signifikanten Varianzanteil an intrinsischer Motivation erklären, wohl aber die Wechselwir-

kung beider: Ein hohes Anschlussmotiv bei hohem anchluss-thematischen Anregungs-gehalt der Situation führt zu hoher intrinsischer Motivation.

Die oben genannten Untersuchungen berücksichtigen nur die Ausprägung des Anschlussmotivs an sich, trennen aber nicht die aufsuchende und meidende Motivkomponente. Mehrabian und Ksionzky (1974) haben sich gerade mit Unterschieden zwischen Hoffnungs- und Furchtmotivierten befasst: Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte sehen ihre Interaktionspartner in einem besseren Licht und sich selbst ähnlicher, sie mögen andere mehr, werden mehr gemocht und berichten über Zuversicht und angenehme Gefühle im Umgang mit anderen. Furchtmotivierte fühlen sich in sozialen Situationen überfordert, wenig zuversichtlich und ängstlich und halten sich selbst für unbeliebter. Auch in der Sympathieeinschätzung anderer spiegelt sich die Zurückweisungsfurcht wider: Studentische Probanden glaubten an einer Untersuchung teilzunehmen, in der es darum ging, wie Fremde miteinander umgehen. Während sie auf ihren Interaktionspartner warteten, füllten sie einen Fragebogen zum Sozialstatus aus und erhielten einen Punktwert, der sich unter anderem aus Angaben zum Einkommen oder Bildungsniveau der Eltern zusammensetzte. Die unbekannte Person, mit der sie sich anschließend unterhielten, erzielte angeblich einen Punktwert, der unter oder, bei einem anderen Teil der Probanden, über dem eigenen lag. Personen mit starker Furcht-vor-Zurückweisung gaben nach der Unterhaltung an, dass sie den Partner mit dem niedrigeren Sozialstatus mehr mochten, während niedrig Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte den Partner mit einem höheren Punktwert bevorzugten. Wahrscheinlich fürchteten Zurückweisungsmotivierte von einer Person mit hohem sozialen Status abgelehnt zu werden, während ihnen diese Gefahr geringer vorkam, wenn sie mit Personen niedrigeren Status interagierten (Mehrabian & Ksionzky, 1974). Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte berichteten über eine größere Anzahl enger Freunde, Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte bevorzugten Freunde mit ähnlichen Einstellungen wie sie selbst und gaben häufiger an, nicht allein sein zu wollen (Boyatzis, 1972).

Hoffnungs- und Furchtmotivierte unterschieden sich auch in ihrer Leistung bei anchluss-thematischen Anreizen. Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte brachten bessere Leistungen bei einem Schwimmwettkampf, wenn sie als Gruppenmitglied für ihre Gruppe schwammen, als wenn sie in der Einzelwertung antraten. Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte hingegen waren im Einzelwettkampf schneller: Die Furcht davor, Schuld an einer schlechten Gruppenleistung tragen zu können, wirkte bei ihnen leistungshemmend.

Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte differenzieren sich also im Verhalten voneinander und von niedrig Anschlussmotivierten.

## **Anschlussmotivation und Wohlbefinden**

Bei der Stichwortsuche nach „fear of rejection“ im WorldWideWeb fand sich in einem Chat-Forum zum selben Thema der Brief eines 19-jährigen amerikanischen Schülers, der demonstriert, wie negativ er Furcht-vor-Zurückweisung erlebt.

<<Posted by Larry on October 09, 2000 at 04:10:58:

Shy, attractive and fear of rejection ...

is how you could describe me when it comes to girls. I am a 19 year old sophomore in college and have never had a girlfriend. I can get looks and smiles from girls but about all I can do is smile back and its frustrating as I cannot seem to follow through and take anything to the next step. There have even been a few times in which girls have approached me and I messed up so badly that they probably thought I wasn't interested in them and I have felt bad from such situations. This was pretty much due to lack of talk.

One problem I have is fear of rejection and incompetence. Sometimes I tell myself it is better not to approach her if I'm going to mess up anyway and should just sit back and play cool. Obviously, this approach will get me no place at all.

Also, it doesn't help any that I'm not big into small talk. I can be a difficult person to talk to if it isn't a serious conversation.

However, I can be good at devilish humor and that's about it but sometimes this can be a turn-off.

Overall though, it seems my biggest problem is lack of follow through. I will have a hard time approaching a good looking girl who has eyed me several times and even when I do meet someone (which is often just through a friend) and talk to her I have a problem of either not letting her know how I feel (assuming I like her) and/or not asking her out to a date or not calling her the next day.

On the positive side, I'm considered to be pretty attractive and have been told by many girls that I'm very cute. But looks simply get looks from girls, not dates.

Please advise how I can get some dates with girls and not just eyes.

Thanks for any replies.

Larry>> (Oktober 2000; <http://www.niceguys.com/advice/3661.html>)

Aus dem Beitrag von Larry wird deutlich, wie sehr er sich in einem Annäherungs-Vermeidungs-Konflikt befindet und welche Konsequenzen dies für ihn hat. Einen solchen Konflikt charakterisiert, dass das Zielobjekt angestrebt und gleichzeitig gefürchtet wird (Lewin, 1935): Larry beispielsweise möchte ein Mädchen kennenlernen, fürchtet sich jedoch gleichzeitig vor einem Zusammentreffen. Die Annäherungstendenz macht das Vermeidungsverhalten Flucht nicht möglich, die Furcht wirkt gleichzeitig handlungslähmend, so gelingen beispielsweise einfache „Small Talks“ nicht. Die Furcht bindet kognitive Ressourcen, die unter anderem für eine adäquate Einschätzung der Situation nötig wären. Das Hin- und Hergerissen-Sein zweier im Wettstreit stehender Verhaltenstendenzen ist mit negativen Gefühlen verbunden und führt

zu halbherzigem Verhalten: Larry verhält sich passiv („lean back and stay cool“), obwohl aufsuchendes Verhalten angebracht wäre und fühlt sich unzufrieden und unwohl. Der folgende Erfahrungsbericht als Antwort auf Larrys Brief stammt von einem anderen Teenager, dem es trotz Zurückweisungsfurcht gelang, positive Sozialkontakte zu knüpfen.

<<Posted by John on October 09, 2000 at 22:29:01:

In Reply to: Shy, attractive and fear of rejection posted by Larry on October 09, 2000 at 04:10:58:

I was, and still kind of am in your exact same situation. When I go out and become somewhat social it just doesn't seem to work. I either can't give off the right signals, I'm not interested, I'm too shy or nervous.

However, I visited a co-ed college recently and I felt totally comfortable being around women after the first few days. And then I tried not to avoid, but to get to know them however I could. I sat next to one in a class and just started some small talk like "How are you doing?" or whatever I could do to possibly start a conversation. And to my amazement I never got denied. I felt great and still do. I know the fear of rejection and I know how you're feeling. All I can say is go for it. Its hard, very hard for us shy guys but what's the worst that can happen? Get to know her, laugh, ask her out, and let go and have fun. Chances are you won't regret it.

Good luck.>> (Oktober 2000, <http://www.niceguys.com/advice/3664.html>)

Was John von Larry unterscheidet sind situationsadäquate Verhaltensweisen. John setzt sein Annäherungsziel - nämlich Kontakt mit seinen Schulkameradinnen aufzunehmen - auch in aufsuchendes Verhalten um: Anstatt sich zurückzuhalten, was dem Ziel unangemessen wäre, initiiert er Gespräche und nutzt Gelegenheiten zur sozialen Kontaktaufnahme. Die Befürchtungen negativer Konsequenzen, die ihn bislang daran gehindert haben, solche Annäherungsziele in Verhalten umzusetzen, stellten sich als unbegründet heraus.

Wie die Chat-Room-Geschichte illustriert, ist Furcht-vor-Zurückweisung mit Beeinträchtigungen des Befindens verbunden. Furchtmotivierte wie Larry fühlen sich in sozialen Situationen überfordert und ängstlich. Sie stehen zwischen zwei entgegengesetzten Handlungstendenzen, nämlich sich anzunähern, um einem Ziel näher zu kommen und der Tendenz zu vermeiden. Es entsteht ein unangenehmer Spannungszustand. Neben emotionalen Beeinträchtigungen führt Ängstlichkeit auch zu physiologischen Veränderungen, die auf Dauer dem Organismus schaden können. Sokolowski (1996) fand beispielsweise, dass sich Zurückweisungsängstliche in sozialen Situationen als angespannter erleben, was durch eine Erhöhung der Herzfrequenz, als Indikator erhöhter Aktivierung, gestützt wird.

Weitere Charakteristika des für Furcht bekannten körperlichen Spannungszustandes sind die Anspannung der Muskulatur, eine Beschleunigung der Atmung und verstärktes Schwitzen (Barlow, 1988; Izard, 1977). Diese physiologischen Parameter tragen kurzfristig zu einer Anpassung an eine bedrohliche Umwelt bei und ermöglichen adäquates Verhalten. Wird Furcht jedoch allzu leicht ausgelöst, wie bei einem Furchtvor-Zurückweisungsmotivierten in „harmlosen“ sozialen Situationen, führen die körperlichen Veränderungen langfristig zu einer Beeinträchtigung des Wohlbefindens: Furcht ist ein Stresszustand, der sich durch eine Dominanz des sympathischen Anteils des vegetativen Nervensystems auszeichnet. Es kommt unter anderem zu einer erhöhten Katecholaminfreisetzung, die auf längere Sicht zu einer Immunsuppression führt und die Wahrscheinlichkeit zu erkranken erhöht (z.B. Selye, 1976).

Während Zurückweisungsfurcht ganz offensichtlich negative Konsequenzen hat, kommt eine positive Anschlussmotivation dem Wohlbefinden zugute: McClelland (1979) fand eine signifikant negative Korrelation zwischen einem Motivsystem, das sich durch ein hohes Anschlussmotiv bei gleichzeitig niedrigem Machtmotiv kennzeichnet, und dem diastolischen Blutdruck zwanzig Jahre später. Ein hoher diastolischer Blutdruck gilt als Risikofaktor für koronare Herzerkrankungen.

McClelland, Alexander und Marks (1982) untersuchten die Motivstruktur männlicher Gefangener und einen möglichen Zusammenhang mit der Erkrankungshäufigkeit. Die Probanden, deren Anschluss- höher als ihr Machtmotiv war, berichteten über weniger Erkrankungen als jene mit anderen Motivkonstellationen. Bei ihnen wurden höhere Immunoglobulin-A-Konzentrationen (IgA) gemessen. Sie verfügen über einen besseren Immunschutz, die körpereigene Abwehr gegen Virusinfektionen ist gestärkt.

Einen Beleg für die positiven Effekte eines angeregten Anschlussmotivs für die Gesundheit erbrachten McClelland und Kirshnit (1982). Sie erhoben Anschluss- und Machtmotivation und eine Baseline der IgA-Konzentration und führten ihren Probanden einige Tage später Filme mit unterschiedlichem motivthematischen Inhalt vor. Ein Kriegsfilm sollte Machtmotivation anregen, ein Film über Mutter Theresa Anschlussmotivation. In anschließenden TAT-Geschichten spiegelte sich die erwünschte angeregte Motivthematik wider. Nach dem Kriegsfilm fand sich ein Absinken der IgA-Konzentration nur für Probanden mit einem mittleren Machtmotiv bei gleichzeitig geringem Anschlussmotiv und hoher Hemmung. Der anchlussthematische Film führte hingegen zu einem deutlichen Anstieg der IgA-Konzentration und somit zu einer Erhöhung der körpereigenen Abwehrkraft.

McKay (1987) fand, dass eine Kategorie der Anschlussmotivation, die er als „Affiliative Trust“ - als Vertrauensindex - bezeichnete, mit einem Anstieg der IgA-Konzen-

tration im Speichel nach einem anchluss-thematischen Film zusammenhing. „Affiliative Trust“ wird inhaltsanalytisch im TAT verrechnet, wenn in den Geschichten kooperative positive Sozialbeziehungen statt zynische oder misstrauische Beziehungen im Vordergrund stehen. Es fanden sich Zusammenhänge dieser TAT-Kategorie mit besserer Gesundheit. Die Probanden berichteten weniger häufig krank zu sein und verfügten über mehr Helferzellen, die die Immunabwehrmechanismen unterstützen. Personen mit hohen Werten des Vertrauensindex profitierten zudem von einer verhaltensmedizinischen Behandlung stärker als Personen mit niedrigem interpersonalem Vertrauen (Koestner, Hellman, Budd, Borysenko, Weinberger & McClelland, 1988). Anschlussmotivation kann jedoch der Gesundheit auch entgegenstehen. McClelland, Patel, Brown, Kelner und Silverstein (1988) zeigten an Diabetes-TypA-Erkrankten, dass Anschlussmotivation zu gesundheitsschädigendem Verhalten führen kann. Einige Diabetiker zeigten ein bestimmtes Motivmuster, das die Autoren mit „Easygoing Affiliative Syndrome“ bezeichnen: ein mindestens mittelmäßig hohes Anschlussmotiv und ein niedriger Kennwert für Selbstsicherheit. Den Diabetikern mit dieser Motivkonstellation gelang es weniger gut, ihren Blutzucker zu kontrollieren. Während eines romantischen Films, der Anschlussmotivation anregen sollte, aßen sie mehr als Diabetiker mit anderem Motivmuster oder als eine gesunde Kontrollgruppe: Angeregte Anschlussmotivation verleitete sie dazu, ihre gesundheitsfördernde Diät nicht einzuhalten. Außerdem wiesen sie nach dem anchluss-thematischen Film eine höhere Dopamin-Konzentration im Blut auf. Diese bedeutet eine stärkere Mobilisierung von Blutzucker aus der Leber, was für Diabetiker einen Risikofaktor darstellt. Bis auf das gesundheitsschädigende Verhalten anchlussmotivierter Diabetes-Patienten führt eine positive Anschlussmotivation zu gutem emotionalen und körperlichen Wohlbefinden, während Furcht-vor-Zurückweisung beeinträchtigend wirkt. In unseren Untersuchungen werden wir dies zu unterstützen versuchen.

## **Zusammenfassung**

Die vorangegangenen theoretischen Abschnitte zur Geschichte, Messung und zu Verhaltens- und Erlebenskorrelaten des Anschlussmotivs hatten die Funktion, Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung als Komponenten des Anschlussmotivs zu charakterisieren. Bevor wir uns den Zielen zuwenden, tragen wir die wichtigsten Punkte, die sich direkt auf unser Modell beziehen, kurz zusammen:

- Das Anschlussmotiv kann in ein Hoffnungs- und ein Furchtmotiv untergliedert werden. Die Motivkomponenten Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung werden getrennt voneinander gemessen und bilden die beiden Stränge unseres Modells.
- Für Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte finden sich Unterschiede im Verhalten. Mit unserem Modell nehmen wir eine unterschiedliche Verhaltenseffektivität Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter an.
- Das Befinden Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter ist beeinträchtigt. Hoffnung-auf-Anschluss hängt mit gutem Befinden zusammen.

## KAPITEL 3

### ZIELE

Dieser theoretische Abschnitt wird die Modellebene der konkreten Teilziele mit Inhalt füllen. Wir werden das Kapitel mit der Darstellung einiger moderner Zielbegriffe einleiten und dann auf den Zieltyp eingrenzen, der Gegenstand unserer empirischen Arbeiten sein wird. Anschließend werden wir zusammentragen, welche Bedingungen sich als günstig oder ungünstig zur Umsetzung von Zielen erwiesen haben und besonders auf Furcht als einen hinderlichen Faktor eingehen.

#### **Der Zielbegriff**

Neuere Zieltheorien verstehen unter persönlichen Zielen Anliegen und Bestrebungen, die eine Person in ihrem Alltag verfolgt und in Zukunft realisieren möchte (Brunstein & Maier, 1996). Die Funktion von Zielen besteht darin, tagtägliches Handeln zu strukturieren und so dem Alltagsleben Sinn und Bedeutung zu verleihen (Pervin, 1989; Emmons, 1989; Cantor & Zirkel, 1990).

Zielkonzepte unterscheiden sich unter anderem in ihrem Abstraktionsniveau. „Current concerns“ (Klinger, 1975, 1977) und „personal projects“ (Little, 1983) stellen konkrete Vorhaben und Pläne dar, während mit „personal strivings“ (Emmons, 1989) und „life tasks“ (Cantor, 1994) übergeordnete Ziele gemeint sind. Klinger (1975) versteht unter „current concerns“ gegenwärtige persönliche Anliegen, die sich auf einen konkreten Endzustand richten. Ein auf den Anschlusskontext bezogenes Beispiel für ein solches Anliegen wäre, mit einer Person Kontakt aufnehmen und ein Treffen arrangieren zu wollen. Bis das Handlungsziel erreicht ist, richten sich die Wahrnehmung und das Verhalten auf die Realisierung des Zielzustandes: Gelegenheiten, die Person anzusprechen, ziehen die Aufmerksamkeit auf sich und werden genutzt, um Gespräche zu initiieren. Persönliche Projekte („personal projects“) sind Handlungsprogramme, die bestimmte Phasen bis zur Zielerreichung beinhalten. Sie beginnen mit der Bildung einer Projektidee, zum Beispiel einen gemeinsamen harmonischen Urlaub mit Freunden zu verbringen. Es folgt die Planung und Realisierung des Projekts: Man macht sich Gedanken über die Zusammensetzung der Urlaubsgruppe, wählt gemeinsam einen Urlaubsort aus, entwickelt Ideen über die Gestaltung der gemeinsamen Zeit und verbringt schließlich den Urlaub miteinander. In einer dritten Phase wird der Erfolg des Projekts bewertet. Persönliche Anliegen („personal strivings“) sind hingegen eher

langfristig angelegt und beschreiben immer wiederkehrende Anliegen einer Person, die mehrere einzelne und kurzfristige Vorhaben einschließen. Die Ziele sind also in Hierarchien angeordnet: Übergeordnete, allgemeine Bestrebungen werden erreicht, indem eine Vielzahl konkreterer Pläne und Vorhaben in deren Dienst gestellt werden: Die Bestrebungen, den Freundeskreis zu pflegen oder Kommilitonen kennenzulernen, sind zu allgemein und unspezifisch, um konkretes Verhalten anzustoßen. Es müssen unmittelbare Ziele her, die Verhalten direkt steuern können. Für einen Studienanfänger könnte ein solches unmittelbares Ziel sein, bei der Einführungsveranstaltung zu Studienbeginn ein paar freundliche Worte mit seinen Kommilitonen wechseln zu wollen. Die Idee von Lebensaufgaben („life tasks“) beruht auf der Erkenntnis, dass sich persönliche Ziele häufig auf die Bewältigung von Problemen in bestimmten Lebensphasen beziehen.

### **Die Eingrenzung auf bewusste Ziele**

Motive generieren und bewerten Ziele. Dies geschieht häufig automatisch und auch unter Ausschluss des Bewusstseins. Experimente von Bargh und Chartrand (1999) zeigen beispielsweise, dass Ziele automatisch gebildet und verfolgt werden, ohne dass die Person Einsicht in die Ursache des Verhaltens haben muss: Durch Priming-Methoden können Ziele unbewusst aktiviert und daraufhin zielgerichtetes Verhalten erfasst werden. Wenn Menschen agieren, haben sie also nicht immer ein bewußtes Ziel vor Augen. Jedoch wird diese automatische Verhaltenssteuerung durch bewusste Zielsetzungen ergänzt: Menschen können Ziele angeben, die sie in ihrem Leben zu erreichen suchen (Pervin, 1989). Wenn wir in dieser Arbeit von Zielen sprechen, verstehen wir hierunter die *bewusst zugänglichen* Ziele, die wir später noch näher differenzieren werden. Wir gehen also davon aus, dass die fiktiven Studienanfänger H. und F. aus dem anfänglichen Beispiel in anchluss-thematischen Situationen nicht unbedingt ein konkretes Ziel im Kopf haben, dass sie jedoch, wenn sie nach der Ursache ihres Verhaltens gefragt würden, angeben können, welchem Anliegen sie nachgegangen sind. Die Untersuchungen dieser Arbeit befassen sich mit solchen bewusst repräsentierten Zielen. Sie werden entweder von den Probanden selbst generiert oder werden von außen nahegelegt.

### **Günstige und ungünstige Bedingungen der Zielumsetzung**

Wir sind schon darauf eingegangen, dass sich konkrete Teilziele besser umsetzen lassen als globale oder diffuse Ziele (auch Locke & Latham, 1990): Zielrelevantes Verhalten ist naheliegender, die Rückmeldungen über den Erfolg des Verhaltens sind un-

mittelbarer, das Verhalten kann schnell korrigiert werden. Eine exakte Konkretisierung, die positive Konsequenzen hat, besteht in einem Festlegen ganz spezifischer Verhaltensweisen in vorher klar definierten Situationen (Gollwitzer, 1999). Neben der Zerlegung in möglichst kleine Einheiten gibt es noch andere Bedingungen, die günstig für die Zielumsetzung sind. So realisieren Menschen Ziele dann eher, wenn sie sie selbst gewählt haben, als wenn sie von außen auferlegt werden (Klinger, 1975, 1996; Pervin, 1982).

Bandura (1989) sieht den Erfolg bei der Zielverfolgung davon abhängig, wieviel Vertrauen in die eigene Wirksamkeit besteht. Die Selbstwirksamkeit bestimmt, welche Herausforderungen angenommen werden, wie lange trotz Schwierigkeiten an einer Aufgabe weiter gearbeitet wird und ob nach erfahrenem Misserfolg Stress und Mutlosigkeit resultieren. Personen, die sich ihrer Fähigkeiten sicher sind, intensivieren Anstrengung, wenn ein möglicher Misserfolg droht und persistieren so lange, bis das Ziel verwirklicht ist. Zweifler an der eigenen Selbstwirksamkeit sind schneller entmutigt und geben eher auf.

Auch ein allgemeiner Optimismus hat sich als positiver Prädiktor für Zielfortschritte bewährt (Scheier, Weintraub & Carver, 1986). Positive Gefühle hinsichtlich des Ziels helfen, die Motivation trotz Rückschläge aufrechtzuerhalten (Bandura, 1989).

Der Erfolg bei der Zielumsetzung hängt zudem davon ab, wie stark man sich dem Ziel verpflichtet fühlt. Bei hohem „Zielcommitment“ werden größere Fortschritte erzielt (z.B. Brunstein, 1993). Bei konkurrierenden Zielen gilt es, Regulationsmaßnahmen zu ergreifen. So muss beispielsweise ein Ziel zurückgestellt werden, um ein anderes mit dem Einsatz aller Ressourcen verwirklichen zu können. Sheldon und Kasser (1998) betonen den Einfluss von allgemeinen, zielunspezifischen „life skills“ und meinen damit die Fähigkeit zu emotionaler, körperlicher und kognitiver Selbstregulation, Problemlösungskompetenz, Ideengeneration, Stressresistenz und interpersonale Fähigkeiten.

Ungünstige Bedingungen, die die Zielumsetzung behindern, sind im Umkehrschluss eine zu abstrakte Zielformulierung, fremdbestimmte Ziele, geringes Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, Pessimismus, geringe Zielbindung und mangelhafte Selbstregulationsfähigkeiten.

## **Furcht und Zielumsetzung**

Mit unserem Modell machen wir Furcht für eine erschwerte Zielumsetzung verantwortlich: Wenn in einer Situation, in der potentiell ein Ziel umgesetzt werden kann, Besorgnis und Angst entstehen, nimmt dies kognitive Kapazitäten in Anspruch, die der Zielumsetzung verloren gehen.

Eine Vielzahl von Untersuchungen belegen, dass Angst die Qualität kognitiver Funktionen, wie beispielsweise die Konzentrationsfähigkeit, beeinträchtigt und dass damit Leistungseinbußen verbunden sind (Hembree, 1988; Csikszentmihalyi, 1990). Als abhängige Leistungsmaße wurden unter anderem verbale Fähigkeiten (Zarantonello, Slaymaker, Johnson & Petzel, 1984), mathematische Kompetenz (Calvin, Koons, Bingham & Fink, 1953), Gedächtnisleistungen (Darke, 1988) oder logisches Schlussfolgern (Leon & Revelle, 1985) herangezogen. Die Leistungseinbußen bei Ängstlichen werden dadurch erklärt, dass weniger Informationen verarbeitet werden können (Eysenck & Calvo, 1992; Sarason, 1988), da der hohe Aktivitätszustand bei Angst zu einer Einengung des Aufmerksamkeitsfokus führt (Easterbrook, 1959). Andere halten die Informationsverarbeitung für weniger effizient, da Angst eine erhöhte Ablenkbarkeit bedeutet (Bruning, Capage, Kozuh, Young & Young, 1968).

Nach Kuhl (1998) hemmt Furcht positive Affekte, die dazu nötig wären, die Verbindung des Intentionsgedächtnisses, in dem die Ziele repräsentiert sind, mit der Verhaltensausführung zu bahnen. Furcht führt also indirekt dazu, dass Ziele nur schwer in Verhalten umgesetzt werden können.

Besonders deutlich sind die negativen Konsequenzen von Furcht bei pathologischen Ängsten zu erkennen. Nach Hautzinger (1994) gehen Angststörungen mit einer Volitionshemmung einher, die die Ausführung von Verhalten erschwert. Die Therapiefortschritte sind maßgeblich von der Beseitigung dieser Hemmung abhängig (Hartung & Schulte, 1994).

Die negativen Effekte von Angst auf die Leistung sind vor allem durch Forschungsarbeiten zur Prüfungsangst bekannt (z.B. Mandler & Sarason, 1952; Hembree, 1988). In Situationen, in denen Prüfungsängstliche durch andere bewertet werden, kommt es zu erhöhter autonomer Erregung und zu einer Rumination über mögliche Misserfolge (Sarason, 1960). Die Aufmerksamkeit wird von aufgaben- und zielrelevanten Informationen abgelenkt und nach innen gerichtet. Zur Ausführung einer Handlung steht so ein geringerer Anteil an Zeit und Energie zur Verfügung. Es tritt kognitive Interferenz auf, die Sarason, Sarason und Pierce (1994) als „thoughts that intrude on task-related activity and serve to reduce the quality and level of performance“ (Sarason et al.,

1994, S.2) definieren. Nicht eine generell schlechtere Leistung, sondern die eingeschränkte kognitive Kapazität erschwert Prüfungsängstlichen die Umsetzung von Zielen (Sarason, 1980). Weist eine Situation nicht den bedrohlichen Bewertungscharakter auf, stehen die Prüfungsängstlichen den Niedrigängstlichen in ihren Leistungen nicht nach (auch Kurosawa & Harackiewicz, 1995). Liebert & Morris (1967) präzisieren diese Zustandsangst in Bewertungssituationen und untergliedern sie in die Komponenten „worry“ und „emotionality“. Erstes meint Grübeleien, ein Fokussieren auf die eigene Leistung, Nachdenken über mögliche Konsequenzen eines Misserfolges und negative Selbstbewertungen. Emotionalität bezieht sich auf die affektiven und körperlichen Erfahrungen, die sich bei erhöhter autonomer Erregung einstellen.

Die Befunde zur Prüfungsangst stammen überwiegend aus Untersuchungen zum Leistungsmotiv, bei dem die Komponenten „Hoffnung-auf-Erfolg“ und „Furcht-vor-Misserfolg“ gemessen werden. Dennoch ist die Parallele zur Bewertungsangst Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter offensichtlich: Sie fürchten sich wie die Prüfungsängstlichen davor, von anderen negativ beurteilt zu werden, sich zu blamieren und Anforderungen nicht gerecht werden zu können. Die Angst und ihre negativen Konsequenzen auf die Leistung sollten für Misserfolgsfürchtende in Prüfungssituationen und für Zurückweisungsfürchtende in sozialen Bewertungssituationen vergleichbar sein. Bestätigung findet sich hierfür in Untersuchungen, die sich speziell mit sozialer Angst und ihren negativen Folgen für die Informationsverarbeitung und die Leistung beschäftigen. Sozial ängstliche Kinder (Ludwig & Lazarus, 1983) und Erwachsene (Arnold & Cheek, 1986) erbrachten beispielsweise schlechtere Leistungen im Stroop-Test. Arnold und Cheek (1986) machten hierfür die gehäuft auftretenden aufgabenirrelevanten Gedanken verantwortlich, die die Informationsverarbeitungsfähigkeiten blockieren. Auch haben sozial Ängstliche Schwierigkeiten soziale Täuschungen (DePaulo & Tang, 1994) und negative Emotionen zu erkennen (Winton, Clark & Edelman, 1995) und nonverbale Kommunikation zu deuten (Schroeder, 1995). Nach Bruch (1996) entsteht kognitive Interferenz in sozialen Situationen durch ungünstige kognitive Selbstaussagen („cognitive self-statements“), die leistungshemmend wirken. Solche Gedanken orientieren sich nicht an der sozialen „Aufgabe“, sondern lenken die Aufmerksamkeit auf die subjektiv wahrgenommenen eigenen Defizite und führen zu Unbehagen und Anspannung. Die Erklärungen für die Folgen sozialer Angst und Prüfungsangst sind sich hier ganz offensichtlich ähnlich.

Zusammenfassend lautet der Konsens der angeführten Überlegungen und Untersuchungen, dass Furcht sich negativ auf die Leistung und die Umsetzung von Zielen auswirkt. Bezogen auf unsere Modellannahmen lautet die Schlussfolgerung, dass auch

bei Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten Reize in einer spezifischen anchluss-thematischen Situation zur Entstehung von Furcht führen, die dann die Zielumsetzung in Verhalten hemmt. Hierbei spielt es keine Rolle, ob ein Annäherungs- oder ein Vermeidungsziel verfolgt wird. Die wahrgenommene Situation ist entscheidend für die Entstehung von Furcht und nicht das konkrete kognitiv generierte Ziel. Wir kommen später auf diese Argumentation zurück. Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten sollte demnach die Umsetzung jeglicher Zieltypen in Verhalten schwerfallen, Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte sollten wegen der Abwesenheit von Furcht im Vorteil sein.

### **Zusammenfassung**

Fassen wir zusammen, was aus diesem theoretischen Abschnitt für unser Modell von besonderer Bedeutung ist:

- In unseren Untersuchungen beschäftigen wir uns mit *bewusst zugänglichen* Zielen. Wir vermuten, dass sie in ähnlicher Weise verhaltenswirksam werden wie Ziele, die automatisch durch das Motiv generiert werden.
- Wir lehnen uns zudem an die Idee an, dass Ziele in Hierarchien angeordnet sind und gehen davon aus, dass abstrakte Ziele auf konkrete Zielsetzungen heruntergebrochen werden müssen, um Verhalten direkt regulieren zu können.
- Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten steht bei der Zielumsetzung die mit Hinweisreizen der sozialen Situation assoziierte Furcht im Wege.

## KAPITEL 4

### MOTIVE, ZIELE UND ZIELUMSETZUNG

Mit diesem theoretischen Abschnitt möchten wir die Brücke schlagen zwischen der Motivebene des Modells und der Ebene der konkreten Teilziele. Wir werden beschreiben, wie Motive und Ziele zusammenhängen und erläutern, warum sich einige Ziele leichter umsetzen lassen als andere.

#### **Die Beziehung von Motiven und Zielen**

Hier soll die Darstellung des Zusammenhangs von Motiven und Zielen, die bisher weitestgehend ausgeklammert wurde, nachgeholt werden. Zunächst gilt es, die Frage zu klären, warum wir uns überhaupt eines Zielkonzeptes bedienen müssen, gelten doch Motive als Energiequelle für Verhalten und sollten für dessen Erklärung genügen. Als generalisierte Bewertungsdispositionen für breite Äquivalenzklassen von Anreizen (Heckhausen, 1989; Schneider & Schmalz, 2000) eignen sich Motive jedoch weniger gut, Verhalten direkt vorherzusagen. Vor allem, da sie nicht bewusst repräsentiert und sehr abstrakt sind, ist eine unmittelbare Umsetzung in eine konkrete Handlung schwierig. Was zur Erklärung her muss, ist ein Konstrukt, das zwischen direkt beobachtbarem Verhalten und den Motiven anzusiedeln ist. Fragt man eine Person, warum sie sich anchluss-thematisch verhalten hat, also zum Beispiel offen auf eine andere Person zugegangen ist, wird sie wahrscheinlich ein persönliches Ziel nennen können, wie „Ich möchte neue Bekanntschaften schließen.“

Motiv und Ziel stehen miteinander in hierarchischer Beziehung: Ein Ziel ist der individuelle Ausdruck eines übergeordneten Motivs (Emmons, 1989, 1991; Wurf & Markus, 1991). Wir sind bereits darauf eingegangen, dass auch die Ziele wiederum ein hierarchisches System mit unterschiedlichen Abstraktionsniveaus bilden können. Zur Erreichung des abstrakten Motivziels - wie das Herstellen positiver sozialer Beziehungen beim Anschlussmotiv - sind verhaltensnahe Teilziele notwendig.

Nun können Personen mit gleich starkem Anschlussmotiv gänzlich unterschiedliche Ziele verfolgen. Von zwei Studienanfängern nimmt sich der eine vor, seine alten Schulfreunde nicht zu vernachlässigen und telefoniert häufig mit ihnen, schreibt Briefe und plant ein baldiges Wiedersehen. Ein anderer könnte sich zum Ziel setzen, möglichst viele Kommilitonen als Freunde zu gewinnen. Er geht gemeinsam mit ihnen in die Mensa und verabredet sich am Abend in der Unikneipe. Das beobachtbare Ver-

halten und die erfragten Ziele sind phänotypisch völlig unterschiedlich, die gemessenen Motivmaße stimmen jedoch überein. Das gleiche implizite Motiv (das „Genomotiv“ nach Stern, 1935), muss sich also nicht in den gleichen expliziten persönlichen Zielen („Phänomotiv“) äußern. Wurf und Markus (1991) bezeichnen das Bilden von Zielen als „personalization of motivation“: Werte, Interessen und die aktuelle Lebenssituation bestimmen mit, welche Ziele durch das Motiv generiert werden.

Betrachtet man Ziele als den konkreten Ausdruck von abstrakten Motiven, könnte man annehmen, dass Ziele thematisch den zugrundeliegenden Motiven entsprechen. Vergleicht man jedoch den inhaltlichen Zusammenhang zwischen Motiven und explizit formulierten Zielen, finden sich häufig nur mittlere Korrelationen (z.B. Emmons & McAdams, 1991), wenn nicht gar Nullkorrelationen (McClelland, Koestner & Weinberger, 1989). Insbesondere in Arbeiten zur Leistungsmotivation ergaben sich immer wieder Unterschiede zwischen den Motivmessungen mittels TAT - die unbewusste Motive messen sollen - und den Kennwerten aus Selbstberichten (Fragebogen), bei denen davon ausgegangen wird, dass die Probanden auf ihre Motive bewusst zugreifen können (z.B. McClelland, Atkinson, Clark & Lowell, 1953). Aufgrund der beobachteten Unabhängigkeit von unbewussten Motiven und einem bewusst zugänglichen Motivsystem haben McClelland, Koestner und Weinberger (1989) in selbst-zugeschriebene (oder explizite) und implizite Motive unterschieden und postulieren somit ein duales Motivationsmodell. Implizite Motive besitzen eine biologische Basis; interindividuelle Motivunterschiede ergeben sich durch unterschiedliche Lernerfahrungen mit der Umwelt (s. auch Teil II, Kapitel 1). Explizite Motive entstehen später als implizite Motive und haben eine kognitive Basis. Es sind Beweggründe, die sich Personen - zum Beispiel aufgrund von Werten und Sozialisationseinflüssen - selbst zuschreiben (darum auch: motivationale Selbstbilder).

Der Vorteil zweier voneinander unabhängiger Motivationssysteme besteht in der Verhaltensflexibilität: Menschen können auch Ziele verfolgen, die nicht durch ein implizites Motiv gestützt werden, die aber dennoch, zum Beispiel aufgrund von Anforderungen der Umwelt, notwendig sind. Neben dem Vorteil der Verhaltensflexibilität bringt die Möglichkeit einer thematischen Inkongruenz von impliziten Motiven und dem expliziten Motivationssystem jedoch auch Nachteile mit sich. Eine Reihe von Untersuchungen zeigten, dass solche Inkongruenzen das Wohlbefinden beeinträchtigen (z.B. Langens & McClelland, 1997). So fanden beispielsweise Brunstein, Lautenschläger, Nawroth und Schultheiss (1995), dass intimitätsmotivierte Studenten, die wirksamkeitsorientierte (also leistungs- und machthematische) Anliegen oder Machtmotivierte, die gemeinschaftsorientierte Anliegen verfolgten, negatives Befinden an-

gaben, während eine Übereinstimmung von Motiv und Ziel positiv mit dem Befinden zusammenhing.

Rheinberg (2000) hat in einem neueren Konzept die Unterscheidung von impliziten und expliziten Motiven mit unterschiedlichen Tätigkeitsanreizen in Verbindung gebracht. Der Anreiz liegt für implizite Motive eher in der Durchführung einer Tätigkeit an sich als in dem Handlungsergebnis. Die Verfolgung eines Ziels macht Spaß, das Erreichen des Ziels ist weniger von Bedeutung. Rheinberg spricht von einem *tätigkeitszentrierten* Anreiz (Rheinberg, 1989). Explizite Motive hingegen hängen mit *zweckorientierten* Anreizen zusammen: Die Zielerreichung und die mit ihr verbundenen Konsequenzen stehen im Vordergrund, die zum Ziel führenden Tätigkeiten sind nicht mit positiven Affekten verbunden. Nach Rheinberg setzen sich nun Personen, deren selbst zugeschriebene Motive von ihren impliziten Motiven stark abweichen, häufig Ziele, die eben nicht von einem impliziten Motiv generiert werden und so die Zielverfolgung auch nicht affektiv unterstützt wird. Dies hat zur Folge, dass die zum Ziel führenden Handlungen ständige Willensanstrengung erfordern und von negativen Affekten begleitet sind. Gelingt es hingegen, sich solche Ziele zu setzen, die mit den eigenen Tätigkeitsvorlieben zusammen passen, spricht Rheinberg (2000) von „motivationaler Kompetenz“. Es kann gehandelt werden, ohne dass eine ständige Willensanstrengung nötig ist.

### **Selbst- und fremdbestimmte Ziele**

Ziele können also, wie im vorangegangenen Abschnitt beschrieben, aus einem impliziten oder einem expliziten Motivationssystem stammen, in Einklang mit nur einem oder mit beiden stehen oder aber gar nicht durch ein Motiv unterstützt sein. Ein nicht motivgestütztes Ziel nennt man *fremdbestimmt*: Es wird gesetzt und verfolgt, weil Anforderungen von außen erfüllt werden müssen. Um den Grad der Übereinstimmung von bewussten Zielen mit den eigenen Bedürfnissen und Interessen zu messen, lassen sich Deci und Ryan (1985, 1991) von ihren Probanden den Grund dafür nennen, warum sie ein bestimmtes Ziel verfolgen. Sie unterscheiden fünf Gründe der Zielverfolgung: Ganz auf der Seite der Selbstbestimmtheit auf dem Kontinuum von selbst- zu fremdbestimmten Zielen steht die *intrinsische* Zielverfolgung. Dem Ziel nachzugehen macht Spaß, entspricht den eigenen Interessen und ist selbst-integriert. Intrinsisch motivierte Ziele führen zum Beispiel zu einem längeren Verweilen bei selbstinitiierten Aufgaben (Deci, 1971) und zu verstärkter Ausdauer bei Leistungszielen (Fortier, Valerand & Guay, 1995). *Integration* als Grund der Zielverfolgung meint, dass das Ziel in das Selbstkonzept der Person eingegliedert ist. *Identifikation* bedeutet, dass das Ziel

immerhin noch zu den Werten der Person passt, zielgerichtetes Verhalten macht jedoch nicht unbedingt Spaß. Dennoch genügt die Übereinstimmung zu den eigenen Werten („value congruence“, Little, 1989), um persönliche Ressourcen und Energie zu mobilisieren. Stärker in Richtung Fremdbestimmtheit geht die *Introjektion*. Introjeziertes Verhalten wird ausgeführt, weil man sich schuldig oder ängstlich fühlen würde, wenn man es nicht täte. Ziele werden von außen aufgenommen und nicht mehr als zur eigenen Person gehörig erlebt. Das äußerste Maß an Fremdbestimmung sind *external* kontrollierte Ziele. Die Person handelt in der Erkenntnis, dass allein Anforderungen aus der Umwelt die Ursache für ihr Verhalten ist. Sie verspricht sich Belohnungen wie Geld, Lob oder Anerkennung und befürchtet bei Unterlassung Bestrafung.

Sheldon und Elliot (1999) greifen diese Idee in ihrem Selbstkonkordanz-Modell auf und nehmen an, dass Ziele, die den Interessen und Werten einer Person entsprechen, positive Auswirkungen auf die Zielverwirklichung und auf das Befinden haben: Bei kongruenten Zielen investieren Menschen mehr Anstrengung und Ressourcen, was die Zielverwirklichung vorantreibt. Kognitive und emotionale Prozesse werden automatisch angeregt und Handlungen nach Unterbrechungen wieder aufgenommen, kurzum: Selbstbestimmte Ziele werden erfolgreich umgesetzt (auch Ryan, Sheldon, Kasser & Deci, 1996; Sheldon & Elliot, 1999) und führen im Gegensatz zu fremdbestimmten Zielen zu gutem Wohlbefinden (Sheldon & Kasser, 1998). Nach Sheldon und Elliot (1998) fehlt es Zielen, die nicht zum Selbstsystem passen, an Energie zur Umsetzung, mögen sich die Probanden ihnen gegenüber noch so verpflichtet fühlen. Die Zielverfolgung wird als anstrengend erlebt und erfordert den Einsatz willentlicher Kontrolle. Die Autoren beschreiben den Sachverhalt, dass nicht alle persönlichen Ziele aus der Person mit ihren Motiven selbst stammen, durch den Titel eines Aufsatzes: „Not all personal goals are personal.“

Nun hat Langens (2002) folgenden Vorschlag gemacht, wie der Grad der Selbstbestimmtheit mit den Motivrichtungen Hoffnung und Furcht in Beziehung steht: Introjierte Ziele sollen von Furchtmotiven generiert sein, da sie auf die Vermeidung von Schuldgefühlen gerichtet sind. Identifizierte und internalisierte Ziele stehen mindestens mit den Werten der Person in Einklang oder sind sogar völlig in das Selbstkonzept integriert. Sie sollen durch Hoffnungsmotive unterstützt sein. Demnach entspringen selbstbestimmte Ziele einem Hoffnungsmotiv und beschreiben eine annähernde Tendenz, fremdbestimmte Ziele sind in einem Furchtmotiv begründet und haben meidenden Charakter.

Wir haben bereits in der Einführung des Modells darauf hingewiesen, dass wir über den Ursprung annähernder und vermeidender Ziele eine andere Auffassung vertreten.

Das Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotiv führt zur Bildung annähernder *und* vermeidender Ziele, da beide als konkrete Teilziele im Dienste des übergeordneten Motivziels nützlich sein können. Da selbstbestimmte Ziele durch das Charakteristikum definiert sind, dass sie durch ein Motiv unterstützt werden, rechnen wir auch - um die Argumentation konsequent fortzusetzen - Vermeidungsziele zu diesen. Anschließthematische Annäherungs- *und* Vermeidungsziele sind für hoch Anschlussmotivierte *selbstbestimmt*. Wir kommen auf diese Argumentation zurück.

### **Zusammenfassung**

Zwei Aussagen aus diesem Kapitel über Motive, Ziele und die Zielumsetzung sind wichtige Punkte für unser Modell:

- Motive und Ziele stehen in hierarchischer Beziehung zueinander. Motive generieren Ziele, die auf einem niedrigeren Abstraktionsniveau anzusiedeln sind und so leichter in Verhalten umgesetzt werden können.
- Ziele, die durch ein Motiv unterstützt werden (selbstbestimmte Ziele) lassen sich leichter umsetzen als fremdbestimmte Ziele.

## KAPITEL 5

### DIE FUNKTION VON ANNÄHERUNGS- UND VERMEIDUNGSZIELEN IN DER HIERARCHIE VON MOTIVEN UND ZIELEN

In diesem Abschnitt werden wir bisherige Annahmen über den Charakter von Annäherungs- und Vermeidungszielen und ihre Beziehung zu Motiven grob nachzeichnen. Mit der für unser Modell zentralen Unterscheidung in *grundsätzliche* und *strategische* Ziele nehmen wir eine konträre Position, vor allem bezogen auf die Funktion von Zielen in einer komplexen Motiv - Ziel - Hierarchie, ein.

#### **Bisherige Annahmen über Annäherungs- und Vermeidungsziele und ihre Beziehung zu Motiven**

Theorien über aufsuchende und meidende Zielsetzungen stammen überwiegend aus der Leistungsmotivationsforschung und gehen von zwei Annahmen aus, denen wir schon bei der Einführung unseres Modells widersprochen haben.

Die erste betrifft die Konsequenzen von Vermeidungszielen: Sie sollen generell negative Auswirkungen auf das Befinden und die Leistung haben (z.B. Carver & Scheier, 1998; Elliot, Sheldon & Church, 1997). Die zweite betrifft mit der Auffassung einer Kongruenz von Motiv- und Zielrichtung die Ursprünge von Zielen: Sowohl die klassische (z.B. Atkinson, 1964) als auch die moderne Motivationspsychologie (z.B. Elliot & Sheldon, 1997) gehen davon aus, dass proximate Vermeidungsziele ihren Ursprung in Furchtmotiven, Annäherungsziele in Hoffnungsmotiven haben. Elliot und Church (1997) haben diese beiden Annahmen für die Leistungsmotivation in einem hierarchischen Modell aus Motiven und Zielen miteinander kombiniert. Wir werden auf dieses Modell ebenfalls kurz eingehen und es unserem hierarchischen Anschlussmotivationsmodell gegenüberstellen. Schildern wir die beiden Annahmen und das hieraus abgeleitete Modell auf der Basis einiger aktueller Arbeiten näher und erläutern anschließend unsere alternative Auffassung zu Zielen und ihre Beziehung zu Motiven.

Zunächst zu den angenommenen negativen Konsequenzen von Vermeidungszielen.

Vermeidungsziele sollen im Vergleich zu Annäherungszielen negative Effekte auf Leistungsmaße haben (Elliot & Harackiewicz, 1996), sollen zu geringerer Persistenz bei schwierigen Aufgaben führen (Ruvolo & Markus, 1992) und die intrinsische Motivation beeinträchtigen (Elliot & Church, 1997; Elliot & Harackiewicz, 1996). Roney, Higgins und Shah (1995) untersuchten beispielsweise die Leistungen bei Anagrammaufgaben in Abhängigkeit einer konkreten aufsuchenden oder meidenden Zielsetzung.

Ein Teil ihrer Probanden sollte sich vornehmen, eine bestimmte Anzahl von Anagrammaufgaben zu lösen und ein anderer Teil sollte verhindern, eine bestimmte Anzahl *nicht* lösen zu können. Die Versuchsteilnehmer der Vermeidungsbedingung lösten weniger Aufgaben und persistierten weniger lang bei unlösbaren Anagrammaufgaben als Probanden mit positiv formuliertem Ziel.

Vermeidungsziele sollen sich zudem negativ auf das Befinden und auf Einstellungen zur eigenen Person auswirken. Elliot und Sheldon (1997) fanden, dass Vermeidungsziele über ein Semester die Lebenszufriedenheit, das Gefühl persönlicher Kontrolle und das Selbstwertgefühl ihrer studentischen Probanden minderten und das subjektive Wohlbefinden beeinträchtigten. Zudem war die Zufriedenheit mit den Zielfortschritten geringer und die Zielverfolgung machte weniger Spaß. Eine hohe Anzahl meidender Anliegen steht zudem in negativer Beziehung zu positivem Affekt (Klinger, Barta & Maxeiner, 1980) und in positiver Beziehung zu Depression (Coats, Janoff-Bulman & Alpert, 1996).

Als Erklärung für die negativen Auswirkungen von Vermeidungszielen wird ein Regulationsfokus angeführt, der sich von dem der annähernden Ziele unterscheidet. Annäherungsziele richten auf positive Ergebnisse oder Zustände aus, die es zu erreichen gilt, Vermeidungsziele fokussieren auf negative Ergebnisse, die abgewendet werden müssen. Hindernisse lösen ein Gefühl der Bedrohung und Angst aus und die Gedanken kreisen um ein mögliches Scheitern. Eine ständige Ausrichtung der Aufmerksamkeit auf negative Ereignisse führt zu den oben berichteten Beeinträchtigungen des Befindens und effektiver Handlungsstrategien und vermindert so die Wahrscheinlichkeit erfolgreichen Verhaltens.

Als vermittelnde Variable des Zusammenhangs von Vermeidungszielen und negativen Konsequenzen wurde eine geringe Wahrnehmung von Zielfortschritten angeführt (Elliot, Sheldon & Church, 1997), die sich daraus ergibt, dass Vermeidungsziele im Gegensatz zu Annäherungszielen das Verhalten nicht in eine spezifische Richtung, sondern nur von einem Zustand weg lenken (Carver, 1996) und dass die Abwesenheit negativer Zielzustände schlechter wahrnehmbar ist als die Anwesenheit positiver Konsequenzen (Wegner, 1994). Eine weitere Mediatorvariable ist die wahrgenommene mangelnde Kompetenz während der Zielannäherung (Elliot & Sheldon, 1997) und das Gefühl, dass die Zielverfolgung nicht der eigenen Kontrolle obliegt, sondern von außen vorgegeben wird (Elliot & Sheldon, 1998).

Der Zusammenhang von Zielausrichtung und dem Wohlbefinden ist nach diesen Untersuchungen also einseitig: Während Annäherungsziele mit Zielfortschritten und gu-

tem Befinden verbunden sind, führen Vermeidungsziele durch die Fokussierung auf negative Ereignisse zu negativen Konsequenzen.

Bevor wir zu dieser Annahme - immer bezogen auf das Anschlussmotiv - eine Gegenposition einnehmen, kommen wir zu der zweiten Position, die gängigen Vorstellungen über Annäherungs- und Vermeidungszielen zugrunde liegt: Annäherungsziele sollen ihren Ursprung in einem Hoffnungsmotiv, Vermeidungsziele ihren in einem Furchtmotiv haben. Die Annahme hierarchischer Modelle der Motivation, nach denen Ziele konkrete Repräsentationen von abstrakten Motiven sind (McClelland, 1951; Emmons, 1989), wird also auf die Richtung von Motiven und Zielen übertragen. So sollen auch leistungsthematische Annäherungs- und Vermeidungsziele Manifestationen zugrundeliegender Erfolgs- oder Misserfolgsmotive sein (Elliot & Sheldon, 1997). Personen, die ständig die Möglichkeit eines Misserfolgs in Betracht ziehen, wählen mit Vermeidungszielen eine Regulationsform, um dieses negative Ereignis abzuwenden. Hoffnung-auf-Erfolg führt entsprechend zu einer annähernden Zielsetzungsstrategie. Es besteht also eine *Kongruenz* von Motivrichtung und Zielrichtung: Vermeidungsziele werden von Furchtmotiven, Annäherungsziele von Hoffnungsmotiven generiert.

Die Annahme einer engen Bindung von Zielen an überdauernde Motive impliziert, dass auch die Zielsetzungsstrategien relativ stabile Regulationsformen darstellen. Diese Vorstellung teilt auch Higgins (1987, 1997), indem er annimmt, dass dispositionelle Regulationsfoki menschliches Verhalten bestimmen: Ein „promotion focus“ beschreibt das Bestreben, die Diskrepanz zwischen dem aktuellen und einem idealen Selbst zu verringern. Es werden aufsuchende Ziele verfolgt, die Anerkennung bringen, die Wahrnehmung richtet sich auf ein positives Endziel. Ein „prevention focus“ hingegen meint das Bestreben zu verhindern, nicht so zu sein, wie man sein sollte. Die Selbstregulation bezieht sich also darauf, ein „ought-self“ zu erreichen. Es werden Ziele verfolgt, die Sicherheit bringen. Die Regulationsfokus-Theorie nimmt nun an, dass aufsuchende und meidende Foki *überdauernde* Personvariablen, also Dispositionen sind, die durch frühe Erfahrungen mit Lust und Unlust in der Interaktion mit den Eltern oder anderen frühen Bezugspersonen entstehen (Higgins, 1997). Es bilden sich also in der Kindheit stabile Regulationsfoki im Sinne von Eigenschaften heraus, die *entweder* auf Sicherheit und Verantwortung gerichtet sind und sich in der Bestrebung äußern, das Nichterreichen positiver Zustände zu vermeiden („prevention focus“) *oder* aber die positive Bestrebungen und den Wunsch, Leistung zu erbringen, beinhalten („promotion focus“).

Elliot und Thrash (2002) betonen mit der Unterscheidung in „approach-“ und „avoidance temperaments“ ebenfalls die Stabilität von Aufsuchen- oder Meidentendenzen.

Sie nehmen an, dass sich einige Persönlichkeitseigenschaften faktorenanalytisch den beiden Dimensionen aufsuchende und meidende Temperamente zuordnen lassen. Tatsächlich bildeten in ihrer Untersuchung beispielsweise Extraversion und positive Emotionalität, denen beiden eine neurobiologische Sensibilität gegenüber positiven Stimuli zugrunde liegt, einen Faktor „approach temperaments“ und Neurotizismus und negative Emotionalität, denen die Sensibilität gegenüber negativen Reizen gemeinsam ist, den Faktor „avoidance temperaments“. Sie nahmen zudem eine Symmetrie der Valenz der „Temperamente“ und leistungsthematischer Ziele an: Ein aufsuchendes Temperament ist ein positiver Prädiktor für Annäherungsziele, ein meidendes hängt in erster Linie mit Vermeidungszielen und eingeschränkt mit Annäherungszielen zusammen.

Die beiden geschilderten Annahmen einer Kongruenz von Motiv- und Zielrichtung und den negativen Auswirkung von Vermeidungszielen halten Elliot und Church (1997) in einem hierarchischen Modell positiver und negativer Leistungsmotivation fest. Sie unterscheiden drei Zieltypen: Bewältigungsziele („mastery goals“) richten sich darauf, Kompetenzen zu entwickeln; mit annähernden Leistungszielen („performance-approach goals“) sollen positive Urteile eigener Kompetenz erreicht und mit meidenden Leistungszielen („performance-avoidance goals“) negative Urteile vermieden werden (Elliot & Harackiewicz, 1996). Positive Leistungsmotivation, die auf die Möglichkeit eines Erfolges ausrichtet (McClelland et al., 1953), sollte zur Bildung von annähernden Bewältigungs- und Leistungszielen führen, Furcht-vor-Misserfolg zur Wahl meidender Leistungsziele. Als Ergänzung zu der strikt symmetrischen Annahme von Motiv- und Zielrichtung nehmen die Autoren an, dass *annähernde* Leistungsziele ebenso dazu dienen können, *Misserfolge zu vermeiden* und aus diesem Grunde auch von Furcht-vor-Misserfolgsmotivierten gewählt werden. Sie lehnen sich mit dieser Annahme an Grays (1987) Konzept der aktiven Vermeidung, nach dem das Bestreben, negative Konsequenzen zu vermeiden, seinen Ausdruck häufig auch in annäherndem Verhalten findet. Hohe und niedrige Erwartungen eigener Kompetenz sollten unabhängig von den Motivrichtungen ebenfalls zur Generierung von entweder Annäherungs- oder Vermeidungszielen führen. Das Modell macht die folgenden Aussagen zum Ursprung und den Folgen der beiden Annäherungsziele und dem Vermeidungsziel: Bewältigungsziele liegen allein in einem positiven Leistungsmotiv oder in hohen Kompetenzerwartungen begründet und haben eine Steigerung intrinsischer Motivation zur Folge, nehmen aber auf Leistungsmaße wie Schulnoten keinen Einfluss. Vermeidende Leistungsziele haben ihren Ursprung allein in der Furcht-vor-Misserfolg oder niedriger Kompetenzerwartung und sollten sowohl intrinsische Motivation als auch die

Schulleistung mindern. Annähernde Leistungsziele werden hingegen vom positiven *oder* negativen Leistungsmotiv generiert und sollten positive Effekte auf die Noten, jedoch keine auf die intrinsische Motivation haben. Das Modell wurde als pfadanalytisches Modell konzipiert und an einer studentischen Stichprobe überprüft. Die Autoren fanden die Annahmen sowohl für die Ursprünge als auch für die Konsequenzen von Vermeidungszielen bestätigt: Vermeidungsziele entspringen demnach einem Furchtmotiv und haben negative Folgen.

### **Generelle und strategische Ziele: Anschluss thematische Annäherungs- und Vermeidungsziele in der Motiv-Ziel-Hierarchie**

Mit unserem hierarchischen Modell der Anschlussmotivation vertreten wir andere als die oben angeführten Auffassungen über den Charakter und den Ursprung von Annäherungs- und Vermeidungszielen. Erstens sprechen wir uns dagegegen aus, dass Vermeidungsziele generell negative Konsequenzen haben und zweitens, dass Menschen *entweder* aufsuchende *oder* meidende Zielsetzungsstrategien im Sinne eines stabilen Merkmals verfolgen. Wir schreiben anschluss thematischen Annäherungs- und Vermeidungszielen andere Funktionen in der Hierarchie von Motiven, Zielen und Verhalten zu und weichen so mit unserem Modell von den Modellannahmen des erwähnten hierarchischen Leistungsmotivationsmodell ab.

Betrachten wir die einzelnen Punkte genauer.

Mit der Annahme, dass Furcht die Zielumsetzung blockiert und abträglich für das Befinden ist, stimmen wir noch überein, trennen uns aber von der Schlussfolgerung, dass dieser Zusammenhang über Vermeidungsziele vermittelt sein soll. Wir gehen von einem hierarchischen Modell von übergeordnetem Motivziel und untergeordneten proximalen Zielen aus, das unterschiedliche Zugangsweisen zum Anschlussmotivziel erlaubt und sogar erfordert. Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungs-motivierte wählen proximate Annäherungs- *und* Vermeidungsziele. Das abstrakte Motivziel besteht in einer Annäherung und kann am besten erreicht werden, wenn die ihm untergeordneten konkreten Teilziele flexibel in zwei Richtungen gehen können. Eine *Kongruenz* von Motiv- und Zielrichtung würde die Flexibilität der Zielwahl Anschlussmotivierter erheblich einschränken und Möglichkeiten situationsangemessenen Verhaltens beschneiden. Annäherungs- und Vermeidungsziele sind also nicht nur das Offensichtlichwerden annähernder oder meidender Motivtendenzen, sondern erfüllen eine *Funktion* bei der Annäherung an ein distales Ziel. Sie stellen verschiedene Wege dar, um dem gewünschten positiven Ziel des Anschlussmotivs näher zu kommen. Die Verfügbarkeit zweier Zielrichtungen ermöglicht die Anpassung an komplexe zwi-

schenmenschliche Interaktionen, die eben nicht immer nur mit annäherndem Verhalten gelingt. Soziale Richtlinien und die Beschaffenheit des gesamten sozialen Prozesses bestimmen, ob annäherndes oder vermeidendes Verhalten als angemessen empfunden wird und somit erfolgreich ist oder nicht. Ein und dasselbe Verhalten kann in verschiedenen Situationen zu unterschiedlichen Ergebnissen führen. Wir haben in unserem anfänglichen Beispiel der Studienanfänger schon demonstriert, dass sowohl annäherndes als auch vermeidendes Verhalten je nach Begebenheit der sozialen Situation hilfreich und hinderlich sein kann, um Anschluss zu finden.

Wenn wir davon ausgehen, dass Annäherungs- und Vermeidungsziele die Funktion erfüllen, den Anschlussmotivierten dem übergeordneten Ziel näher zu bringen, besteht auch kein Grund mehr zu der Annahme, dass Vermeidungsziele dem Wohlbefinden per se abträglich sein sollen. Wenn sie dazu beitragen, sich dem Motivziel - wenn auch über einen Umweg - zu nähern, haben sie auch für das Wohlbefinden positive Konsequenzen. Für das häufig gefundene Missbefinden Furchtmotivierter machen wir allein die durch Furcht bedingte mangelnde Fähigkeit verantwortlich, Annäherungs- und Vermeidungsziele zur Selbstregulation zu nutzen. Zusammenfassend können also anslussthematische Annäherungs- und Vermeidungsziele - je nach Situationsangemessenheit - beide positive wie negative Konsequenzen haben.

Mit unserer Unterscheidung in *grundsätzliche* und *strategische* Ziele (s.o.) betrachten wir also Ziele unter dem Gesichtspunkt der Funktionalität für das übergeordnete Motivziel. Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte sind zuversichtlich, vertrauensvolle Beziehungen aufbauen zu können und neigen *grundsätzlich* dazu, sich annähernde Ziele zu setzen, wenn die sozialen Gegebenheiten hierzu den Freiraum lassen, Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte wählen *grundsätzlich* meidende Ziele. Legen soziale Situationen jedoch nahe, *strategische* Ziele zu setzen, die der Situation angemessener sind, wird der grundsätzlichen Zielrichtung nicht entsprochen und stattdessen das Ziel verfolgt, das im Sinne des übergeordneten Motivziels die größtmögliche Annäherung verspricht.

Die Annahme, dass Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte sich grundsätzliche *und* strategische Annäherungs- und Vermeidungsziele setzen, widerspricht der Annahme einer Kongruenz von Motiv- und Zielrichtung: Furchtmotivierte verfolgen nicht nur Vermeidungsziele im Sinne einer stabilen Disposition und Hoffnungsmotivierte nicht nur Annäherungsziele. Auch die Autoren des hierarchischen Leistungsmotivationsmodells haben die Annahme einer strikten Kongruenz von Motiv- und Zielrichtung aufgeweicht, indem sie annehmen, dass Annäherungsziele („performance-approach goals“) durchaus auch in einer meidenden Mo-

tivrichtung begründet liegen können (Elliot & Church, 1997). Annäherungsziele kommen demnach auch als Mittel zur Vermeidung negativer Konsequenzen in Frage. Warum sollten nun nicht auch, wie wir es annehmen, umgekehrt Vermeidungsziele zur Erreichung positiver Konsequenzen nützlich sein? Mit der Ablehnung der beiden zentralen Annahmen des hierarchischen Leistungsmotivationsmodells kann auch das Modell als Ganzes nicht auf das Anschlussmotiv übertragen werden.

Elliot und McGregor (1999) integrieren in einem weiteren Modell das Konstrukt der Prüfungsangst in ihr hierarchisches Modell. Sie nehmen eine herkömmliche Unterscheidung in Angst als Zustand und Angst als Disposition (Spielberger, 1972) auch für die Prüfungsangst an und setzen die dispositionelle Angst mit Furcht-vor-Misserfolg gleich. Beide sollen gemäß des hierarchischen Leistungsmotivationsmodells zur Generierung von annähernden und meidenden Leistungszielen („performance approach goals“) führen. Nur Vermeidungsziele sollen nun jedoch in Prüfungssituationen zur Entstehung von Zustandsangst führen, die wiederum negativ auf die Prüfungsleistung wirkt. Vermeidungsziele sollen auf die Möglichkeit eines Misserfolgs fokussieren und so zur Auslösung von Angst führen, während Annäherungsziele auf positive Ereignisse ausrichten und die Angst ausbleibt. Die Autoren konnten ihre in ein pfadanalytisches Modell integrierten Annahmen bestätigen: Furcht-vor-Misserfolg hängt positiv mit der Wahl annähernder *und* meidender Leistungsziele zusammen. Annäherungsziele wirken direkt positiv auf die Prüfungsleistung, bei Vermeidungszielen mediiert hingegen die Zustandsangst die negativen Auswirkungen auf die Examensleistung. Bei Furchtmotivierten kommt es also in Abhängigkeit einer meidenden oder annähernden Zielsetzung zur Entstehung oder zum Ausbleiben von Angst mit den entsprechenden negativen oder positiven Konsequenzen.

Mit einer solchen Annahme, spricht das Modell der Richtung der leistungsthematischen *Zielsetzung* eine stärkere Wirkung auf das Verhalten und Befinden in der aktuellen Situation zu als der zugrundeliegenden *Disposition*: Probanden mit hoher dispositioneller Prüfungsangst (beziehungsweise Furcht-vor-Misserfolg) brauchen sich nur leistungsthematische Annäherungsziele zu setzen, damit in den spezifischen Leistungssituationen die hinderliche Zustandsangst ausbleibt. All die Hinweisreize in der Prüfungssituation selbst regen die dispositionelle Misserfolgsschreck - laut Modell - nicht an.

Übertragen auf den Anschlusskontext würde dies bedeuten, dass bei Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten nur dann in sozialen Situationen Furcht entstehen dürfte, wenn sie sich ein Vermeidungsziel gesetzt haben. Bei der Verfolgung eines Annäherungsziels sollte die ihnen typische soziale Furcht einfach ausbleiben. Dem widerspre-

chen wir jedoch und gewichten den Einfluss der Ziele und der Disposition auf Verhalten und Befinden anders: In anschlussThematischen Situationen kommt es bei Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten automatisch zu einer Anregung von Furcht, und zwar unabhängig davon, welches Ziel verfolgt wird. Unterstützt wird diese Annahme durch Untersuchungen zur Prüfungsangst, die zeigen, dass die Reize der spezifischen Situation zu einer erhöhten körperlichen Aktivierung, zum subjektiven Furchterleben und zu dysfunktionalen Gedanken führen (Sarason, 1960). Bezogen auf das Anschlussmotiv sind es also die Hinweisreize der sozialen Situation, die bei einem Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten Furcht auslösen, während sie bei einem Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten zu Zuversicht führen. Auch biologische Erklärungen für interindividuell unterschiedliche Reaktionen auf dieselben Stimuli sprechen für diese Annahme: Einige Autoren (z.B. Davidson, Ekman, Saron, Senulis & Friesen, 1990) fanden bei Stimuli, die Zurückweisungsemotionen wie Furcht oder aber Hoffnungsemotionen auslösen, unterschiedliche Hirnregionen aktiv. Die linke präfrontale Region mediiert Zurückweisungsemotionen, die rechte präfrontale Region Hoffnungsemotionen. Die weitere Schlussfolgerung, dass es dispositionelle Unterschiede im Aktivationsniveau der linken oder rechten präfrontalen Region geben könnte, die den Einfluss von Umweltstimuli auf die Emotionen mediierten (z.B. Kosslyn, Cacioppo, Davidson, Hugdahl, Lovallo, Spiegel & Rose, 2002), würde auch erklären, warum in anschlussThematischen Situationen einige Menschen Furcht und andere Zuversicht empfinden. Hinweise auf eine biologische Basis für die emotionale Reaktion auf Stimuli sprechen also ebenfalls dagegen, dass die Furchtemotion in sozialen Situationen durch eine aktuelle aufsuchende Zielsetzung einfach unterdrückt werden kann. Die Verfolgung eines Annäherungsziels kann die Furcht vor einer Zurückweisung nicht einfach ausschließen, die Disposition also völlig in den Hintergrund rücken. Wenn die Ziele eine so starke Auswirkung auf das situationsspezifische Befinden hätten wie von den Autoren angenommen, müssten dann nicht auch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte, die ein Vermeidungsziel verfolgen, in sozialen Situationen plötzlich Zurückweisungsfurcht empfinden?

Auch das Modell von Elliot & Thrash (2002) lehnen wir also zur Erklärung von Verhaltens- und Befindensunterschieden Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter ab und bleiben bei unserer Argumentation, dass anschlussThematische Annäherungs- und Vermeidungsziele als grundsätzliche oder strategische Teilziele genutzt werden können, um dem übergeordneten Motivziel näher zu kommen, dass sie aber keine Auswirkungen auf die in sozialen Situationen entstehende Furcht haben.

Kommen wir an dieser Stelle noch einmal auf die Unterscheidung in *selbst-* und *fremdbestimmte* Ziele zurück und bringen sie mit unseren Begriffen der *grundsätzlichen* und *strategischen* Ziele in Verbindung. Selbstbestimmte Ziele beruhen auf Motiven von Personen, fremdbestimmte Ziele werden hingegen verfolgt, weil es die Umwelt verlangt, auf seiten der Person gibt es kein entsprechendes Motiv.

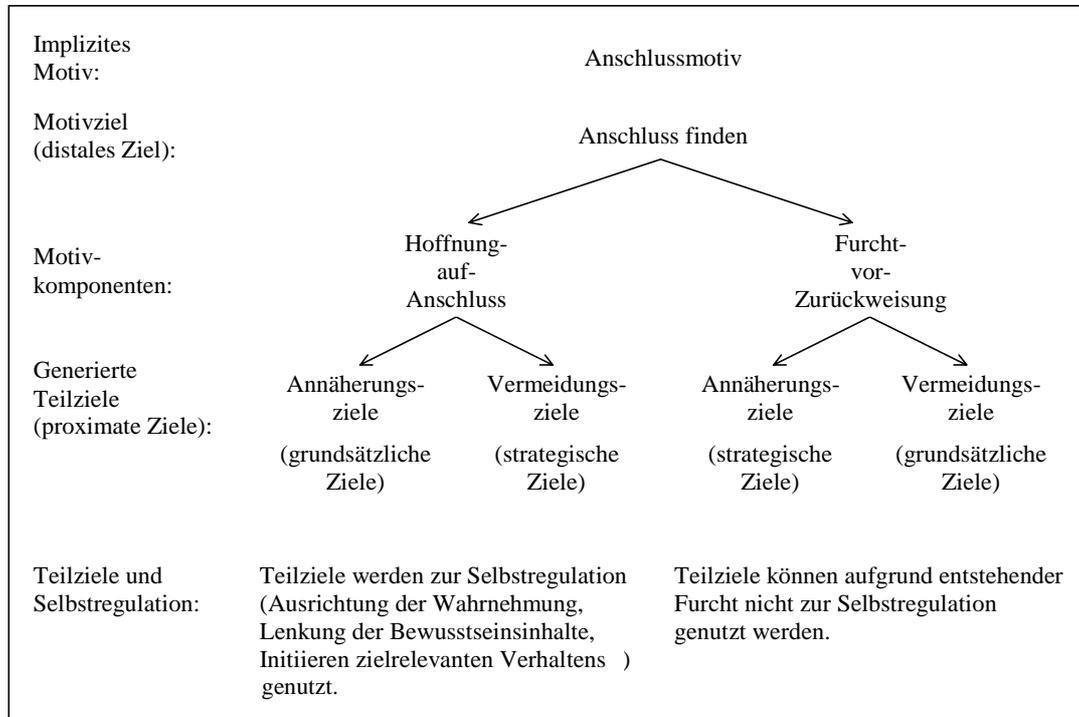
Wir haben nun argumentiert, dass Annäherungs- und Vermeidungsziele beide gleichermaßen von einem impliziten Anschlussmotiv generiert werden. Egal ob sie der grundsätzlichen Motivrichtung entsprechen oder strategisch eingesetzt werden - sie sind Manifestationen eines abstrakten Motivs. Die Unterscheidung in grundsätzliche und strategische Ziele ist also eine Differenzierung *innerhalb* der Klasse der *motivgestützten* Ziele. Auch wenn bei der Generierung der Ziele die soziale Umwelt Einfluss nimmt, indem sie bei der Zielbildung mitberücksichtigt werden muss, wird die Zielwahl doch durch das Anschlussmotiv energetisiert. Grundsätzliche und strategische Annäherungs- und Vermeidungsziele sind also motivgestützt und somit selbstbestimmt.

Als selbstbestimmte Ziele sind mit Annäherungs- und Vermeidungszielen auch die positiven Konsequenzen für deren Verwirklichung verbunden: Selbstbestimmte Ziele richten die Aufmerksamkeit und Wahrnehmung aus (z.B. Klinger, 1975). So sind Menschen beispielsweise sensitiver gegenüber akustischen Hinweisen, die mit ihren Zielen zusammenhängen (Corteen & Wood, 1972; Luria & Vinogradova, 1959). Probanden geben an, dass zielbezogene Objekte größer und heller erscheinen als sie sind (Gilchrist & Nesberg, 1952) und sie interpretieren mehrdeutige Stimuli als bedürfnisbezogene Objekte (Atkinson & McClelland, 1948). Zudem energetisieren selbstbestimmte Ziele das Verhalten (Pervin, 1982) und lenken die Inhalte des Bewusstseins (Klinger, 1996): Hinweisreize einer Situation, die mit gegenwärtigen Zielen in Zusammenhang stehen, bringen das Ziel automatisch ins Bewusstsein. Die innere Zielverpflichtung schafft einen Zustand, der darauf aus ist, ständig nach diesem Ziel zu streben und es trotz Schwierigkeiten und über eine längere Zeitdauer aufrecht zu erhalten.

Die *Ausrichtung der Wahrnehmung*, das *Initiieren zielrelevanten Verhaltens* und die *Lenkung der Bewusstseinsinhalte* spiegeln die *Selbstregulation durch Zielsetzungen* wider. Diese Regulation gelingt nach unserer Argumentation jedoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte nicht in gleichem Maße. Bei Zurückweisungsfüchtenden wird die Regulation durch Furcht blockiert, und auch selbstbestimmte Ziele machen hier keine Ausnahme. Auch sie können nicht verhindern, dass in sozialen Situationen Furcht entsteht, die die kognitive Kapazität und so-

mit auch die Verhaltenseffektivität einschränkt. Eine effiziente Regulation der Wahrnehmung, der Bewusstseinsinhalte und der Initiierung von Verhalten durch die Zielsetzung ist den Anschlusszuversichtlichen vorbehalten.

Die folgende Abbildung fasst diese Annahmen noch einmal zusammen.



**Abbildung 5.1.** Zielsetzungen Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter und die Nutzung der Ziele zur Selbstregulation.

Im folgenden Methodenteil werden wir auf die drei Korrelate der Selbstregulation durch Zielsetzungen ausführlicher eingehen, zunächst jedoch ein Rückblick auf die bisherigen Kapitel.

## Zusammenfassung

Mit den vorangegangenen Abschnitten haben wir unsere Modellannahmen dargestellt und in die bestehende Motivationsforschung eingebettet. Fassen wir die wichtigsten Punkte, bezogen auf unser Modell, noch einmal zusammen:

- Wir haben erläutert, dass Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte das gleiche Motivziel haben. Beide sind darum bemüht, Anschluss zu finden. Das Anschlussmotiv als das Bedürfnis nach warmen zwischenmenschlichen Beziehungen veranlasst dazu, sich in Situationen zu begeben, in denen das Motiv befriedigt werden kann: Anschlussmotivierte suchen Gelegenheiten auf, um mit anderen in Kontakt zu treten.
- In den sozialen Situationen selbst muss dann beurteilt werden, wie dem Motivziel hier am besten näher zu kommen ist. Es werden proximate Teilziele generiert, die der spezifischen Situation angemessen sind, also beispielsweise sozialen Verhaltensvorschriften gerecht werden. Diese Ziele richten das Verhalten direkt aus.
- Die Wahl des proximativen Ziels verlangt nicht notwendigerweise Bewusstheit im Sinne eines durchdachten Schachzuges, sondern stellt das Ergebnis einer automatisch stattfindenden Analyse von Merkmalen der Situation dar. Die Ziele können jedoch, wenn nach ihnen gefragt wird, bewusst repräsentiert werden. Wir machen uns dies in unseren empirischen Untersuchungen zunutze und variieren die konkreten Teilzielsetzung experimentell.
- Wir haben uns zudem gegen die Annahme gerichtet, dass proximate Vermeidungsziele zwingend negative Konsequenzen haben müssen und nehmen statt dessen an, dass sie ebenso gut wie Annäherungsziele als Mittel eingesetzt werden können, um dem übergeordneten Motivziel näher zu kommen. Die Verfolgung beider Zieltypen erhöht die Flexibilität bei der Annäherung an das Motivziel. Die Ziele können entweder der Richtung der stärkeren Motivtendenz entsprechen (grundsätzliche Ziele), oder aber als strategische Ziele zur Zielannäherung beitragen (strategische Ziele). Strategische Ziele werden in Situationen relevant, die durch soziale Normen relativ eng festlegen, welches Verhalten angemessen oder unangemessen ist.
- Annäherungs- und Vermeidungsziele und die mit ihnen verbundenen Verhaltensweisen werden von Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten gewählt, es besteht also keine *Kongruenz* von Motiv- und Zielrichtung.

- Beide Zieltypen wirken im Sinne des übergeordneten Motivs und sind somit selbstbestimmt. Als selbstbestimmte Ziele bringen sie eine Reihe von Vorteilen mit sich, indem sie die Aufmerksamkeit auf zielrelevantes Material fokussieren, passendes Verhalten energetisieren und die Inhalte des Bewusstseins lenken. Dies bezeichnen wir als gelungene Selbstregulation durch Zielsetzungen.
- Die Verhaltensregulation durch spezifische Teilziele erfolgt direkt. Ein Annäherungsziel muss sich in annäherndem, ein Vermeidungsziel in meidendem Verhalten äußern.
- Die Umsetzung der Ziele verlangt kognitive Kapazität. Furcht blockiert diese und behindert so die Selbstregulation durch Zielsetzungen.
- Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten gelingt es aus diesem Grunde weniger gut, sich gemäß ihrer Zielsetzung zu verhalten. Sie zeigen genauso häufig zielrelevantes wie zielirrelevantes Verhalten. Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte können hingegen ungehindert konkrete Annäherungs- und Vermeidungsziele in Verhalten umsetzen. Ihnen gelingt die Selbstregulation durch Zielsetzungen, Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten nicht.
- Das Wohlbefinden bestimmt sich nicht durch die Richtung der Ziele, sondern durch den Erfolg bei ihrer Umsetzung. Unabhängig von der Art der Zielsetzung sollten Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte über gutes Befinden berichten, Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte sollten hingegen Beeinträchtigungen ihres emotionalen und psychischen Befindens angeben.

## KAPITEL 6

### METHODEN ZUR ERFASSUNG ANSCHLUSSTHEMATISCHER WAHRNEHMUNGS- UND VERHALTENSKORRELATE

Nach der Darstellung modellrelevanter Theorie betrachten wir nun einige methodische Gesichtspunkte näher. In den vorangegangenen Abschnitten fanden sich Untersuchungen, die das Anschlussmotiv mit den unterschiedlichsten Verhaltens- und Befindensmaßen in Beziehung setzten. In den meisten Fällen wurde lediglich Verhalten registriert, das die Probanden spontan in ihrem Alltagsleben zeigten. Gleichzeitig beschränken sich die Untersuchungen auf minimale Auszüge anschlussmotivierten Verhaltens, die leicht messbar sind, indem zum Beispiel die Anzahl von Briefen ausgezählt oder Zeiten, die Vorgesetzte mit ihren Mitarbeitern verbringen, gemessen wurden. Neben der sehr engen Operationalisierung anschlussmotivierten Verhaltens mangelt es zudem an Untersuchungen, in denen anschlussthematisches Verhalten evoziert und als abhängiges Maß einer Bedingungsvariation gemessen wird. Die Ursache für diese Einschränkungen liegt vermutlich in der Schwierigkeit, komplexes anschlussthematisches Verhalten der Messung zugänglich zu machen und in einem allgemeinen Problem der Datenerhebung: Die Erfassung von Verhalten in Realsituationen stellt zwar eine valide Messung dar, verfehlt jedoch den Anspruch an die Kontrolle und Standardisierung der Untersuchungsbedingungen. Das Nachstellen sozialer Szenarien im Labor erlaubt wiederum nur Aussagen über einen eng umgrenzten Verhaltensbereich und wird der Komplexität sozialer Situationen nicht gerecht. Wir werden eine Methode zur Erfassung anschlussmotivierten Verhaltens vorstellen, mit der wir diese Probleme umgehen können.

Unsere Operationalisierung zielbezogenen anschlussmotivierten Verhaltens beschränkt sich jedoch nicht nur auf Verhalten im engeren Sinne, sondern bezieht auch frühere Komponenten der Selbstregulation durch Ziele ein: Um sich zielrelevant verhalten zu können, müssen die Bewusstseinsinhalte gelenkt und die Wahrnehmung der Umwelt auf zielrelevante Inhalte ausgerichtet werden. Wir erheben also drei Parameter, mit denen wir die Selbstregulation durch Zielsetzungen abbilden. In den folgenden Abschnitten finden sich die von uns entwickelten entsprechenden Methoden zur Erfassung anschlussmotivierten *Verhaltens*, zielbezogener *Bewusstseinsinhalte* und anschlussthematischer *Wahrnehmung* näher beschrieben.

## **Anschluss-thematisches Verhalten in simulierten Sozialszenarien**

Bei der Messung von Verhalten lehnen wir uns an ein Vorgehen Sokolowskis (1986) an, der mit Hilfe eines simulierten sozialen Szenarios realitätsnah anschluss-thematische Kognitionen und Emotionen erfasste. Um eine Situation zu schaffen, die gewährleistet, dass anschlussbezogenes Emotionserleben und Kognitionen auch tatsächlich entstehen, wurde eine gelenkte Vorstellung realisiert. Die Probanden versetzten sich in die Hauptperson eines sozialen Szenarios, das über Dia- und Tonbändeinspielungen präsentiert wurde. Es schildert und illustriert durch eine Bilderserie die Zurückweisung der Hauptperson durch eine für sie wichtige Anschlussperson: In einem ersten Teil des Szenarios stellt sich der Proband vor, zu einer Feier eingeladen zu werden, bei der er ein Zusammentreffen mit einer attraktiven Anschlussperson erwartet. Der zweite Teil beschreibt das zeitliche Näherrücken der ersehnten Feier, der dritte Teil beinhaltet die zunächst erfolgreiche Kontaktaufnahme mit der Zielperson und eine anschließende unerwartete Zurückweisung. Abhängige Maße der Untersuchung waren Kognitionen und das Emotionserleben, das zu unterschiedlichen Zeitpunkten vor, nach und jeweils nach den drei Abschnitten des Sozialszenarios über den Selbstbericht und über physiologische Maße erhoben wurde. Neben den Motivmaßen wurden in der Untersuchung zwei Bedingungen experimentell variiert. Reduzieren wir die Komplexität der Untersuchung jedoch, indem wir die Zahl der unabhängigen Variable minimieren und nur die Haupteffekte des Anschlussmotivs betrachten. Wir greifen also nur die Befunde heraus, die uns helfen, die Methode der Szenariotechnik zu bewerten. Sie würde dann als erfolgreich gelten, wenn sie auf die Emotionen und Kognitionen Anschlussmotivierter Einfluss nähme und wenn sich zusätzlich mit ihr Unterschiede zwischen Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten zeigen ließen. Die Befunde Sokolowskis entsprechen diesen Bewertungskriterien: Zum einen ändert sich das Erleben Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter durch das Szenario. Die Probanden gaben nach dem Szenario an, verspannter, wütender und aufgeregter zu sein als vorher. Gleichzeitig fand sich eine Steigerung der körperlichen Aktivierung gemessen über die Herzfrequenz. Das Hineinversetzen in die mittels Bilder illustrierte anschluss-thematische Situation einer Zurückweisung vermochte also Emotionen hervorzurufen, die sich sowohl im subjektiven Erleben als auch physiologisch bemerkbar machten. Dies ist ein erster Hinweis für den Echtheitscharakter der Simulation, betrachten wir nun noch die motivspezifischen Unterschiede zu den einzelnen Abschnitten des Szenarios: Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte äußerten nach dem zweiten Teil des Szenarios, also vor dem Betreten der Feier, häufiger als Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte selbstbezoge-

ne Gedanken, die in erster Linie ihren Selbstzweifel ausdrückten. Mit der Annäherung an die Anschlussperson nahm ihre körperliche Aktiviertheit zu, die der Hoffnungsmotivierten sank. Sie gaben zudem nach dem Szenario an, verspannter zu sein als Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte und berichteten über größere Verzweiflung, nachdem sie die Zurückweisung erfahren hatten. Sowohl der allgemeine Einfluss des Sozialszenarios auf das emotionale Erleben, als auch die spezifische Wirkung auf Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte sprechen für die Güte der hier angewendeten Szenariotechnik.

Die positiven Ergebnisse veranlassten dazu, auch in dieser Arbeit mit simulierten Sozialszenarien zu arbeiten. Im Gegensatz zu dem beschriebenen Szenario, auf das die Probanden keinen Einfluss nehmen konnten, müssen wir ein anschluss-thematisches Setting inszenieren, bei dem unterschiedliches Verhalten der Probanden zutage treten und gemessen werden kann. Sokolowski (1986) interessierten Emotionen und Kognitionen Anschlussmotivierter, das hier vorgestellte hierarchische Anschlussmotivationsmodell verlangt die Registrierung von *Verhaltensmaßen*. Es müssen zum einen soziale Kontexte geschaffen werden, die für unsere studentische Stichprobe realistische Alltagsbegebenheiten darstellen und zum anderen eine Möglichkeit gefunden werden, annäherndes und meidendes anschluss-thematisches Verhalten zu messen.

Wenden wir uns zunächst der realistischen Gestaltung von Sozialszenarien zu. Für unsere studentischen Probanden schienen zwei soziale Szenarien geeignet, die wir in Geschichten festgehalten haben, in die sie sich hineinversetzen sollten. Die Geschichten fallen für unterschiedliche Versuchsbedingungen, auf die wir später zu sprechen kommen, etwas anders aus. Zur Darstellung der Szenariotechnik genügt jedoch eine kurze Schilderung des inhaltlichen Kerns der Geschichten, der für alle Probanden gleich ist: Der Proband soll sich als erstes in die Situationen hineinversetzen, von einem Freund gebeten zu werden, ihn auf eine Party zu begleiten, zu der er noch jemanden mitbringen kann (Partyszenario). Obwohl der Proband weiß, dass er niemanden außer seinem Freund dort kennen wird, entschließt er sich, zu der Party zu gehen. Am Abend der Feier betritt er den Partyraum in der Erwartung, dass sein Freund bereits auf ihn warten und ihn den anderen Gästen vorstellen wird. Der Freund ist aber noch nicht da und er steht inmitten vieler unbekannter Menschen.

Die zweite anschluss-thematische Geschichte spielt im universitären Kontext (Uniszenario). Die Probanden sollen sich vorstellen, an einem Sprachkurs teilnehmen zu wollen, weil sie sich dadurch Kontakt mit Studenten erhoffen, die ähnliche Interessen wie sie selbst haben. Die Teilnehmerzahl für den bereits begonnenen Kurs ist begrenzt und sie müssen sich neben anderen Mitbewerbern um den letzten freien Kursplatz bewer-

ben. Wer von den Bewerbern ausgewählt wird, hängt von den Sympathieeinschätzungen der bisherigen Kursteilnehmer ab. Der Proband und die anderen Bewerber finden sich am Auswahltag in einem Seminarvorraum ein, um sich dann später den Teilnehmern vorzustellen.

Die Fortsetzung der sozialen Szenarien wurde in einzelne Sequenzen untergliedert und durch Farbfotos illustriert. Hierzu wurden die einzelnen Szenen mit 10 (Partyszenario) beziehungsweise 13 (Uniszenario) männlichen und weiblichen Personen nachgestellt und abfotografiert. In beiden Geschichten befindet sich der Proband also in Situationen, in denen annähernde und meidende anschlussthematische Tendenzen zum Tragen kommen können. Es ist möglich, sich zurückzuhalten, um nicht unangenehm aufzufallen und auf andere zuzugehen, um neue Bekanntschaften zu schließen.

Im Gegensatz zu der Untersuchung Sokolowskis, bei der sich die gelenkte Vorstellung auf das gesamte Szenario bezieht, leiten wir nur zu Beginn mit anschlussthematischen Geschichten ein, den weiteren Ablauf bestimmen die Probanden durch ihr Verhalten mit: Sie betrachten Farbfotos, die auf eine Leinwand projiziert werden und entscheiden per Mausklick auf die Bilder, in Anlehnung an ein Computerspiel, ihre Bewegungsrichtung in der dort dargestellten sozialen Szene. Da es sich um eine Serie miteinander verknüpfter Bilder handelt, öffnet sich je nach Wahl der Bewegungsrichtung das entsprechende inhaltliche Folgebild, das die gewählte Situation näher darstellt. Anschließend treffen die Probanden die nächste Wahlentscheidung. Sie bestimmen also ihre Bewegungsrichtung in den Szenarien selbst, während die Bilder inhaltlich durch die anschlussthematische Geschichte leiten. So befinden sich die Probanden beispielsweise im Uniszenario zunächst vor dem Seminargebäude und müssen sich entscheiden, ob sie es schon betreten und auf die Kursteilnehmer treffen oder lieber alleine vor dem Gebäude warten wollen. Die nächste Szene lichtet den Eingangsbereich ab, wo auf die Teilnehmer zugegangen oder ihnen ausgewichen werden kann. Auch im Seminarvorraum gibt es wieder Möglichkeiten der Kontaktaufnahme oder der Vermeidung. Das Szenario endet schließlich in dem Seminarraum selbst, in dem sie sich den Teilnehmern vorstellen sollen.

Die beiden Bilderserien bestehen aus *vier Arten* von Bildern. Zum einen aus *Wahlbildern*, die alle Probanden sehen. Mit ihnen werden Möglichkeiten für annäherndes oder meidendes Verhalten geboten, indem die Bewegungsrichtungen gewählt werden können. Die Probanden können sich aufsuchend verhalten, also auf andere Menschen zugehen, oder aber sie vermeiden und sozial akzeptable Ausweichmöglichkeiten nutzen. Annäherndes oder vermeidendes Verhalten wird also ganz einfach als ein motorisches

„Sich-zu-bewegen“ auf oder ein „Sich-weg-bewegen“ von den Anschlusspersonen operationalisiert. Eine räumliche Annäherung macht eine Kontaktaufnahme erst möglich, durch ein Entfernen von den Zielpersonen wird die Gefahr einer Zurückweisung vermindert.

Operationalisierungen annähernden und meidenden Verhaltens durch Körperbewegungen nahmen auch Cacioppo, Priester und Berntson (1993) in einer Reihe von Untersuchungen vor. Die Annäherung an positive Reize geschieht, indem etwas auf den Körper zubewegt wird, negative Reize werden vermieden, indem sie vom Körper wegbewegt werden. Da dies häufig durch die Flexion oder Extension des Armes geschieht, interpretieren die Autoren diese Bewegungen als annäherndes oder vermeidendes Verhalten. Auch Neumann und Strack (2000) bringen das Annäherungs- und Vermeidungssystem mit dem Beugen und Strecken des Armes in Verbindung: Sie argumentieren und konnten experimentell belegen, dass durch die Wahrnehmung eigener Körperbewegungen Annäherungs- oder Vermeidungssysteme aktiviert werden: Durch Armbeugen wird das Annäherungssystem aktiviert und dadurch die Verarbeitung positiver Reize erleichtert, während das Strecken des Arms über die Aktivierung des Vermeidungssystems die Verarbeitung negativer Informationen begünstigt. Ähnliches fanden Chen und Bargh (1999), deren Probanden Wörter nach ihrer positiven oder negativen Bedeutung bewerten sollten, indem sie entweder einen Hebel zu sich zogen oder von sich wegdrückten. Wie erwartet gelang das Ziehen des Hebels schneller, wenn es sich um positive Wörter handelte, das Wegdrücken gelang schneller bei negativen Wörtern.

Den einfachen Armbewegungen und den Richtungsbewegungen in unseren Sozialszenarien ist gemeinsam, dass sie die Distanz zu wichtigen Bedürfnisobjekten regulieren. Dies geschieht entweder, indem die Position der Objekte verändert wird, indem sie zu sich hin- oder wegbewegt werden, oder - wie in unserem Szenario -, indem die Probanden ihre eigene Position verändern und sich auf die Zielpersonen zu- oder wegbeugen. Ein Ziel, das auf Annäherung ausgerichtet ist, sollte sich in einem Aufsuchen der Zielpersonen äußern, ein Vermeidungsziel sollte zu einer Vergrößerung der Distanz negativer Reize (hier der Zurückweisung) führen.

Der zweite Typ Bilder sind die an die Wahlbilder anschließenden *Folgebilder*, die sich je nach Wahl der Bewegungsrichtung unterscheiden. Sie stellen die ausgewählten Bildsituationen detaillierter in Nahaufnahme dar. Um ein Ziel realisieren zu können, ist es nicht nur wichtig, sich auf zielrelevante Situationen zuzubewegen, sondern auch längere Zeit in diesen zu verbleiben. Dies überlassen wir den Probanden, indem sie selbst durch einen Mausklick entscheiden können, wann sie sich aus der Situation, in

der sie sich befinden, entfernen möchten. Die Verweildauer in annähernden oder meidenden Situationen - also die Dauer bis die Folgebilder weggeklickt werden - stellt neben der Wahl von Situationen ein weiteres Verhaltensmaß dar. Nachdem die Probanden auf den darauf folgenden *Bewertungsbildern* (dritter Bildtyp) angegeben haben, wie angenehm ihnen die Situationen sind, werden sie mit einem neuen Wahlbild konfrontiert, das wiederum für alle Probanden gleich ist. Der vierte Bildtyp sind *Übergangsbilder*. Sie füllen inhaltliche Lücken zwischen den Bildern aus, um den Sinn der Geschichte als Ganzes zu erhalten.

Stellen wir zur Illustration der Bildtypen eine Sequenz aus einem der Szenarien ausführlicher dar. Die folgende Abbildung zeigt ein Wahlbild des Partyszenarios mit zwei möglichen Bewegungsrichtungen. Der Proband kann hier entweder auf eine Gruppe anderer Partygäste zugehen oder aber sich abseits von ihnen einigen Zeitschriften zuwenden. Die erste Möglichkeit gilt als annäherndes, die zweite als meidendes Verhalten. Durch Anklicken einer der Bildkomponenten mit der PC-Maus aktiviert der Proband einen Hyperlink, der ihn zu dem entsprechenden Folgebild führt.



**Abbildung 6.1.** Beispiel eines Wahlbildes aus dem Partyszenario.

Für die *annähernde* Wahl wäre das entsprechende Folgebild:



**Abbildung 6.2.** Beispiel einer gewählten annähernden Situation aus dem Partyszenario (Folgebild).

Über PC-Lautsprecher wird dem Probanden mitgeteilt, sich aus der Situation durch einen Mausklick entfernen zu können, wann immer er will.

Die Wahl der Situation und die Verweildauer in dieser wird registriert und ein Bewertungsbild dargeboten, auf dem der Proband angeben soll, wie ihm die Situation gefällt:



**Abbildung 6.3.** Beispiel eines Bewertungsbildes zu einer annähernden Situation aus dem Partyszenario.

Hätte der Proband sich bei dem oberen Wahlbild für die *meidende* Bildkomponente entschieden, hätte er das folgende Bild gesehen und anschließend bewertet:



**Abbildung 6.4.** Beispiel einer gewählten meidenden Situation aus dem Partyszenario (Folgebild).

Nach der Bewertung der annähernden oder meidenden Situation erscheint für alle Probanden das gleiche nächste Wahlbild. Sie bewegen sich so in den sozialen Szenarien, bis sie alle Wahlbilder gesehen haben. Die eingeschlagenen Wege der Probanden werden registriert und die Summe annähernder und meidender Wege und die Verweildauer in den Situationen als relevante Verhaltensmaße berechnet.

### **Die Analyse von Blickfixationen**

Ein weiteres Maß, um die Selbstregulation durch Zielsetzungen abzubilden, ist die Ausrichtung der Wahrnehmung auf zielrelevante Reize der Umwelt.

Die Annahme, dass die Wahrnehmung der Umwelt nicht nur von den physikalischen Reizeigenschaften von Objekten abhängt, sondern ebenso von Bedürfnissen, Erwartungen und Einstellungen der Person beeinflusst wird, ruht auf einer langen Forschungstradition, die mit dem „New Look in Perception“ in den vierziger Jahren ihren Ursprung hat. Bruner und Postman (1947) boten beispielsweise ihren Probanden in einer klassischen Untersuchung unterschiedliche Arten von Wörtern kurzfristig dar. Sie fanden, dass abgelehnte oder uninteressante Wörter häufiger falsch oder weniger schnell erkannt wurden als nicht abgelehnte Wörter. Sie interpretierten dies als Wahrnehmungsabwehr und gestanden damit inneren Bedingungen wie Bedürfnissen eine

Rolle bei der Wahrnehmung äußerer Reize zu. Andere Untersuchungen zeigten, dass bei angeregtem Motiv die visuellen oder akustischen Wahrnehmungsschwellen für bedürfnisbezogenes Material sinken (Atkinson & Walker, 1956; McClelland, 1985). Ein Teil der Probanden von Levine, Chein und Murphy (1942) waren hungrig, während ein anderer Teil gerade gegessen hatte. Die hungrigen Versuchsteilnehmer sahen in mehrdeutigem Bildmaterial weit häufiger Nahrungsmittel als die gesättigten Probanden. Bruner und Goodman (1947) ließen Kinder die Größe von Münzen schätzen. Kinder aus armen Verhältnissen überschätzten die Größe der Münzen weit mehr als wohlhabende Kinder. Diese klassischen Untersuchungen demonstrieren wie viele andere, dass Werte und Bedürfnisse die Wahrnehmung beeinflussen. Auch bei Projektionstests wie dem TAT beruht die Grundidee darauf, dass das, was die Probanden in den TAT-Tafeln sehen, nicht allein in den visuellen Reizen begründet liegt, sondern von Aspekten ihrer Persönlichkeit beeinflusst wird.

Auch die Sozialpsychologie schließt sich der Annahme an, dass die Verarbeitung sozialer Informationen sich von der Verarbeitung einfacher physikalischer Reize unterscheidet, weil Personfaktoren starken Einfluss ausüben. Das Forschungsgebiet der sozialen Kognition beschäftigt sich unter anderem damit, wie die Wahrnehmung und Bewertung der sozialen Umwelt von kognitiven Einflüssen, wie beispielsweise von schon vorhandenem Wissen oder von Erwartungen abhängt (Fiske & Taylor, 1991; Sadella, Burroughs, Kelley, DePaulo, Hoover, Webb, Kenny & Oliver, 1991). Auch hier wurde belegt, dass solche Objekte und Ereignisse Aufmerksamkeit auf sich ziehen, die für aktuelle Ziele besonders relevant erscheinen (Fiske & Taylor, 1991; McArthur, 1981). Dies entspricht unserer Argumentation, dass Zielsetzungen zur Ausrichtung der Wahrnehmung führen. Uns interessiert die visuelle Wahrnehmung, die wir in einer unserer Untersuchungen mit Blickfixationen als ein Maß der visuellen Aufmerksamkeitsausrichtung erheben. Blickbewegungen scheinen sich als Maß zu eignen, weil sie ausschließlich im Dienste der Wahrnehmung stehen und keinem anderen Zweck dienen, als den Menschen mit visuellen Informationen über die Umwelt zu versorgen. Dass sie sich zudem eignen, um die Ausrichtung auf bedürfnisbezogene Objekte abzubilden, zeigten bereits eine Reihe von Untersuchungen von Hall und Mitarbeitern Mitte der 70er Jahre (z.B. Hall, Rosenberger & Monty, 1974). Sie interessierten sich für die Aufmerksamkeitsausrichtung Heroinabhängiger und verglichen deren Augenbewegungen mit denen Nichtabhängiger während der Betrachtung neutraler und drogenbezogener Wörter. Die Aufgabe der Probanden bestand darin, sich Listen mit Wörtern einzuprägen, von denen sie glaubten, anschließend einige wiedergeben zu müssen. Wie erwartet fixierten die Heroinabhängigen während der Lernpha-

se drogenbezogene (also bedürfnisrelevante) Wörter im Vergleich zu neutralen Wörtern länger als die Kontrollprobanden. Eine ähnliche Untersuchung (Monty, Hall & Rosenberger, 1975), die statt Wörter Bilder mit drogenbezogenen oder neutralen Inhalten darbot, kam zu demselben Ergebnis: Bedürfnisbezogenen Objekten kommt mehr visuelle Aufmerksamkeit zu.

Neben allgemeinen Bedürfnissen beeinflussen auch ganz konkrete Intentionen das Blickmuster. Eine klassische Untersuchung hierzu stammt von Yarbus (1967), der seine Probanden aufforderte, ein Bild, auf dem mehrere Personen in einem Wohnraum zu sehen waren, im Hinblick auf verschiedene Fragestellungen zu betrachten. Verfolgten die Probanden die Intention, etwas über die materiellen Verhältnisse der abgebildeten Personen herauszufinden, lagen die Fixationsschwerpunkte auf der Kleidung und der Wohnungseinrichtung, während sie auf den Gesichtern der Personen lagen, wenn es galt, deren Alter zu bestimmen. Die Blickmuster bei der Verfolgung verschiedener Intentionen unterschieden sich also voneinander und zudem erheblich von dem spontanen Blickmuster der Probanden. Für unsere Argumentation ist wichtig, dass hier für unterschiedliche Intentionen auch unterschiedliche Informationen relevant sind, denen dann vermehrt visuelle Aufmerksamkeit zukommt. Dasselbe vermuten wir auch für unsere annähernden beziehungsweise meidenden anschlussthematischen Zielsetzungen. Für ihre Umsetzung sind unterschiedliche Merkmale des sozialen Umfeldes wichtig, die dann auch vermehrt fixiert werden sollten.

Leider gibt es nur wenige Untersuchungen, die sich mit Blickbewegungen als Indikatoren *motivationaler* Prozesse beschäftigen. In erster Linie sind Blickbewegungen ein Forschungsgegenstand der *Kognitionspsychologie*. Sie wurden als Indikatoren unterschiedlichster kognitiver Prozesse, wie Lese- oder Problemlösevorgänge, herangezogen (Findlay, Walker & Kentridge, 1995; Fisher, Monty & Senders, 1981). Einige kognitionspsychologische Untersuchungen sind auch für diese Arbeit interessant, da sie die Blickfixationen unmittelbar mit der Bedeutung des Gesehenen in Verbindung setzen. Pomplum und Mitarbeiter untersuchten beispielsweise, inwieweit die räumliche Verteilung von Fixationspunkten mit der semantischen Interpretation von Bildinhalten korreliert ist (Pomplum, Rieser, Ritter & Velichkowsky, 1997). Sie benutzten hierzu ambige Bilder, die zwei sinnvolle Interpretationen zulassen. Ein bekanntes Beispiel ist das Boring-Bild, in dem zwischen dem Erkennen einer jungen und einer alten Frau visuell „hin und her gekippt“ werden kann. Die Autoren zeichneten die Blickfixationen auf eine Reihe solcher ambiger Bilder auf und ließen sich von ihren Probanden durch Tastendruck mitteilen, welche Interpretation des Bildes sie gerade erkennen. Sie setzten dann die Blickfixationen mit den Interpretationswechseln in Beziehung und

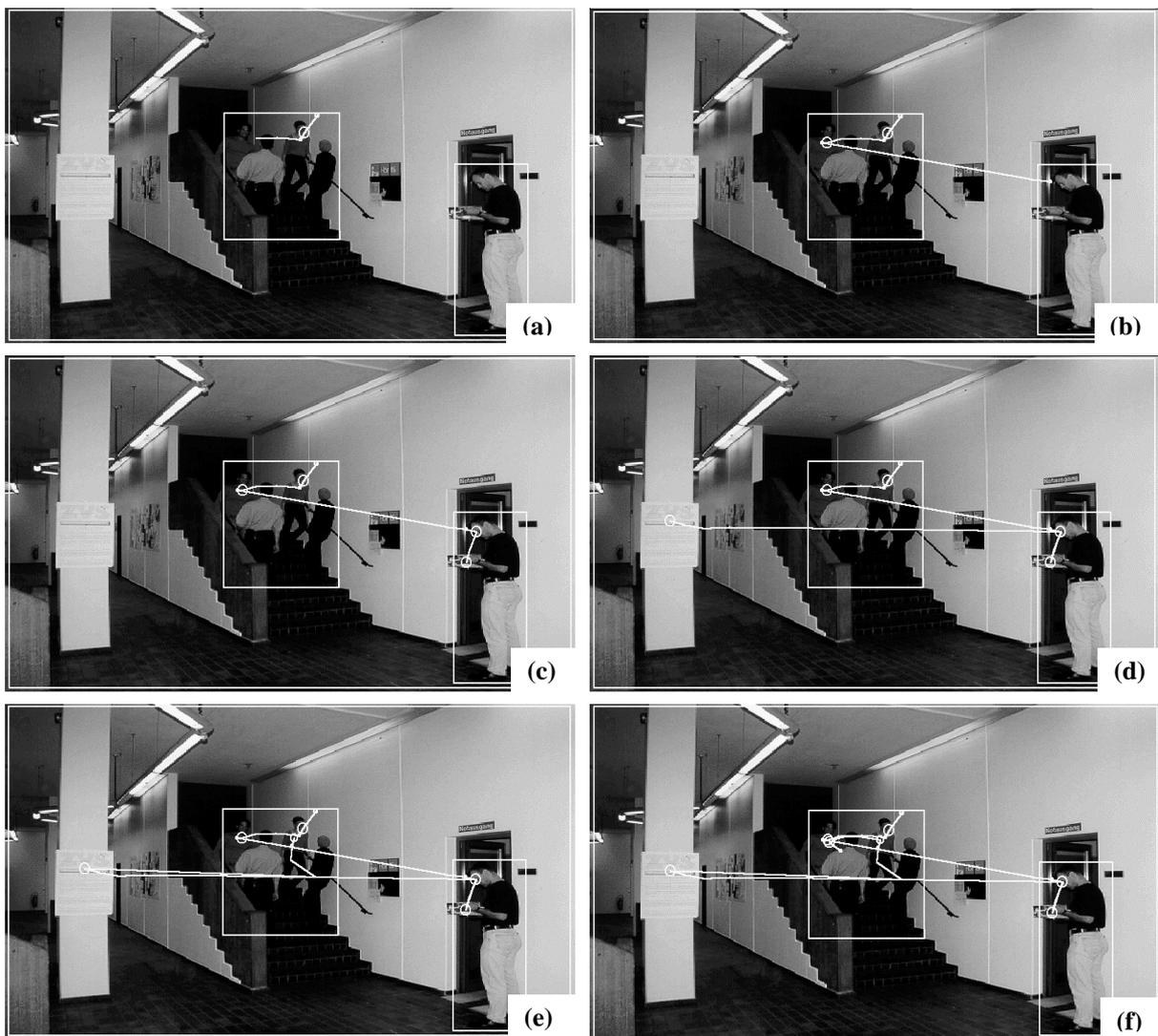
fanden, dass bestimmte Bildelemente von besonderer Relevanz für das Erkennen der Bedeutung des Bildes sind. Die Autoren ziehen das Fazit, dass allein aus der räumlichen Verteilung der visuellen Aufmerksamkeit auf die subjektive Interpretation geschlossen werden kann.

Wir machen eine ähnliche Annahme, wenn wir davon ausgehen, dass Blickfixationen mit der Bedeutung von Bildelementen in Beziehung stehen. Welche Bildelemente bedeutungsvoll sind, bestimmt sich nach unserer Argumentation durch die Richtung der aktuellen Zielsetzung. Probanden mit Annäherungszielen sollten ihre visuelle Aufmerksamkeit auf Informationen richten, die zu dessen Umsetzung nützlich sind und sollten sich in ihrem Blickmuster von Probanden mit Vermeidungszielen unterscheiden, für die entsprechend andere Bildinformationen im Vordergrund stehen.

Zur Überprüfung dieser Annahmen haben wir folgendes Vorgehen gewählt: Wie auch bei der Erfassung von Verhalten betrachten die Probanden Farbfotos einzelner sozialer Situationen, die sich durch eine eingangs formulierte Geschichte zu einem komplexen sozialen Szenario zusammenfügen. Wir bedienen uns hier dem oben bereits erwähnten Uniszenario und übernehmen die Eingangsinstruktionen und einen Teil des Bildmaterials. Nachdem sich die Probanden in die anfängliche Geschichte hineinversetzt haben, werden während der anschließenden Betrachtung der Bilderfolge ihre Blickfixationen auf zielrelevante und -irrelevante Bildelemente aufgezeichnet. Das entscheidende Maß der Zielrelevanz ist hierbei erneut einfach operationalisiert: Ein Annäherungsziel legt es nahe, den Kontakt zu den Interaktionspartnern aktiv zu suchen. So sollte auch bei der visuellen Analyse der sozialen Situation der Fokus auf den dargestellten Personen liegen. Bei einem Vermeidungsziel ist es angebracht, Gelegenheiten der Situation wahrzunehmen, die nützlich sind, um sich sozial akzeptabel zurückziehen zu können. Das Bildmaterial bietet hierzu eine Reihe von Möglichkeiten, so können Plakate betrachtet, entferntere Sitzgelegenheiten wahrgenommen und mögliche Ausgänge aus den Räumen visuell erfasst werden. Während ein Annäherungsziel zur Fokussierung menschlicher Bildelemente führt, sollte sich ein Vermeidungsziel also in der vermehrten Betrachtung nicht-menschlicher Bildelemente zeigen.

Um die Maße für die zielbezogene Wahrnehmung zu gewinnen, werden menschliche und nicht-menschliche Bildelemente als relevante Analyseeinheiten definiert. Die Blickbewegungen registrieren wir mit einer Blickbewegungsapparatur, die die Positionen der Fixationen fünfzigmal pro Minute als Koordinaten auf die Bilder festhält. Durch die Überschneidungen der Blickkoordinaten mit den Koordinaten der zuvor definierten Analyseeinheiten kann die Betrachtungsdauer einzelner interessierender Bildkomponenten berechnet werden. Wir summieren die Betrachtungszeit auf

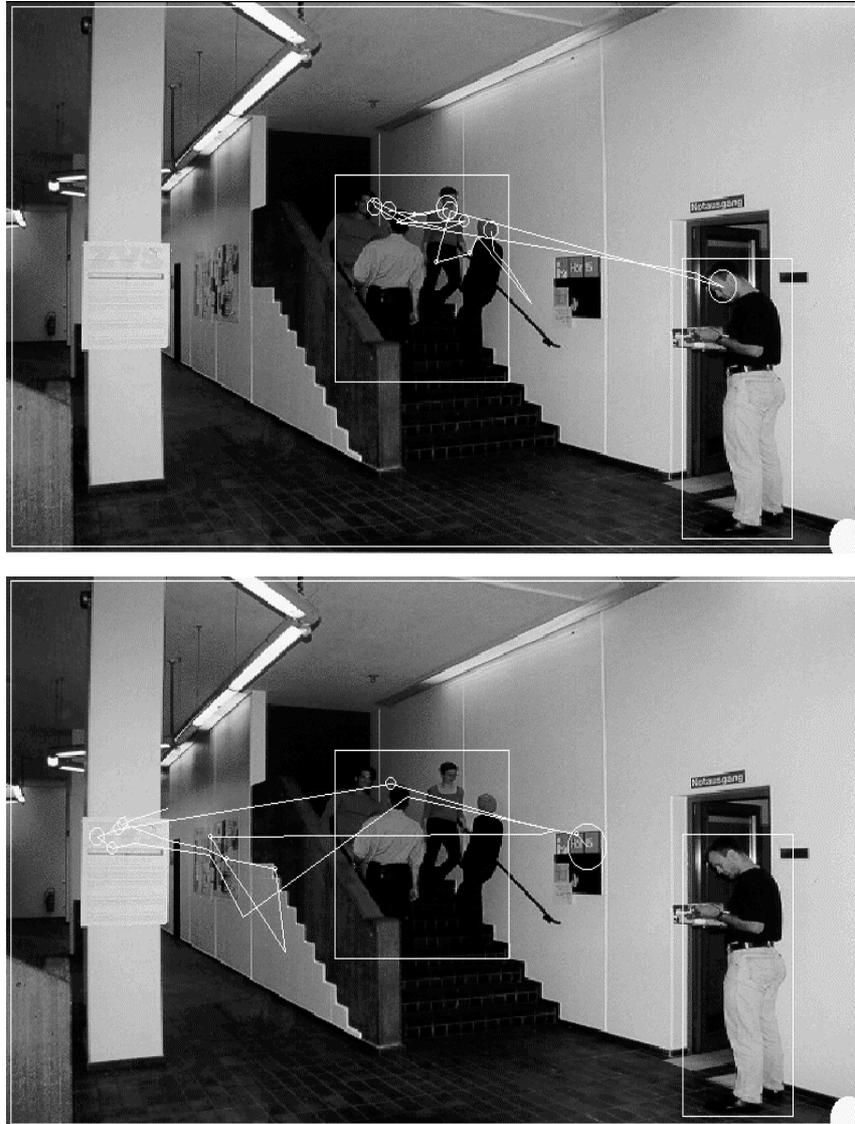
menschliche und nicht-menschliche Bildelemente über alle Bilder zu Maßen für Blickverhalten auf, dass einer annähernden oder meidenden Zielsetzung gerecht wird. Die folgende Abbildung stellt beispielhaft den Verlauf der Blickbewegungen eines Probanden in Abständen je einer Sekunden bei der Betrachtung eines Bildes aus dem Uniszenario dar. Die Größe der Kreise symbolisiert die Dauer der Blickfixationen. In die Bilder sind die Analyseeinheiten eingezeichnet, die für ein Annäherungsziel relevant sind. Blickfixationen außerhalb dieser Objekte werden als meidende Wahrnehmung verrechnet.



**Abbildung 6.5.** Blickbewegungen eines Probanden für die Zeitabschnitte 0-1 (a), 0-2 (b), 0-3 (c), 0-4 (d), 0-5 (e), 0-6 Sekunden (f), (s. auch Erläuterungen im Text).

Um die Varianz in der Bildbetrachtung zu verdeutlichen, illustriert Abbildung 6 die Blickmuster zweier unterschiedlicher Probanden. Für den einen liegt der Fixations-

schwerpunkt auf den dargestellten Personen, für den anderen auf alternativen Bildelementen.



**Abbildung 6.6.** Blickmuster zweier Probanden bei der Betrachtung eines Bildes des Uniszenarios (6 Sekunden).

### **Die Inhaltsanalyse anslussthematischer Geschichten**

Kommen wir zur dritten Methode, die wir zur Erfassung eines Parameters der Selbstregulation durch Ziele einsetzen. Sie beruht auf der Annahme, dass sich Zielsetzungen, wenn sie die Bewusstseinsinhalte tatsächlich lenken, auch in Inhalten von Gedanken wiederfinden lassen müssen.

Belege hierfür finden sich beispielsweise in Untersuchungen von Klinger (1971, 1996), der in einer Reihe von Arbeiten nachweisen konnte, dass sich wichtige persönliche

Anliegen („Current Concerns“, s.o.) in frei assoziierten Gedanken und spontan geäußerten Bewusstseinsinhalten wiederfinden. Hoelscher, Klinger und Barta (1981) zeigten sogar, dass Hinweisreize, die sich auf Anliegen ihrer Probanden beziehen, die Inhalte von Träumen bestimmen. Sie gaben schlafenden Probanden Wörter vor, die mit den am Vortag berichteten Anliegen zusammenhängen und Wörter, die nicht mit ihnen in Beziehung stehen. Einige Sekunden später wurden die Probanden geweckt und nach ihren Träumen befragt. Wie erwartet berichteten sie weit häufiger Träume, die mit anliegenbezogenen als mit nicht anliegenbezogenen Wörtern zusammenhängen. Die dargebotenen Wörter nahmen nur dann Einfluss auf die Traumhalte, wenn sie mit gegenwärtig wichtigen Anliegen in Beziehung stehen. Dieser Befund spricht dafür, dass Ziele oder die mit ihnen assoziierten Hinweisreize die Bewusstseinsinhalte bestimmen und dass der Einfluss der Ziele auf die Inhalte keine bewussten kognitiven Prozesse erfordert. Die Ziele treten automatisch ins Bewusstsein und halten so die innere Verpflichtung aufrecht, das Ziel in passenden Situationen auch umzusetzen (Klinger, 1996).

Neben Anliegen lenken auch konkrete Ziele, die sich direkt auf anstehende Handlungen beziehen, die Inhalte des Bewusstseins. Im Rubikonmodell der Handlungsphasen (Heckhausen, Gollwitzer & Weinert, 1987; Gollwitzer, 1996) nimmt die Zielsetzung eine zentrale Rolle ein: Durch die Bildung einer Intention wird der Wechsel von einer realitätsorientierten Motivationsphase, die sich durch ein rationales Abwägen von Handlungsalternativen kennzeichnet, zu einer realisierungsorientierten Volitionsphase eingeleitet. In dieser ist die Bewusstseinslage ganz und gar darauf ausgerichtet, die Intention zu realisieren. Für unsere Argumentation, dass Ziele die Bewusstseinsinhalte lenken, ist nun wichtig, dass sich die Inhalte von Gedanken unterscheiden, je nachdem, ob sich die Probanden vor oder nach der Bildung einer konkreten Intention befinden (z.B. Heckhausen & Gollwitzer, 1987; Gollwitzer, Heckhausen & Steller (1987); Puca & Schmalz, 2001): Vor der Zielbildung werden mehr Gedanken zu Anreizen und Erwartungen bezüglich des Handlungsziels geäußert, nach der Intentionsbildung beziehen sich die Gedanken hingegen auf die Durchführung der Handlung. Auch hier bestimmt also die Zielsetzung den Gedankenfluss.

Auch die bereits erwähnte projektive Motivmessung mittels TAT beruht letztendlich auf der Annahme, dass sich wichtige Bedürfnisse und Anliegen von Personen in Gedankeninhalten äußern und so messbar werden. Wir lehnen uns, um die Lenkung der Bewusstseinsinhalte durch die Zielsetzungen zu erfassen, an die Methode des TATs an und werten Geschichten, die Probanden zu einer sozialen Situation erfinden, inhaltsanalytisch aus. Unsere Versuchsteilnehmer werden, nachdem sie sich in das oben ge-

schilderte Uniszenario hineinversetzt und die dazugehörigen Bilder betrachtet haben, dazu aufgefordert, die Gedanken, Gefühle und Absichten der am Szenario beteiligten Personen in einer vollständigen Geschichte festzuhalten. Sie führen also das Uniszenario, sich inmitten fremder Personen zu befinden, deren Sympathie sie zu erlangen erhoffen, weiter fort.

Unsere Methode unterscheidet sich von der des TATs in einigen wichtigen Punkten. Zum einen sind der Beginn und das Thema der Geschichte bereits durch die Instruktionen vorgegeben, die Antwortalternativen des Probanden sind also eingeschränkter, zum anderen betrachten die Probanden mehr als nur ein Bild. Ein anderer Punkt betrifft eine grundsätzliche theoretische Annahme: Während beim TAT die Geschichteninhalte durch unbewusste Motive der Probanden bestimmt werden, sind es nach unserer Argumentation die explizit formulierten Ziele - genauer gesagt die *Richtung* der Ziele - die die Bewusstseinsinhalte ausrichten sollen. Zwar wird auch hier durch die Bildbetrachtung das Anschlussmotiv angeregt, gemessen werden soll jedoch die Richtung der motivbezogenen Äußerungen in Abhängigkeit der aktuellen aufsuchenden oder meidenden Zielsetzung. Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte sollten also nicht nur aufsuchende anslussthematische Inhalte auflisten, wie es der Richtung ihres Motivs entspricht, sondern Inhalte in Abhängigkeit der annähernden oder meidenden Zielsetzung äußern. Wir lehnen also auch hier, wie bei der Ausrichtung der Wahrnehmung und des Verhaltens, eine Kongruenz von Motivrichtung und der Richtung der Bewusstseinsinhalte ab. Wenn wir Recht damit haben, dass die Zielsetzung und nicht die Motivrichtung an sich Einfluss auf die Geschichte nimmt, sollte ein Annäherungsziel Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte zum Schreiben von aufsuchenden und ein Vermeidungsziel von meidenden Geschichteninhalten anregen. Wie auch bei den anderen anslussthematischen Korrelaten sollte sich dies für Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte nicht zeigen lassen. Die gestörte Selbstregulation durch Zielsetzungen umfasst also auch die Lenkung der Bewusstseinsinhalte.

Die Auswertung der Texte erfolgt mit einem leicht modifizierten Inhaltsschlüssel, der auch zur Verrechnung des Anschlussmotivs bei TAT-Geschichten eingesetzt wird (Atkinson et al., 1953). Ermittelt werden kann zum Beispiel, wie sich die Hauptperson der Geschichte fühlt und ob sie instrumentelle annähernde oder vermeidende Aktivitäten zur Zielannäherung durchführt. Die Kennwerte der Inhaltskategorien werden zu Tendenzen zusammengefasst, die auf Vermeidung oder Annäherung ausgerichtet sind. Eine vollständige Darstellung des Kategoriensystems findet sich im Methodenteil der zweiten Untersuchung. Zur Veranschaulichung, wie eine solche Geschichte zum Uni-

szenario und einige Verrechnungskategorien aussehen können, dient vorab das folgende Beispiel eines männlichen Probanden.

**Tabelle 6.1.** Ein Beispiel einer Geschichte zum Uniszenario mit einigen der Verrechnungskategorien.

	Verrechnungskategorien
<p>Frank <u>graust es</u> bei der Vorstellung, sich gleich so vielen Fremden präsentieren zu müssen. Sein Herz schlägt schon schneller. Aber da muss er wohl durch, wenn er als Zugereister in einer fremden Stadt <u>Freunde finden will</u>. Er ist erleichtert, dass er vor dem Seminar noch etwas Zeit hat, sich die Leute in Ruhe anzuschauen. Zur Beruhigung wird eine Zigarette geraucht. Die Frage nach Feuer könnte den ersten Kontakt erleichtern. Er schaut, wer ihm sympathisch ist, versucht <u>Blickkontakt zu bekommen</u> und <u>geht schließlich auf einen Seminarteilnehmer zu</u>. Aus ein paar Bemerkungen entsteht schließlich ein erstes Gespräch. Ein vorsichtiges Durchleuchten und Abtasten beginnt. Nach der Zigarette ist das dickste Eis gebrochen. Er fängt an, <u>locker</u> über das Seminar und sich <u>zu plaudern</u>, warum er es machen will und so. Seine Unsicherheit verschwindet Stück für Stück, und er betritt mit seinem neuen Bekannten gemeinsam den Seminarraum. Er ist erleichtert, dass er seine <u>Hemmschwelle</u> überwunden hat und <u>ist sich sicher</u>, dass auch die anderen ihn mögen und für das Seminar auswählen werden.</p>	<p><i>Negativer Affekt (Vermeidung)</i></p>
	<p><i>Bedürfnis nach Anschluss</i></p>
	<p><i>annäherndes Verhalten (Annäherung)</i></p>
	<p><i>annäherndes Verhalten (Annäherung)</i></p>
	<p><i>Hindernis in der Person (Vermeidung) / Antizipation eines positiven Zielzustandes (Annäherung)</i></p>

Wenden wir uns nach dem methodischen Exkurs der Erfassung anschlussbezogenen Verhaltens wieder den theoretischen Modellaussagen zu.

## KAPITEL 7

### MODELLHYPOTHESEN UND STELLENWERT DER UNTERSUCHUNGEN

Mit der Darstellung unseres Modells zu anschluss-thematischen Motiven und Zielen wurden eine Reihe von Annahmen gemacht, die teils auf theoretischen Ableitungen, teils auf Verhaltensbeobachtungen beruhen. Ihre empirische Überprüfung ist Aufgabe von drei Untersuchungen.

Zunächst werden die zentralen Modellannahmen formuliert und im Anschluss der Stellenwert der einzelnen Untersuchungen bei deren Überprüfung aufgezeigt.

Die allgemein gehaltenen Modellhypothesen erfahren Konkretisierungen durch die spezifischen Untersuchungshypothesen, die sich in den theoretischen Abschnitten der jeweiligen Untersuchungen finden.

#### **Die Modellannahmen**

Zunächst muss die fundamentale Annahme überprüft werden, dass sich Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte beider Zielarten bedienen. Mit ihr lehnen wir eine Kongruenz von Motiv- und Zielrichtung ab. Ihre Gültigkeit stellt die Voraussetzung für die folgenden Modellhypothesen dar, sie wird als Eingangsprämisse formuliert:

#### ***Prämisse***

*Es bestehen keine Zusammenhänge zwischen den Motivrichtungen und der Bevorzugung von Zieltypen: Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte wählen nicht vermehrt Annäherungs-, Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte nicht vermehrt Vermeidungsziele: Beide bedienen sich beider Zieltypen.*

*(Modellebene: Motiv - konkrete Teilziele)*

Da Annäherungs- und Vermeidungsziele eine sinnvolle Funktion in der Hierarchie von Motiven und Zielen haben, sollten Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte sie auch in gleichem Maße bewerten: Es besteht weder eine Kongruenz von Motiv- und Zielrichtung, noch werden die Zieltypen einseitig als positiv oder negativ bewertet. Bezogen auf die Wahl und die Bewertung der Ziele besteht für Hoffnungs- und Furchtmotivierte die gleiche Ausgangslage. Wir ergänzen also die Prämisse um den folgenden Satz:

*Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte bewerten Annäherungs- und Vermeidungsziele gleich, Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte ebenfalls.*

Hoffnungs- und Furchtmotivierte bedienen sich situationsangemessener Zielsetzungen. Annäherungs- und Vermeidungsziele werden von beiden in Abstimmung mit der spezifischen Situation im Sinne des übergeordneten Motivziels gewählt und verfolgt.

### **Modellhypothese I**

*Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte erleben in sozialen Situationen Furcht, Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte nicht.*

*(Modellebene: Blockierung durch Furcht)*

Furcht in sozialen Situationen ist das definierende Merkmal Furchtmotivierter, ihre Abwesenheit das Charakteristikum Hoffnungsmotivierter. Mit der Überprüfung dieser Hypothese soll sichergestellt werden, dass es sich bei den in einer Untersuchung simulierten Sozialszenarien um typische anschlussthematische Situationen handelt, die bei Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten die erwartete Emotion Furcht auch tatsächlich auslösen, bei Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten jedoch keine Furcht entstehen lassen.

### **Modellhypothese II**

*Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten gelingt es, Annäherungs- und Vermeidungsziele als Mittel der Selbstregulation - gemessen über Wahrnehmungs-, Bewusstseins- und Verhaltensmaße - einzusetzen. Für Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte wird hingegen ein Defizit vermutet, gesetzte Ziele zur Regulation dieser Maße zu nutzen.*

*(Modellebene: Motiv - konkrete Teilziele - Verhalten)*

Die der Selbstregulation zum Beispiel hinsichtlich der Informationsaufnahme hinderliche Furcht vermindert die Effektivität Zurückweisungsfürchtender bei der Umsetzung konkreter Ziele. Hoffnungsmotivierte können ungehindert in sozialen Situationen ihren Zielen nachgehen.

### ***Modellhypothese III***

*Hoffnung-auf-Anschluss korreliert mit Fortschritten bei Teilzielen, für Furcht-vor-Zurückweisung findet sich kein Zusammenhang.*

*(Modellebene: Motiv - konkrete Teilziele)*

Die Fähigkeit Hoffnungsmotivierter, sich zielangemessen zu verhalten, sollte zu Fortschritten bei der Zielannäherung beitragen. Furcht-vor-Zurückweisung ist aufgrund der Unabhängigkeit mit zielbezogenem Verhalten auch nicht mit den Zielerfolgen verbunden.

### ***Zusatzhypothese zum Wohlbefinden (Hypothese IV)***

*Es finden sich unabhängig von der Art der Zielsetzung Zusammenhänge zwischen Furcht-vor-Zurückweisung und Wohlbefindensbeeinträchtigungen und Hoffnung-auf-Anschluss und gutem Wohlbefinden.*

Wenn sich befriedigende soziale Beziehungen positiv auf das Wohlbefinden auswirken, sollten Personen, denen es gut und schnell gelingt diese herzustellen, auch im Befinden profitieren. Furcht ist an und für sich schon eine negative Emotion, zugleich hängt ein hohes Furchtmotiv auch noch mit anderen Beeinträchtigungen zusammen: Nach unserer Argumentation liegt die Ursache des Missbefindens in der durch Furcht blockierten mangelnden Fähigkeit zur Selbstregulation durch die Zielsetzung.

### **Drei Untersuchungen zur Modellprüfung**

***Untersuchung I*** dient der Überprüfung der *Prämisse*, dass sich Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte nicht durch eine Bevorzugung von Annäherungs- beziehungsweise Vermeidungszielen kennzeichnen und dass sie sich in deren Bewertung nicht unterscheiden und der *Modellhypothese III*, nach der Hoffnung-auf-Anschluss mit Zielfortschritten zusammenhängt. Außerdem werden die in *Hypothese IV* postulierten direkten Zusammenhänge zwischen den Motivausprägungen und dem Befinden überprüft. Der Untersuchung liegt ein Design mit zwei Messzeitpunkten zugrunde. Zu Beginn werden Motive und Ziele erhoben, sechzehn Wochen später das Wohlbefinden und die Zielfortschritte.

Dieses Design wird in der zweiten und dritten Untersuchung um ein bedingungsanalytisches Design ergänzt. Die Vorgabe eines konkreten Annäherungs- oder Vermeidungsziels stellt die unabhängige Variable dar, von deren Variation abhängig sollen

Verhaltens-, kognitive-, und Wahrnehmungsmaße sein. Die beiden Untersuchungen dienen der Überprüfung der *zweiten Modellhypothese*, nach der es Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten, nicht aber Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten gelingen sollte, Ziele als Mittel der Selbstregulation zu nutzen.

Anschlussthematisches Verhalten wird wie bereits erläutert als ein „Zugehen-auf“ oder „Sich-entfernen-von“ zielrelevanten Objekten (Untersuchung III) operationalisiert, die Wahrnehmungsausrichtung als Blickfixationen auf zielrelevante Informationen und die Ausrichtung der Bewusstseinsinhalte durch Inhaltsanalysen von Geschichten (Untersuchung II):

In *Untersuchung II* kommt unsere Methode zur Erfassung zielbezogener Bewusstseinsinhalte und Wahrnehmungsprozesse zum Einsatz. So können wir die *zweite Modellhypothese*, nach der Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte die Selbstregulation durch Zielsetzungen nicht gleichermaßen effektiv nutzen, präzisieren. Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte unterscheiden sich bei der Verfolgung von Annäherungs- und Vermeidungszielen in der Ausrichtung der Aufmerksamkeit (*Hypothese II.1*) und der Bewusstseinsinhalte (*Hypothese II.2*): Die Aufmerksamkeit muss auf zielrelevante Informationen gelenkt werden. Dies sollte Hoffnungsmotivierten gelingen; sie können Zielsetzungen zur Regulation ihrer Wahrnehmung und ihres Verhaltens nutzen, Furchtmotivierte hingegen nicht. Als Indikator für die Aufmerksamkeitsausrichtung dient das Blickmuster auf anschlussthematische Bildsituationen. Haben Hoffnungsmotivierte ein konkretes Ziel erst einmal formuliert, werden ihre Blickbewegungen stärker durch das Ziel gelenkt als die der Furchtmotivierten, deren Furcht das konkrete Ziel in den Hintergrund rückt. Dies müsste sich auch in anschlussthematischen Geschichten niederschlagen: Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte sollten in Abhängigkeit ihrer Zielsetzung vermehrt Vermeidungs- oder Annäherungsinhalte assoziieren. Bei Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten wird kein Zusammenhang zwischen der Zielsetzung und den Geschichteninhalten vermutet.

Während sich diese Untersuchung neben der Lenkung des Bewusstseins mit *Blickverhalten* befasst, geht es in der dritten Untersuchung um *motorisches Verhalten*:

In *Untersuchung III* wird Verhalten mit Hilfe unserer simulierten Sozialszenarien erfasst. Der Proband bewegt sich in der Bilderserie auf die angestrebten Zielobjekte (die dargestellten Personen) zu oder entfernt sich von ihnen und bestimmt die Dauer, wie lange er sich in den gewählten Situationen aufhalten möchte. Das Verhalten kann

annähernd oder vermeidend sein und je nach Ziel funktional oder dysfunktional zu dessen Umsetzung.

Überprüft wird hiermit erneut die *zweite Hypothese*; diesmal gilt es zu ermitteln, ob sich Hoffnungsmotivierte zielangemessen verhalten (*Hypothese II.3*): Sie begeben sich in Situationen, in denen sie ihr konkretes Ziel auch umsetzen können und verweilen auch länger in diesen. Bei Furchtmotivierten sollte sich kein Zusammenhang der aktuellen Zielsetzung und dem Verhalten zeigen.

In dieser Untersuchung wird außerdem retrospektiv Furcht in den anschluss-thematischen Szenen erfragt. Zurückweisungsfürchtende sollten Angst erleben, Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte nicht (*Modellhypothese I*).

## KAPITEL 8

### UNTERSUCHUNG I: DIE FLEXIBILITÄT IN DER ZIELSETZUNG

#### **Einführung**

In einer ersten Untersuchung gilt es, Hinweise für die Richtigkeit unserer Voraussetzungshypothese zu gewinnen, dass Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte in sozialen Situationen flexibel Annäherungs- *und* Vermeidungsziele verfolgen. Egal, ob es sich hierbei um strategische oder grundsätzliche Ziele handelt, beide dienen als konkrete und verhaltensnahe Teilziele, die der sozialen Situation angepasst ausgewählt werden können. Anschlussmotivierte kalkulieren Situationsmerkmale bei der Zielgenerierung mit ein und legen sich nicht auf einen Zieltypen fest, der genauso häufig funktional wie dysfunktional wäre. Beide Zielrichtungen kommen dem übergeordneten Endziel nach warmen zwischenmenschlichen Beziehungen zugute. Hinsichtlich der Zielwahl und -bewertung unterscheiden sich Hoffnungs- und Furchtmotivierte also nicht.

Die Annahme, dass Annäherungs- und Vermeidungsziele für die Erreichung des übergeordneten Motivziels genutzt werden, soll in einer Befragung einer Probandengruppe untersucht werden, von der wir vermuten, dass Anschluss-thematik für sie von besonderer Bedeutung ist. Unser Interesse gilt den Studienanfängern, die wir auch schon zur Beschreibung unseres Modells herangezogen haben.

Trifft unsere Annahme zu, müssten sich Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte über das Semester anschluss-thematische Annäherungs- *und* Vermeidungsziele setzen. Beide sollten nützlich und geeignet sein, wenn das Endziel darin besteht, positive, harmonische Beziehungen zu unterhalten.

Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte sollten sich nicht nur Annäherungs- und Vermeidungsziele setzen, sondern sie auch in gleichem Maße akzeptieren und mit der gleichen Energie verfolgen wollen. Um dies zu überprüfen, lassen wir die Probanden die Ziele nach einer Reihe von Merkmalen (Entschlossenheit, Wichtigkeit, Schwierigkeit, Fähigkeit und vergangener Erfolg) bewerten, die in aktuellen Untersuchungen zu Zielen häufig herangezogen werden (z.B. Brunstein, 1993). Besonders die Zielverpflichtung - das Commitment - ist hierbei wichtig, so trägt es zum Beispiel dazu bei, das Ziel auch angesichts von Schwierigkeiten beizubehalten (Brunstein, 1995; Locke & Latham, 1990).

Nach unserer Argumentation sollte die Bewertung der Ziele gleich ausfallen: Eine einseitig entschlossene oder anderweitig positive Einschätzung von Annäherungs- oder Vermeidungszielen sollte es ebenso wenig geben wie die Bevorzugung nur eines Zieltyps. Unterschiede zwischen Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten zeigen sich noch nicht bei der Einschätzung der Ziele, sondern erst später, in der sozialen Situation selbst, wenn Furcht entsteht.

Die Untersuchung soll auch zwei weitere Überlegungen berücksichtigen: Zum einen impliziert die zweite Modellhypothese - dass es Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten gelingt, sich an ihrer Zielsetzung zu orientieren und sich entsprechend zu verhalten -, dass sie deutliche Fortschritte und Erfolge bei ihren Zielen erreichen sollten. Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte, für die wir vermuten, dass sie ihr Verhalten nicht an der Zielsetzung ausrichten, sollten kaum Fortschritte erzielen.

Zum zweiten erstreckt sich die Datenerhebung über einen mehrmonatigen Zeitraum und erlaubt so auch eine Aussage über kurz- und längerfristige Beziehungen positiver und negativer Anschlussmotivation und dem Befinden. Hoffnung-auf-Anschluss sollte sich als geeigneter Prädiktor für gutes Befinden erweisen, Furcht steht in Zusammenhang mit körperlichen und psychischen Beeinträchtigungen.

Zusammengefasst lauten die drei Untersuchungshypothesen:

## **Die Untersuchungshypothesen**

### ***Prämisse***

*Es bestehen keine Zusammenhänge zwischen den Motivrichtungen und der Bevorzugung von Annäherungs- oder Vermeidungszielen: Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung korrelieren weder mit der Anzahl aufsuchender, noch mit der meidender Ziele. Ebensowenig finden sich einseitige Zusammenhänge mit der optimistischen Einschätzung nur eines Zieltyps: Annäherungs- und Vermeidungsziele werden gleich bewertet.*

### ***Modellhypothese III***

*Hoffnung-auf-Anschluss korreliert positiv mit Zielfortschritten zum Ende des Semesters, Furcht-vor-Zurückweisung hängt nicht mit diesen zusammen.*

### ***Zusatzhypothese zum Wohlbefinden (Hypothese IV)***

*Es finden sich direkte Zusammenhänge zwischen Furcht-vor-Zurückweisung und Beeinträchtigungen des Wohlbefindens und Hoffnung-auf-Anschluss und positivem Wohlbefinden.*

## **Methode**

### ***Gliederung der Untersuchung***

Die Untersuchung beinhaltet zwei Messzeitpunkte. Zum ersten werden Motive gemessen, das Wohlbefinden und individuelle Ziele erfasst, zum zweiten, 16 Wochen später, die Zielfortschritte und erneut das Wohlbefinden.

### ***Versuchspersonen***

Am ersten Teil der Datenerhebung nahmen 90 Probanden teil. 11 Versuchspersonen schieden jedoch aus der gesamten Untersuchung aus, da sie für den zweiten Abschnitt der Datenerhebung nicht mehr zur Verfügung standen. Als Grund des Ausscheidens wird der lange Zeitraum zwischen den Datenerhebungen angenommen, in dem, vermutlich durch Umzüge und Studienabbrüche, einige Probanden nicht mehr teilnehmen konnten. Sie unterschieden sich in den bereits erhobenen Variablen jedoch nicht von den übrigen Probanden. Die verbleibende Stichprobe von 79 Teilnehmern bestand aus 18 Studienanfängern und 61 Anfängerinnen, wobei 33 Studenten aus dem Fach Psychologie, die übrigen aus anderen Fachrichtungen stammten. Die Teilnehmer waren zwischen 18 und 36 Jahren alt ( $M = 22.3$ ,  $SD = 4.3$ ). Vorkenntnisse über den Zweck der Untersuchung waren nicht zu vermuten, die Probanden wurden in der Annahme rekrutiert, es handele sich um eine Sammlung allgemeiner Informationen über Studienanfänger. Die Teilnahme wurde für Psychologiestudenten mit zwei Versuchspersonenstunden, für Teilnehmer anderer Fachrichtungen mit 20,- DM vergütet.

### ***Versuchsplan***

Die zum Messzeitpunkt I erhobenen Motivkennwerte und individuellen Ziele dienen in dieser Untersuchung als Prädiktoren der zum zweiten Messzeitpunkt erhobenen Kriterien (Zielfortschritte, emotionales und körperliches Wohlbefinden). Die Befindensmessung zum ersten Erhebungszeitpunkt dient sowohl als Basismessung als auch zur Untersuchung von Zusammenhängen mit gleichzeitig erhobenen Variablen.

## ***Erhobene Kennwerte***

### *Messzeitpunkt I*

#### *Motivmessung*

Das Anschlussmotiv wurde mit einem semi-projektiven Messinstrument, dem Multi-Motiv-Gitter zur Erfassung der Motive Leistung, Macht und Anschluss erhoben (MMG, Version IV; Schmalt et al., 1994). In dieser Untersuchung interessieren in erster Linie die Kennwerte für das Anschlussmotiv, die Motive Leistung und Macht dienen als Kontrollvariablen zum Nachweis der Spezifität von Effekten. Das MMG erlaubt die Ermittlung einer Hoffnungs- und einer Furchtkomponente. Für das Anschlussmotiv sind dies „Hoffnung-auf-Anschluss“ und „Furcht-vor-Zurückweisung“, für das Machtmotiv „Hoffnung-auf-Kontrolle“ und „Furcht-vor-Kontrollverlust“ und für das Leistungsmotiv „Hoffnung-auf-Erfolg“ und „Furcht-vor-Misserfolg“. Im MMG werden schwarz-weiße Strichzeichnungen mit alltäglichen Situationen dargestellt, die als Anregungsmaterial für Motive dienen sollten. Die Probanden stimmen vorgegebenen Aussagen zu diesen Bildsituationen, die wichtige Komponenten von Motiven widerspiegeln, zu oder lehnen sie ab. Ein Item, dessen Zustimmung für Hoffnung-auf-Anschluss verrechnet würde, lautet: „Man ist froh, den anderen getroffen zu haben“. Ein Beispiel für Furcht-vor-Zurückweisung ist: „Hier kann man leicht vom anderen zurückgewiesen werden“. Die Probanden bearbeiten 14 Bildsituationen nacheinander, die Dauer der Testdurchführung beträgt circa 15 Minuten.

#### *Persönliche Ziele*

Die individuellen Zielsetzungen wurden nach einem ideographischen Ansatz erhoben. In Anlehnung an ein Vorgehen von Emmons (1986) und Brunstein (1993) wurden die Probanden aufgefordert, vier persönliche Anliegen aufzulisten. Sie wurden als Ziele und Vorhaben beschrieben, die man üblicherweise im täglichen Leben verfolgt und die beinhalten, was man typischerweise zu erreichen oder zu vermeiden versucht. Das Vorgehen wurde dahingehend modifiziert, dass sich die Anliegen auf zwischenmenschliche Beziehungen und speziell auf das kommende Semester beziehen sollten. Zusätzlich werden die Anliegen mit einigen Sätzen näher beschrieben werden, um eine spätere inhaltliche Verrechnung zu erleichtern.

Ein Proband schrieb beispielsweise:

„Ich möchte an der Uni neue Leute kennenlernen. Da ich in den nächsten Jahren viel Zeit an der Uni verbringen werde, möchte ich Menschen finden, die meine Interessen teilen.“

Ein anderer Studienanfänger beschrieb ein Ziel wie folgt:

„Ich möchte vermeiden, dass andere mich nicht mögen. Ich will nicht, dass andere Leute mich als nervig und unsympathisch empfinden. Am liebsten will ich allen ein guter Kumpel sein.“

Jedes Anliegen wird außerdem nach einer Reihe von Kriterien beurteilt:

### *Zielbewertung*

Mit je 6 Items wurde die Entschlossenheit der Zielverfolgung (Bsp.: „Komme was da wolle, ich bin unter keinen Umständen bereit, dieses Anliegen aufzugeben“) und die Realisierbarkeit des Ziels (Bsp.: „Mein Alltag bietet viele Gelegenheiten, bei denen ich etwas für dieses Anliegen tun kann“) nach einem Vorgehen von Brunstein (1993) erhoben. Zusätzlich schätzten die Probanden das Ausmaß der Schwierigkeit des Ziels, ihre Fähigkeiten, das Ziel erreichen zu können, und den vergangenen Erfolg bei ähnlichen Zielen ein. Für die Beantwortung der insgesamt 16 Items stand eine 7-stufige Skala zur Verfügung.

### *Emotionales Wohlbefinden*

Wohlbefindensmaße wurden zum ersten und zweiten Messzeitpunkt erhoben.

Zur Erfassung des emotionalen Befindens wurde die 8-Item-Affekt-Skala von Brunstein (1993) eingesetzt, die positiven und negativen Affekt misst.

Die Skala zur Erfassung von Lebenszufriedenheit von Diener, Emmons, Larsen und Griffin (1985) enthält vier Aussagen, zu denen man auf einer 7-stufigen Skala das Ausmaß seiner Zustimmung angeben kann. Eine der Aussagen lautet: „Im Großen und Ganzen ist mein Leben so, wie ich es mir wünsche“.

### *Psychische und physische Symptome*

Um an weitere Informationen zum psychischen und physischen Wohlergehen zu gelangen, wurde die Symptom-Checkliste von Derogatis in deutscher Form von Franke eingesetzt (SCL-90-R; Franke, 1995). In die Analysen wurde die aus 13 Items bestehende Depressivitäts-Skala (Bsp.: Energielosigkeit oder Verlangsamung in den Bewegungen oder im Denken) und die aus neun Items bestehende Skala zur Erfassung sozialer Ängstlichkeit (z.B.: Schüchternheit oder Unbeholfenheit im Umgang mit dem anderen Geschlecht) als psychische Wohlbefindensmaße aufgenommen. Mit der Skala „Tendenz zur Somatisierung“ (12 Items) werden einfache körperliche Belastungen und funktionelle Störungen erfasst (z.B. Rückenschmerzen, Herzrasen). Die Probanden geben jeweils auf einer 5-stufigen Skala an, wie stark jedes Symptom auf sie persönlich zutrifft.

## Messzeitpunkt II

Der zweite Messzeitpunkt dient der Erfassung der Kriteriumsvariablen.

### *Wohlbefinden*

Es wurden die gleichen Wohlbefindensmaße wie zu Beginn erhoben: das emotionale Wohlbefinden mit Brunsteins Affektskala und der Skala zur Messung von Lebenszufriedenheit, das psychische und körperliche Wohlbefinden mit den Skalen der Symptom-Checkliste.

### *Zielverwirklichung*

Neben dem Wohlbefinden interessieren die Fortschritte bei den zu Studienbeginn gesetzten Zielen. Den Probanden wurden ihre anfangs generierten Ziele am Ende des Semesters vorgelegt, und sie mussten jedes Anliegen mit Hilfe von sechs Items auf einer 7-stufigen Skala danach beurteilen, ob sie es erfüllen konnten oder wie groß die Fortschritte waren (Bsp.: „Bei diesem Anliegen habe ich große Fortschritte gemacht“ oder „Im Zusammenhang mit diesem Anliegen hatte ich viele Erfolgserlebnisse“).

### *Instruktionen*

Den Probanden wurde zu Beginn mündlich erläutert, dass das Ziel der Untersuchung in einer Sammlung von Informationen über Studienanfänger besteht.

Alle weiteren Instruktionen entsprechen bis auf die erwähnte Modifikation bei der Erhebung der Ziele den Standardanleitungen der einzelnen Messverfahren.

### *Ablauf der Datenerhebung*

Der erste Teil der Untersuchung wurde in Gruppen von acht bis zehn Teilnehmern in einem Seminargebäude der Universität Wuppertal durchgeführt. Die Datenerhebung dauerte circa eine Stunde, der Zeitraum umfasste die ersten beiden Semesterwochen des Wintersemesters 1999/2000. Versuchsleiterin war allein die Autorin dieser Arbeit.

Nach der Begrüßung und allgemeinen Informationen über das Vorgehen erhielten die Probanden ein Testheft, das sie ohne Zeitvorgabe für die einzelnen Testverfahren ausfüllten. Die Probanden bearbeiteten nacheinander die Verfahren zur Motivmessung, Zielerhebung und -beurteilung, zum emotionalen Wohlbefinden und zu psychischen und körperlichen Symptomen. Die Versuchsleiterin stand für die Beantwortung eventueller Fragen zur Verfügung.

Das zweite Testheft wurde vier Monate später an alle Teilnehmer per Post mit frankiertem Rückumschlag zugestellt. Die Probanden machten Angaben zur Annäherung

an ihre Ziele und zu ihrem derzeitigen Wohlbefinden. Die Bearbeitung dauerte durchschnittlich 40 Minuten.

Über einen Code konnten die Fragebögen zugeordnet und die Probanden entlohnt werden.

## **Befunde**

Einige Daten müssen zunächst aufbereitet werden, bevor sie zur Überprüfung der Untersuchungshypothesen herangezogen werden können.

### ***Inhaltsauswertung der Ziele***

Die von den Probanden aufgelisteten vier anschlussThematischen Ziele wurden in Annäherungs- und Vermeidungsziele klassifiziert. Als Kriterien der Zuordnung zu den beiden Kategorien dienten sprachliche Formulierungen, die eindeutig auf die Richtung des Ziels hinweisen. Für ein Vermeidungsziel sind dies die Worte und Redewendungen „nicht“, „vermeiden“, „verhindern“, „bloß nicht“ oder „auf keinen Fall“ (z.B.: „Ich möchte das Studium *nicht* als Einzelgänger absolvieren“ oder „Ich will *vermeiden*, bei meinen neuen Kommilitonen unangenehm aufzufallen“). Alle anderen Ziele wurden als aufsuchende Ziele verrechnet. Zur Kontrolle der Zuordnung wurden zusätzlich die näheren Ausführungen zu den Zielen berücksichtigt. Die mittlere Anzahl generierter aufsuchender und vermeidender Ziele findet sich in Tabelle 8.2.

In einigen Fällen kam es vor, dass die Probanden Ziele aufschrieben, die nicht als anschlussThematisch verrechnet werden konnten. So nahmen sich einige Probanden zwar vor, Anschluss an andere zu finden, jedoch nicht, um freundschaftliche Beziehungen aufzubauen, sondern weil sie die Anschlusspersonen für einen anderen Zweck instrumentalisieren wollten (Bsp.: „Ich möchte schnell Bekanntschaften schließen. Ich finde es wichtig, Kommilitonen zu kennen, die in der Vorlesung für mich mitschreiben, wenn ich nicht da bin“). Dies ist nicht das Ziel Anschlussmotivierter, die auf gleichberechtigte, uneigennützige Beziehungen aus sind. Im Mittel fanden sich 0.81 (SD = 0.21) nicht anschlussThematische Ziele, die aus weiteren Analysen ausgeschlossen wurden.

### ***Datenaggregation***

Um die Anzahl der Variablen sinnvoll zu reduzieren, wurden Kennwerte zusammengefasst. Als Kriterien galten die inhaltliche Ähnlichkeit der Variablen bei gleichzeitig hohen Interkorrelationen.

*Zusammenfassung der Kennwerte zur Zielbewertung*

Die folgende Tabelle bildet die Zusammenfassung der Variablen zur Zieleinschätzung ab. Da die Bewertung der Annäherungs- und Vermeidungsziele von theoretischem Interesse ist, wird getrennt für die Zieltypen aggregiert.

**Tabelle 8.1.** Zusammenfassung der Variablen zur Zielbewertung für Annäherungs- und Vermeidungsziele. N = 79.

	Annäherungsziele						Vermeidungsziele						
		1.	2.	3.	4.	5.	Zusammenfassung zu:		1.	2.	3.	4.	5.
Realisierbarkeit	1.	.67***	.51***	.40***	.47***	optimistische Bewertung von Annäherungszielen	optimistische Bewertung von Vermeidungszielen	1.	.55***	.54***	.35**	.40**	
Entschlossenheit	2.		.74***	.31**	.43***			2.		.75***	.35**	.40**	
Wichtigkeit	3.			.40***	.51***			3.			.41**	.47***	
Fähigkeit	4.				.69***			4.				.64***	
bisherige Erfolge	5.							5.					

\* p < .05, \*\* p < .01, \*\*\* p < .001

Alle Variablen zur Bewertung der Ziele sind hoch miteinander korreliert und können zu Kennwerten der optimistischen Einschätzung von Annäherungszielen und von Vermeidungszielen verrechnet werden (Addition der z-transformierten Daten). Die beiden Kennwerte korrelieren untereinander nahezu zu Null (r = -.09, ns).

*Zusammenfassung der Kennwerte zur Zielannäherung*

Da sich die Variablen Erfolge und Fortschritte bei der Zielannäherung konzeptionell ähnlich sind und ein linearer Zusammenhang von r = .96 (p < .001) für Annäherungsziele und von r = .93 (p < .001) für Vermeidungsziele besteht, werden sie jeweils zu der Variablen „Zielfortschritte“ zusammengefasst.

*Zusammenfassung des emotionalen Wohlbefindens*

Nach einem Vorgehen von Emmons und Colby (1995) lässt sich ein Gesamtindex des emotionalen Wohlbefindens bilden, indem die standardisierten Werte für positiven Affekt und Lebenszufriedenheit summiert werden und der negative Affekt subtrahiert wird. Der so ermittelte Kennwert wird im folgenden als „Affekt“ bezeichnet und meint das resultierende positive emotionale Befinden nach Abzug des negativen.

### **Deskriptive Statistik und interne Konsistenzen**

Die folgende Tabelle zeigt Mittelwerte, Standardabweichungen, Minima, Maxima und, wenn berechenbar, die internen Konsistenzkoeffizienten (Cronbach Alpha) der zum ersten und zweiten Messzeitpunkt erhobenen Variablen.

**Tabelle 8.2.** Deskriptive Statistik. N = 79.

		M	SD	Min	Max	Alpha
<b>Messzeitpunkt I</b>						
	<b>Abkürzungen</b>					
Hoffnung-auf-Anschluss	HA	6.05	2.52	0.00	12.00	0.67
Furcht-vor-Zurückweisung	FZ	6.04	2.71	1.00	12.00	0.74
Summe der Annäherungsziele	Ann.Z.	2.04	0.81	0.00	4.00	-
Summe der Vermeidungsziele	Verm.Z.	1.15	0.86	0.00	3.00	-
Optimistische Bewertung von Annäherungszielen	Opt_a	-0.01	0.68	-4.31	1.04	-
Optimistische Bewertung von Vermeidungszielen	Opt_m	-0.01	0.60	-1.37	1.22	-
Emotionales Wohlbefinden	Affekt	-0.07	2.44	-4.84	5.10	0.78
Somatisierung	Soma	0.54	0.87	0.00	4.00	0.78
Unsicherheit im Sozialkontakt	Sozi	0.82	0.61	0.00	3.00	0.79
Depressivität	Depr	0.84	0.59	0.00	2.38	0.84
<b>Messzeitpunkt II</b>						
Emotionales Wohlbefinden	Affekt2	-0.06	2.54	-7.48	4.46	0.71
Somatisierung	Soma2	0.49	0.43	0.00	1.92	0.76
Unsicherheit im Sozialkontakt	Sozi2	0.76	0.53	0.00	2.44	0.76
Depressivität	Depr2	0.77	0.56	0.00	3.08	0.78
Fortschritte bei Annäherungszielen	Fortschr_a	0.01	1.98	-4.71	2.38	-
Fortschritte bei Vermeidungszielen	Fortschr_m	-0.01	1.96	-4.24	2.06	-

*Anmerkung:* Die Kennwerte des emotionalen Wohlbefindens kleiner Null erklären sich durch die Subtraktion des negativen Befindens von der Summe aus positivem Befinden und Lebenszufriedenheit. Bei Probanden mit negativem Affektkennwert ist die resultierende Bilanz also negativ.

### **Geschlechtsunterschiede**

Die männlichen Probanden unterschieden sich in keinem der erhobenen Kennwerte signifikant von den weiblichen Teilnehmerinnen, so dass eine getrennte Betrachtung von Männern und Frauen in weiteren Analysen nicht notwendig ist.

## Überprüfung der Hypothesen

**Überprüfung der Prämisse.** *Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung korrelieren weder mit der Anzahl gewählter Annäherungs- noch mit der meidender Ziele. Ebenso wenig finden sich einseitige Zusammenhänge mit der optimistischen Einschätzung eines Zieltyps.*

Zur Überprüfung der Voraussetzungsannahme wurden Korrelationsanalysen zwischen den Motiv- und Zielkennwerten berechnet. Tabelle 8.3 stellt die Koeffizienten nach Pearson dar.

**Tabelle 8.3.** Interkorrelationen der zum Messzeitpunkt I erhobenen Motivkennwerte mit der Anzahl und Bewertung annähernder (opt\_a) und meidender (opt\_m) Ziele. N = 79.

	HA	FZ	Ann.Z	Verm.Z.	Opt_a	Opt_m
HA		-.02	-.03	.04	-.09	.08
FZ			-.16	-.11	-.02	.01
Ann.Z.				-.86*	.04	-.13
Verm.Z.					.07	-.07
Opt_a						-.09
Opt_m						

\* p < .001

Es bestehen keine signifikanten Korrelationen einer der beiden Motivtendenzen und der Anzahl gewählter Annäherungs- oder Vermeidungsziele. Die Motivkomponenten korrelieren sowohl mit der optimistischen Einschätzung als auch mit der von Vermeidungszielen zu Null. Die Anzahl aufsuchender und meidender Ziele korrelieren aus dem Grunde nicht maximal negativ, da einige Ziele nicht als anschluss-thematisch verrechnet werden konnten und aus den Analysen ausgeschlossen wurden (s.o.).

**Überprüfung der Hypothese III.** *Hoffnung-auf-Anschluss korreliert positiv mit Fortschritten bei den Zielen, für Furcht-vor-Zurückweisung findet sich kein Zusammenhang.*

Tabelle 8.4 zeigt die Interkorrelationen der Motiv- und Zielbewertungskennwerte mit den später angegebenen Zielfortschritten.

**Tabelle 8.4.** Korrelationen der Motive und der optimistischen Bewertung annähernder und meidender Ziele mit den Zielfortschritten. N = 79.

	Fortschr_a	Fortschr_m
HA	.17	.09
FZ	.02	-.10
Opt_a	.09	-.13
Opt_m	-.09	.21

Entgegen der Hypothese finden sich keine signifikanten Korrelationen der Motivkennwerte mit den Zielfortschritten. In der groben Tendenz korreliert Hoffnung-auf-Anschluss jedoch mit den Fortschritten bei aufsuchenden Zielen und Furcht-vor-Zurückweisung mit Erfolgen bei meidenden Zielen in vorhergesagter Richtung.

#### *Zusätzliche Analysen*

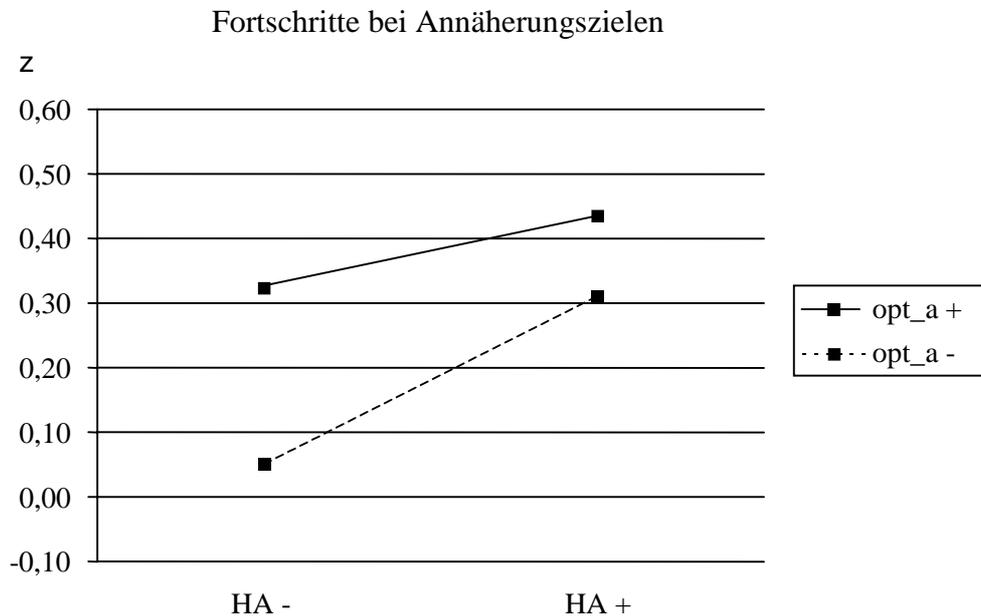
Es gibt also keine direkten Zusammenhänge der Zielfortschritte mit den Motivkennwerten. Eine weitere Möglichkeit wäre, dass sich die Fortschritte durch die Wechselwirkung der Motivkomponenten und dem Optimismus der Zielbewertung bestimmen. Um dies zu überprüfen wurden in hierarchische Regressionsanalysen die unabhängigen Variablen des Anschlussmotivs (Hoffnung-auf-Anschluss, Furcht-vor-Zurückweisung) zusammen mit dem Zieloptimismus bei aufsuchenden beziehungsweise bei meidenden Zielen als erster Schritt in die Gleichung aufgenommen. Der Interaktionsterm beider Variablen (multiplikative Verknüpfung von Motivkomponente und Zielbewertung) ging als zweiter Schritt in die Analyse ein. Als abhängige Variablen wurden die Zielfortschritte für aufsuchende und meidende Ziele eingesetzt. Die Regressionsanalysen brachten für Hoffnung-auf-Anschluss signifikante Interaktionseffekte, die in den Tabellen 8.5 und 8.6 dargestellt sind. Um die Interaktion zu veranschaulichen, wurden nach einem Vorgehen von Aiken und West (1991, auch Cohen & Cohen, 1983) Werte für die kontinuierlichen Maße der Motivkennwerte und für den Zielopti-

mismus in die Regressionsgleichung eingesetzt, die je eine Standardabweichung über und unter dem Mittelwert liegen. Aus der Regressionsgleichung mit diesen beispielhaften Werten für die unabhängigen Variablen wird dann die abhängige Variable der Zielfortschritte geschätzt. Die Abbildungen 8.1 und 8.2 zeigen die Ergebnisse in graphischer Form.

**Table 8.5.** Hierarchische Regression: HA x Optimismus bei Annäherungszielen; Vorhersage von Zielfortschritten bei Annäherungszielen.

Block	Variable	$\Delta R^2$	df	$\Delta F$	B
1	Prädiktoren erster Ordnung	.16	2/79	7.02***	
	Hoffnung-auf-Anschluss (HA)				.15
	Optimismus bei Annäherungszielen				.64***
2	HA x Zieloptimismus	.07	1/78	6.86*	-.38*
Gesamtes R <sup>2</sup>		.23	3/79	7.34***	

Anmerkung: B ist der Regressionskoeffizient aus der letzten Regressionsgleichung. \*  $p < .05$  p\*\*\*  $< .001$

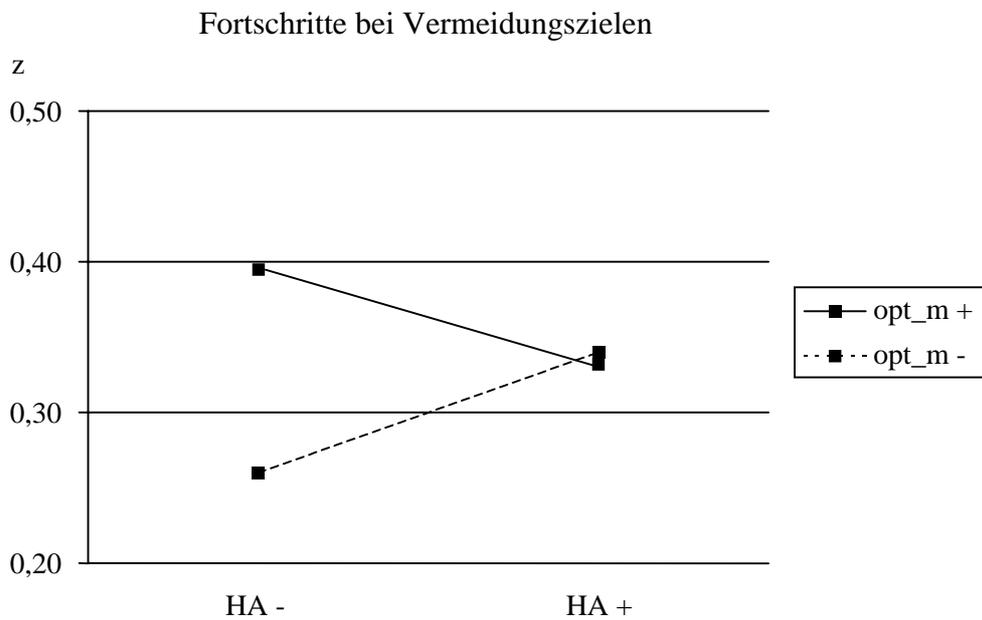


**Abbildung 8.1.** Darstellung des Interaktionsterms Hoffnung-auf-Anschluss und Optimismus bei Annäherungszielen.

**Tabelle 8.6.** Hierarchische Regression: HA x Optimismus bei Vermeidungszielen; Vorhersage von Zielfortschritten bei Vermeidungszielen.

Block	Variable	$\Delta R^2$	df	$\Delta F$	B
1	Prädiktoren erster Ordnung	.03	2/79	0.83	
	Hoffnung-auf-Anschluss (HA)				.01
	Optimismus bei Vermeidungszielen				.21
2	HA x Zieloptimismus	.08	1/77	5.37	-.29*
Gesamtes R <sup>2</sup>		.11	3/79	2.38	

*Anmerkung:* B ist der Regressionskoeffizient aus der letzten Regressionsgleichung. \*  $p < .05$



**Abbildung 8.2.** Darstellung des Interaktionsterms Hoffnung-auf-Anschluss und Optimismus bei Vermeidungszielen.

Abbildung 1 zeigt, dass die größten Fortschritte bei Annäherungszielen erreicht werden, wenn eine hohe Hoffnung-auf-Anschlussausprägung und eine optimistische Zielbewertung zusammen kommen. Bewerten hoch Anschlussmotivierte ihre Ziele wenig optimistisch, liegen sie mit ihren Zielfortschritten - wie auch die Niedrigmotivierten - unter den Zielerfolgen optimistischer Hoffnung-auf-Anschlussmotivierter. Auf Abbildung 8.2 ist hingegen zu erkennen, dass eine optimistische Bewertung von Vermeidungszielen bei hoch Anschlussmotivierten anders als bei Niedrigmotivierten nicht zu Fortschritten beiträgt.

Furcht-vor-Zurückweisung interagiert bei der Vorhersage von Zielfortschritten nicht mit der Zieleinschätzung (FZ x opt\_a:  $\Delta R^2 = .01$ ,  $\Delta F(1/74) = .18$ , ns;  $R^2_{\text{gesamt}} = .13$  / FZ x opt\_m:  $\Delta R^2 = .03$ ,  $\Delta F(1/74) = 2.52$ , ns;  $R^2_{\text{gesamt}} = .15$ ).

**Überprüfung der Hypothese IV.** Es finden sich Zusammenhänge zwischen Furcht-vor-Zurückweisung und Wohlbefindensbeeinträchtigungen. Hoffnung-auf-Anschluss korreliert positiv mit dem Wohlbefinden.

Die Zusatzhypothese zum Wohlbefinden wird durch Korrelationsanalysen nach Pearson geprüft. Die Motivmaße werden mit den Befindenskennwerten zum ersten und zweiten Messzeitpunkt korreliert. Zusätzlich wird der Einfluss, den das Befinden zu Semesterbeginn auf den Zusammenhang von Motiven und dem Wohlbefinden zu Semesterende hat, kontrolliert, indem Partialkorrelationen errechnet werden.

**Tabelle 8.7.** Interkorrelationen der Motiv- und Zielkennwerte mit den Wohlbefindensmaßen zum ersten und zweiten Messzeitpunkt. Partialkorrelationen sind in Klammern dargestellt. N = 79.

	Messzeitpunkt I				Messzeitpunkt II							
	Affekt	Soma	Sozi	Depr	Affekt	Soma	Sozi	Depr	Affekt	Soma	Sozi	Depr
HA	.16	-.22*	-.01	-.20	.25*	(.21*)	-.17	(-.10)	-.04	(.02)	-.17	(-.10)
FZ	-.07	-.03	.22*	.17	-.12	(-.10)	.22*	(.27*)	.34**	(.27*)	.23*	(.16)
Opt_a	.06	-.02	-.03	.03	.23*	(.22*)	.01	(.03)	.03	(.03)	-.02	(-.05)
Opt_m	.01	.02	-.06	-.06	-.14	(-.16)	.13	(.14)	.04	(.08)	.06	(.11)
Affekt	-	-	-	-	.34**	-	-.19	-	-.28*	-	-.31**	-
Soma	-	-	-	-	-.19	-	.44**	-	.19	-	.29**	-
Sozi	-	-	-	-	-.25*	-	.48**	-	.56***	-	.50***	-
Depr	-	-	-	-	-.31**	-	.37**	-	.41***	-	.58***	-

\* p < .05, \*\* p < .01, \*\*\* p < .001

Wir können anhand der Tabelle kurz- und längerfristige Zusammenhänge zwischen Motivkennwerten und Wohlbefindensmaßen analysieren:

Die zum gleichen Messzeitpunkt erhobenen Kennwerte korrelieren in vorhergesagter Richtung miteinander: Hoffnung-auf-Anschluss korreliert in der Tendenz positiv mit emotionalem Wohlbefinden, tendenziell negativ mit Depressivität und signifikant negativ mit der Tendenz zur Somatisierung: je höher die Hoffnung-auf-Anschluss, desto positiver das emotionale Wohlbefinden und desto geringer die Niedergeschlagenheit und Somatisierungstendenz. Furcht-vor-Zurückweisung korreliert mit Unsicherheit im Sozialkontakt und tendenziell mit Depressivität: Je stärker die Furcht, desto größer die soziale Unsicherheit und die Neigung zur Depression.

Auch längerfristig findet sich für Hoffnung-auf-Anschluss ein positiver Zusammenhang mit dem emotionalen Wohlbefinden, für Furcht-vor-Zurückweisung besteht hier eine negative, wenn auch nicht signifikante Beziehung. Zurückweisungsfurcht korreliert signifikant mit Beeinträchtigungen wie Somatisierung, Unsicherheit im Sozialkontakt und Depressivität: je höher die Zurückweisungsfurcht, desto höher die Punktwerte auf den Skalen zu psychischen Symptomen. Wie die Partialkorrelationen in Tabelle 7 zeigen, bleiben die Korrelationskoeffizienten auch nach der Kontrolle der Ausgangsmessung bestehen und zumeist signifikant.

Die hohen positiven Zusammenhänge zwischen den Befindensmessungen der beiden Erhebungszeitpunkte machen es nötig, in weiteren Analysen das Ausgangsbefinden als Kovariate zu kontrollieren.

### *Zusätzliche Analysen*

Die optimistische Einschätzung von Annäherungszielen korreliert ebenso wie Hoffnung-auf-Anschluss positiv mit dem emotionalen Wohlbefinden 16 Wochen später (Tabelle 8.7). Je optimistischer die Zielbewertung zu Beginn ist, desto besser ist auch das spätere Befinden. Um die Möglichkeit zu überprüfen, dass Motiv- und Zielbewertungsvariablen hier interagieren, wurden Regressionen auf die Befindenskennwerte errechnet. Hierzu wurde das Befinden zum ersten Messzeitpunkt als Kovariate berücksichtigt, Motiv- und Zielkennwerte als getrennte Schritte eingeführt und die Interaktion beider als weiterer Schritt in die Analyse aufgenommen. Keine der Wechselwirkungen wurde signifikant.

Der Zusammenhang der Motivkennwerte mit dem Wohlbefinden ist also direkt und wird nicht durch die Zieleinschätzung vermittelt.

### *Spezifität der Effekte*

Nun wäre es möglich, dass nicht speziell die Komponenten des Anschlussmotivs für den Zusammenhang mit den Befindenskennwerten verantwortlich sind, sondern beispielsweise eine allgemeine motivübergreifende Hoffnung oder Furcht. Um dies auszuschließen, wurden zusätzliche Korrelationsanalysen mit Hoffnungs- und Furchtkomponenten der Motive Leistung und Macht gerechnet, die ebenfalls durch die Motivmessung erhoben wurden. Hier zeigten sich keine signifikanten Zusammenhänge, was für die Annahme ganz spezifischer Effekte des Anschlussmotivs spricht.

### **Diskussion**

Mit der ersten Untersuchung wurden die Prämisse, eine Modellannahme und die Zusatzhypothese zum Wohlbefinden überprüft:

Unser Modell stützt sich auf die Annahme, dass Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte nicht einseitig Annäherungs- oder Vermeidungsziele generieren, sondern beide Zielarten auswählen. Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte nutzen zudem ihre anslussthematischen Ziele zur Ausrichtung ihrer Bewusstseinsinhalte, ihrer Wahrnehmung und ihres Verhaltens. Es sollte ihnen leicht fallen, Fortschritte zu erzielen. Zwischenmenschliche Situationen sind für sie bedeutungsvoll, gleichzeitig können sie frei von Furcht in ihnen agieren. Zurückweisungsfürchtenden gelingt eine effiziente Selbstregulation durch die Zielsetzungen aufgrund ihrer Furcht hingegen nicht. Bewusstseinsinhalte, Wahrnehmung und Verhalten orientieren sich nicht an der Zielsetzung, sie verhalten sich genauso häufig angemessen wie unangemessen. Aus diesem Grund kann für sie auch kein Zusammenhang mit den Zielfortschritten bestehen. Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte berichten unabhängig von der Zielsetzung gutes und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte schlechtes Befinden.

Betrachten wir nacheinander, ob die Befunde mit den Hypothesen in Einklang stehen:

**Prämisse.** Das Modell beruht auf der Grundvoraussetzung, dass es keine Bevorzugung von Zieltypen im Sinne einer stabilen Eigenschaft gibt, sondern dass die Bestimmung erfolgreichen Sozialverhaltens auch immer eine Analyse von Situationsmerkmalen erfordert und so Ziele flexibel gewählt werden müssen. Der erforderlichen Flexibilität der Zielwahl werden Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte gerecht, indem sie sich konkrete Annäherungs- und Vermeidungsziele set-

zen. Da beide Zieltypen eine wichtige Funktion für das Motivziel erfüllen, sollten sie auch gleich optimistisch bewertet werden.

Zur Überprüfung dieser Annahme wurden Studienanfänger aufgefordert, an-schluss-thematische Ziele anzugeben, die sie in ihrem ersten Semester verfolgen wollen. Dies sollte ihnen leicht fallen, da der Studienbeginn durch die Interaktion mit fremden Kommilitonen einen hohen Anregungsgehalt für das Anschlussmotiv bietet. Korrelationsanalysen, die den Zusammenhang der Motivausprägung mit der Anzahl gesetzter Annäherungs- und Vermeidungsziele überprüfen sollten, fanden hypothesengerecht die erwartete Unabhängigkeit. Ein hohes Hoffnungs- oder Furchtmotiv hängt nicht mit einer Bevorzugung von Annäherungs- oder Vermeidungszielen zusammen. Es besteht keine Kongruenz von Motiv- und Zielrichtung. Auch zeichnen sich Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte nicht durch eine einseitige optimistische Bewertung von Annäherungs- oder Vermeidungszielen aus. Der Zieloptimismus ist mit der Höhe der Motivausprägung nicht korreliert. Unsere Prämisse der flexiblen Zielsetzungsstrategie kann somit als erfüllt gelten.

Mit der Ablehnung einer Kongruenz von Motiv- und Zielrichtung ist ein wichtiger zentraler Gedanke des hierarchischen Anschlussmotivationsmodells unterstützt worden. Entgegen der Auffassung, dass Annäherungsziele der Ausdruck eines Hoffnungsmotivs und Vermeidungsziele der Ausdruck eines Furchtmotivs sind (Elliot et al., 1997), wird hier berücksichtigt, dass das übergeordnete Motivziel eines Furchtmotivierten nicht in einer Vermeidung bestehen kann. Auch Zurückweisungsfürchtende streben nach Anschluss. Wenn sie dies nicht tun würden, wären soziale Situationen auch kein Anreiz für sie und wir würden sie als niedrigmotiviert bezeichnen. Wenn das Motivziel Hoffnungs- und Furchtmotivierter in einer Annäherung besteht, müssen Ziele generiert werden, die zu dieser Annäherung beitragen. In komplexen sozialen Situationen ist eine erfolgreiche Annäherung jedoch nicht nur von der Person abhängig, sondern wird auch durch die äußere soziale Situation mitbestimmt. So legen beispielsweise soziale Regeln und Umgangsformen fest, ob in einer spezifischen sozialen Situation eine Annäherung oder eine Vermeidung - also die Verfolgung eines entsprechenden Ziels - angebracht ist. Wird den sozialen Anforderungen entsprochen, führt dies zu einer Annäherung, wird ihnen widersprochen, misslingt sie. Hoffnungs- und Furchtmotivierte müssen also auf dem Wege zu ihrem Motivziel auch strategische Ziele in Anspruch nehmen, auch wenn sie ihrer grundsätzlichen Tendenz aufzusuchen oder zu vermeiden nicht entsprechen. Wir betonen mit der Annahme von grundsätzlichen und strategischen Zielen die Funktionalität der konkreten Teilziele in der Hierar-

chie von Motiv und Verhalten. Hoffnungs- und Furchtmotivierte wählen Annäherungs- und Vermeidungsziele.

Sie unterscheiden sich also auf der Zielebene noch nicht voneinander, hier besteht für sie die gleiche Ausgangsbasis. Dies spricht indirekt schon für unsere Annahme, dass es erst in den sozialen Situationen selbst zur Anregung von Furcht kommt, die dann beeinträchtigend wirkt. Mit der folgenden Hypothese gehen wir die Fragestellung direkt an.

**Hypothese III.** Die dritte Modellhypothese besagt, dass Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte Ziele besser umsetzen können als niedrig Hoffnungsmotivierte, Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte sich jedoch von niedrig Anschlussmotivierten nicht in dieser Kompetenz unterscheiden. Das Verhalten hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierter entspricht ihren Zielsetzungen und ist dadurch effizienter: Konkrete verhaltensnahe Ziele werden unmittelbar in entsprechendes annäherndes oder vermeidendes Verhalten umgesetzt. Für Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte, bei denen das Verhalten unabhängig von der Zielsetzung ist, sollte auch kein Zusammenhang der Motivausprägung mit den Zielfortschritten bestehen.

Um dies zu überprüfen, ließen wir die Probanden ihre zu Studienbeginn angegebenen anschluss-thematischen Annäherungs- und Vermeidungsziele zu Semesterende hinsichtlich der Fortschritte und Erfolge beurteilen. Entgegen der Hypothese verfehlte die Korrelation des Hoffnungsmaßes mit den Zielfortschritten jedoch die Signifikanz. Die Komponenten des Anschlussmotivs hängen beide nicht mit den Zielfortschritten zusammen. Um diesen nicht hypothesenkonformen Befund aufzuklären, betrachteten wir zusätzlich die Zielbewertung. Einige Untersuchungen sprechen positiven Zielbewertungen, zum Beispiel die nach der Entschlossenheit der Zielverfolgung eine wesentliche Rolle bei deren Annäherung zu (Locke & Latham, 1984; Early & Kanfer, 1985). Um zu überprüfen, ob auch hier die optimistische Bewertung positive Konsequenzen hat und gemeinsam mit den Motivkennwerten die Zielfortschritte bestimmt, überprüften wir deren Interaktionseffekte. Dass es modellgerecht auf der Ebene der Ziele und Zielbewertung keine Unterschiede zwischen Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten gibt, schließt nicht aus, dass Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte später, in der sozialen Situation selbst, die optimistische Zielbewertung besser zur Selbstregulation nutzen können als Furchtmotivierte, denen auch hier ihre Furcht im Wege steht. Genau dies fand sich in den Befunden: Hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte, die ihre Annäherungsziele optimistisch bewerteten, machten die größten Fortschritte vor Hoffnungsmotivierten mit geringem Zieloptimismus und vor niedrig Anschlussmotivierten im allgemeinen. Die positiven Konsequenzen einer op-

timistischen Zielbewertung beschränkten sich jedoch auf die Verfolgung von Annäherungszielen. Furcht-vor-Zurückweisung interagierte hingegen weder mit einer optimistischen Einschätzung von Annäherungs- noch mit der von Vermeidungszielen. Eine solche Asymmetrie zwischen Hoffnungs- und Furchtmotiv haben wir für andere Variablen in einer Hypothese formuliert: Furchtmotivierte sollten aufgrund der in sozialen Situationen entstehenden Furcht ihre Zielsetzung nicht zur Selbstregulation nutzen können; Hoffnungsmotivierten gelingt dies gut. Nach dem Interaktionsbefund aus dieser Untersuchung können wir diese Annahme noch erweitern: Im Gegensatz zu hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten können Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte weder die *Richtung* ihrer Zielsetzung noch die optimistische *Bewertung* ihrer Ziele zur Selbstregulation nutzen.

Wenden wir uns nach diesem Exkurs über die Interaktion von Motivkomponente und Zielbewertung wieder der ursprünglichen Hypothese des direkten Zusammenhangs von Motiv und Zielfortschritten zu.

Eine Erklärung dafür, dass sie sich nicht bestätigen ließ - die gleichzeitig jedoch den vorangegangenen Interaktionsbefund in Frage stellt - ist, dass die von den Probanden angegebenen Ziele in ihrer Schwierigkeit nicht miteinander vergleichbar sind und so auch keine klaren Aussagen über das Ausmaß der Zielfortschritte gemacht werden können. Ein Proband mit dem Ziel „Ich möchte gerne nette Bekanntschaften schließen“ hat leichteres Spiel als ein Proband, der sich vornimmt, tiefe und intime Freundschaften aufzubauen. Die Ziele unterscheiden sich hinsichtlich ihrer inhaltlichen und zeitlichen Reichweite, das erste ist leichter zu erreichen als das zweite. Die Probanden geben zwar eine subjektive Einschätzung der Schwierigkeit an, die generierten Ziele werden jedoch nicht nach ihrer tatsächlichen Schwierigkeit klassifiziert. Eine „objektive“ Schwierigkeit zu messen würde erfordern, soziale Fähigkeiten und günstige und ungünstige Bedingungen der Zielumsetzung für jeden Probanden bestimmen und verrechnen zu können. Da dies aus praktischen Gründen nicht möglich ist, vergleichen wir letztendlich Ziele von unterschiedlicher Komplexität miteinander. Das wiederum hat zur Folge, dass auch die Zielfortschritte bei einfachen Zielen nicht mit denen schwieriger zu vergleichen sind.

Theoretisch sind auch systematische Motivunterschiede nicht auszuschließen. Hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte könnten sich von vornherein anspruchsvollere Ziele gesetzt haben als Niedrigmotivierte. Vielleicht bevorzugen hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte - in Analogie zur Aufgabenwahl Furcht-vor-Misserfolgsmotivierter (Atkinson & Litwin, 1960) - Ziele von extrem hoher oder niedriger Schwierigkeit. Ebenso bestünde die Möglichkeit, dass sich niedrig Anschlussmoti-

vierte eher zufrieden geben als hoch Anschlussmotivierte oder dass Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte ihre Erfolge schmälern und Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte sie überschätzen oder umgekehrt.

Das Problem der unterschiedlich komplexen Zielsetzungen wird ausgeschlossen, wenn die Probanden alle das gleiche Ziel verfolgen würden. Dies geht zwar zulasten der Individualität, ermöglicht jedoch eine Kontrolle der Ausgangslage und gewährleistet Vergleichbarkeit. Diesem Vorteil das größere Gewicht beimessend generieren die Probanden der nächsten Untersuchungen ihre Ziele nicht frei, sondern verfolgen ein konkretes von außen vorgegebenes Ziel.

**Hypothese IV.** Das Untersuchungsdesign über mehrere Wochen bietet zusätzlich die Möglichkeit, die vermuteten negativen Beziehungen zwischen Furcht-vor-Zurückweisung und dem Wohlbefinden und die positiven Beziehungen zwischen Hoffnung-auf-Anschluss und gutem Befinden zu überprüfen. Dieser Zusammenhang ist nach unserer Argumentation nicht durch die Wahl des Zieltyps vermittelt, wie beispielsweise Elliot und Sheldon (1998) vermuten. Furchtmotivierte sind nicht in ihrem Befinden beeinträchtigt, da sie Vermeidungsziele wählen, und Hoffnungsmotivierte gelangen nicht über Annäherungsziele zu Wohlbefinden. Das Befinden sollte stattdessen mit der Fähigkeit zusammenhängen, Ziele in Verhalten umsetzen zu können. Da Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte über diese Fähigkeit verfügen, sollten sich für sie direkte, vom Zieltyp unabhängige, positive Zusammenhänge mit dem Wohlbefinden ergeben. Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte sind in ihrem Befinden beeinträchtigt.

Die Probanden machten zu Semesterbeginn und -ende Angaben zu ihrem emotionalen Wohlbefinden und zu psychischen und psychosomatischen Symptomen. So konnten Zusammenhänge zwischen den Motivkennwerten und dem Befinden zum selben Messzeitpunkt und längerfristig über die 4 Monate betrachtet werden: Sowohl die kurz- als auch die längerfristigen Analysen entsprachen den Hypothesen: je höher die Hoffnung-auf-Anschluss, desto geringer die Neigung zur Somatisierung und Depressivität. Furcht-vor-Zurückweisung hing positiv mit Unsicherheit im Sozialkontakt und in der Tendenz auch mit Depressivität zusammen. Hoffnung-auf-Anschluss korrelierte positiv mit dem 16 Wochen später erhobenen emotionalen Befinden, höhere Furcht ging mit Somatisierungssymptomen, Unsicherheit im Sozialkontakt und Depressivität einher. Als Erklärung haben wir angeführt, dass sich Furchtmotivierte in an-schluss-thematischen Situationen in einem Spannungsverhältnis von Annäherung und Vermeidung befinden, das einem Stresszustand ähnlich ist und eine effektive Verhaltensregulation behindert. Die ständigen Bemühungen um Anschluss bei gleichzeitig hoher Furcht verlaufen überwiegend im Sande, da Ziele nicht in adäquates Verhalten

umgesetzt werden. Dies könnte die Ursache für die depressiven Verstimmungen und die psychosomatischen Störungen sein.

Der erwartete Zusammenhang von Furcht und schlechtem emotionalen Wohlbefinden blieb aus, wenn auch eine geringe Korrelation in die richtige Richtung weist. Unerwartet war außerdem das Ausbleiben einer deutlich negativen Beziehung zwischen Hoffnung-auf-Anschluss und Somatisierungssymptomen und Depressivität. Eine aufsuchende Anschlussmotivation scheint dem emotionalen Wohlbefinden zugute zu kommen, während Zurückweisungsfurcht gemeinsam mit körperlichen Symptomen oder psychischen Beeinträchtigungen auftritt.

Als Resümee kann gezogen werden, dass sich Zusammenhänge der Motive mit dem Wohlbefinden finden, die nicht durch die Art der Zielsetzung moderiert werden. Die Partialkorrelationen weisen zudem darauf hin, dass die Beziehungen über die Zeit stabil bleiben oder sich sogar noch verstärken.

### **Zusammenfassung der modellrelevanten Befunde**

Die erste Untersuchung stützt weitestgehend die grundlegenden Hypothesen zum Modell:

- Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte wählen Annäherungs- *und* Vermeidungsziele. Bei beiden finden sich keine Unterschiede in der Bewertung der Zieltypen.
- Hoffnung-auf-Anschluss hängt positiv mit dem Wohlbefinden und Furcht-vor-Zurückweisung mit Beeinträchtigungen zusammen.
- Nicht bestätigt werden konnte die Annahme eines direkten Zusammenhangs von Hoffnung-auf-Anschluss und den Zielfortschritten. Hoffnungsmotivierte erzielen jedoch dann größere Fortschritte bei Annäherungszielen, wenn sie sie optimistisch bewerten.
- Furcht-vor-Zurückweisung hängt wie erwartet nicht mit den Zielfortschritten zusammen und auch eine optimistische Zielbewertung trägt nicht zu vermehrten Fortschritten bei.

In den nächsten beiden Untersuchungen gilt es, die zentrale Modellannahme zu prüfen, dass Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten die Regulation der Bewusstseinsinhalte, der Wahrnehmung und des Verhaltens durch die Zielsetzung weniger gut gelingt als den Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten. Um zu verhindern, dass Ziele gewählt wer-

den, die unterschiedlich komplex und somit nicht vergleichbar sind, kontrollieren wir die Zielsetzung und geben in einem experimentellen Untersuchungsdesign ein Annäherungs- oder Vermeidungsziel vor.

## KAPITEL 9

### UNTERSUCHUNG II:

#### DIE AUSRICHTUNG DER WAHRNEHMUNG UND DER BEWUSSTSEINSINHALTE DURCH DIE ZIELSETZUNG

##### **Einführung und Hypothesen**

Wir haben in Kapitel 5 erläutert, dass Zielsetzungen die Wahrnehmung und das Bewusstsein auf zielrelevante Informationen lenken sollten und in Kapitel 6 beschrieben, wie wir diese Maße der Selbstregulation durch Zielsetzungen erheben wollen. Grundsätzliche und strategische Ziele sind nach unserer Argumentation der sozialen Situation angepasst und stellen die bestmögliche Realisierung des übergeordneten Motivziels dar. Auf unterster Stufe der Hierarchie von Motiv und Zielen regulieren sie das Verhalten direkt. Während das übergeordnete Motivziel noch annähernde *und* vermeidende Strategien zulässt, ist also auf dieser Zielebene eine unmittelbare Umsetzung des Ziels notwendig: Eine Konzentration auf zielbezogene Informationen der Umwelt wird wichtig; die Richtung des Verhaltens sollte entsprechend der Zielsetzung annähernd oder vermeidend sein.

Wir nehmen nun an, dass die Wirkung der Zielsetzung auf die Wahrnehmung und das Bewusstsein nur für Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte, nicht jedoch für Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte zutrifft. Bei ihnen ist die Selbstregulation durch Zielsetzungen durch die interferierende Furcht gestört. Wir haben hierzu die folgende Modellhypothese formuliert:

##### ***Modellhypothese II***

*Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten gelingt es, Annäherungs- und Vermeidungsziele als Mittel der Selbstregulation - gemessen über Wahrnehmungs-, Bewusstseins- und Verhaltensmaße - einzusetzen. Für Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte wird hingegen ein Defizit vermutet, gesetzte Ziele zur Regulation dieser Maße zu nutzen.*

Mit diese Hypothese bewegen wir uns auf den Modellebenen der Motive, der konkreten Teilzielsetzungen und deren Umsetzung in Verhalten. Um ihre Gültigkeit zu überprüfen, werden Probanden in dieser und der nächsten Untersuchung bei der Verfolgung ihrer Ziele beobachtet. Wir geben ein konkretes Annäherungs- oder Vermei-

dungsziel vor, um systematisch überprüfen zu können, wie es die Probanden zur Aufmerksamkeitsausrichtung und Bewusstseinslenkung nutzen. Hier kommen also zwei der von uns entwickelten Methoden zum Einsatz.

Die Vorgabe eines Ziels rechtfertigt sich durch den Ausschluss von Schwierigkeiten, die mit individuellen, frei generierten Zielen in der vergangenen Untersuchung aufgetreten sind. Um kontrollieren zu können, dass das vorgegebene Ziel von den Probanden auch angenommen wird, erfassen wir auch hier die Bewertung der Ziele. Neben der Möglichkeit der Kontrolle der Zielübernahme dient die Erhebung der Zielbewertung noch zwei anderen Zwecken. Zum einen können wir einen Teil der Prämisse überprüfen, nach der die Bewertung von Annäherungs- und Vermeidungszielen durch Anschlussmotivierte gleich ausfallen sollte, und zum zweiten können wir feststellen, ob sich, wie in der vorangegangenen Untersuchung, unsere abhängigen Variablen aus der Interaktion von Zieloptimismus und Motivkomponenten erklären lassen.

### ***Erweiterung der Prämisse***

*Annäherungs- und Vermeidungsziele werden von Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten gleich bewertet.*

Wie bereits ausführlich bei der Darstellung unserer Erhebungsmethoden erläutert, erfassen wir die Ausrichtung der Wahrnehmung an der aktuellen Zielsetzung, indem wir eine Analyse der Betrachtung sozialer Bildsituationen vornehmen. Um herauszufinden, inwieweit die Ziele den Bewusstseinsstrom bestimmen, werden Geschichten, die die Probanden zu einem sozialen Szenario schreiben, inhaltsanalytisch ausgewertet:

### ***Blickverhalten***

Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte sollten sich in ihrem Blickmuster unterscheiden, je nachdem, ob sie ein Annäherungs- oder ein Vermeidungsziel verfolgen: Sie nehmen visuelle Informationen gemäß der Zielsetzung auf, scannen also soziale Situationen hinsichtlich zielrelevanter Inhalte. Bei einem Annäherungsziel sollte ihre Aufmerksamkeit den in den sozialen Situationen dargestellten Personen gelten, bei einem Vermeidungsziel sollten sie Ausschau nach sozial akzeptablen Ausweichmöglichkeiten halten. Für Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte wird erwartet, dass es ihnen nicht gelingt, sich auf zielbezogene Informationen zu konzentrieren. Die in zwischenmenschlichen Kontexten entstehende Furcht führt zu einer Beeinträchtigung der Regulation durch die Zielsetzung, hier also dazu, dass sie genauso viele relevante wie irrelevante Inhalte aufnehmen.

Wie auch in der Untersuchung zuvor wird auch hier angenommen, dass das Modell mit seiner hierarchischen Struktur aus Teilzielen und übergeordnetem Motivziel nur für Probanden mit hoher Ausprägung des Anschlussmotivs Sinn macht. Das Motivziel muss positiv valenziert sein, ansonsten besteht kein Grund, es über die Formulierung und Verfolgung untergeordneter Ziele erreichen zu wollen. Die Modellannahmen gelten also nur für hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und hoch Furcht-vor-Zurückweisungs-motivierte.

Die Konkretisierung der Modellhypothese lautet wie folgt:

### ***Hypothese II.1***

*Bei hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten hängt das Blickmuster von der Zielsetzung ab: Bei einem Annäherungsziel werden vermehrt menschliche Bildelemente fixiert, bei einem Vermeidungsziel nicht-menschliche Bildinhalte.*

*Bei hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten gelingt die Vorhersage des Blickmusters aus Kenntnis der Zielsetzung nicht.*

### ***Geschichteninhalte***

Die gedankliche Ausrichtung auf die Ziele messen wir, wie bereits beschrieben, durch Inhaltsanalysen anslussthematischer Geschichten. Wir können so herausfinden, ob die Bewusstseinsinhalte hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierter durch die Zielsetzung gelenkt werden. Bei Zurückweisungsfürchtenden sollten zielhinderliche Furchtkognitionen die eigentliche Zielsetzung in den Hintergrund drängen. Die gedankliche Ausrichtung Hoffnung-auf-Anschlussmotivierter auf das Ziel sollte sich in Annäherungsthematik der Geschichte äußern, wenn ein Annäherungsziel verfolgt wird und in meidenden Themen, wenn ein Vermeidungsziel gesetzt ist. Bei Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten sind die Inhalte unabhängig von der Art der Zielsetzung.

Die Modellhypothese lautet konkret:

### ***Hypothese II.2***

*Bei hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten fällt die Geschichte gemäß der Zielsetzung aus: Verfolgen sie ein Annäherungsziel, äußern sie mehr annähernde, bei einem Vermeidungsziel mehr meidende Anschlusssthematik.*

*Für hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte gelingt die Vorhersage der Geschichteninhalte aus Kenntnis der Zielsetzung nicht.*

## **Methode**

### ***Versuchspersonen***

An der Untersuchung nahmen 51 weibliche und 19 männliche Probanden mit einem mittleren Alter von 25.4 Jahren ( $SD = 4.97$ ) teil. 40 Psychologiestudenten des ersten Semesters wurden mit zwei Versuchspersonenstunden vergütet, 30 Studenten anderer Fachrichtungen bekamen 10,- DM. Die Probanden erhielten lediglich die Information, dass es um die Wahrnehmung sozialer Situationen geht, andere Vorkenntnisse über die Intention der Untersuchung sind nicht anzunehmen.

### ***Versuchsplan***

Der Hälfte der Probanden wurde ein Annäherungsziel, der anderen ein Vermeidungsziel instruiert. In der Bedingung des Annäherungsziels waren 26 Frauen und 9 Männer, in der der Vermeidungsziele 25 Frauen und 10 Männer. Es gab keine signifikanten Unterschiede zwischen den Gruppen in den anfangs erhobenen demographischen Variablen oder Motivkennwerten. Von der Bedingungsvariation abhängig sollen die Blickfixationen und die Geschichteninhalte sein.

### ***Erhobene Kennwerte***

#### ***Motivmessung***

Die Kennwerte Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung wurden wie in der ersten Untersuchung mit dem Multi-Motiv-Gitter erhoben (s.o., Schmalt et al., 1994).

#### ***Zielbewertung***

Auch die Zielbewertung erfolgte nach bekannter Methode. Die Probanden gaben für das vorgegebene Ziel an, wie entschlossen sie es verfolgen wollen und ob sie es für realisierbar halten (s.o., Brunstein, 1993; Emmons, 1986). Die übrigen Items erfragten Wichtigkeit und Schwierigkeit des Ziels, die eingeschätzten eigenen Fähigkeiten zur Zielerreichung und den bisherigen Erfolg bei ähnlichen Zielen.

#### ***Geschichte***

Die Geschichten zu der sozialen Situation wurden mit einem leicht abgewandelten Inhaltsschlüssel für das Anschlussmotiv verrechnet (Atkinson et al., 1954). Die Modifikation besteht darin, dass die in den Geschichten geäußerten Handlungen nicht nach ihrem Erfolg oder Misserfolg bewertet werden, sondern danach, ob sie eine Annäherung oder eine Vermeidung darstellen. Folgende Kennwerte können ermittelt werden:

**Table 9.1.** Kategoriensystem zur Verrechnung von Anschluss thematik in Geschichteninhalten mit Beispielen aus einer der Untersuchungen dieser Arbeit (modifiziert nach Atkinson et al., 1953).

Kategorie	Beispiel
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Bedürfnis nach Anschluss</li></ul>	Mit diesem Kursteilnehmer würde er sich gerne anfreunden.
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Annähernde oder vermeidende Aktivitäten</li></ul>	Er spricht die anderen Kursteilnehmer einfach an. / Er geht einem Zusammentreffen mit den anderen lieber aus dem Wege.
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ positiver und negativer Affekt</li></ul>	Er genoss es, mit den sympathischen Teilnehmern ein gemeinsames Gesprächsthema zu haben. / Er war enttäuscht und traurig, dass die anderen Teilnehmer sich nicht für ihn zu interessieren schienen.
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ antizipierter positiver oder negativer Zielzustand</li></ul>	Er hat ein gutes Gefühl, dass die Kursteilnehmer ihn mögen und in den Kurs aufnehmen. / Er ahnt schon, dass er nicht ausgewählt wird.
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Hindernisse aus der Umwelt oder aus der eigenen Person</li></ul>	Gerade als er auf einen Kursteilnehmer zugehen wollte, wandte dieser sich ab. / Der Zweifel daran, vielleicht nicht interessant genug sein zu können, macht ihn unsicher.
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Anschluss als alleiniges Thema der Geschichte</li></ul>	

### *Blickdaten*

Als relevantes Maß für das Annäherungsziel wurde die mittlere Dauer der Blickfixationen auf die dargestellten Personen, als Maß für das Vermeidungsziel die Betrachtungsdauer nicht-menschlicher Bildelemente berechnet. Die Analyseeinheiten der Bilder sind in Anhang 1 dargestellt.

### *Material und Geräte*

#### *Bildmaterial*

Als Bildmaterial dienten sechs Farbfotos mit sozialen Szenen, die in eine anchluss thematische Geschichte eingebettet sind. Realitätsgerecht variierten die Sozialszenarien bezüglich Anzahl, Geschlecht und Position der dargestellten Personen und der Anzahl und Art weiterer Betrachtungsmöglichkeiten. Bei der Auswertung wurde in die Fixation menschlicher und nicht-menschlicher Bildobjekte unterschieden. Differenziertere Auswertungsschablonen, die beispielsweise die Anzahl männlicher und weiblicher Darsteller oder Zweier- und Dreierkonstellationen berücksichtigen, brachten keine zusätzlichen Informationen, so dass hier der einfachsten Auswertungsschablone der Vorzug gegeben wurde.

### *Blickaufzeichnung*

Das IView-System der Firma SensoMotoric Instruments (SMI, Teltow) ermöglicht eine kontaktfreie Erhebung von Blickbewegungen. Es funktioniert nach der cornealen Reflextechnik: Auf das Auge der Versuchsperson wird Infrarotlicht gesendet, das von der Cornea zurückreflektiert wird. Diese Reflexion wird registriert und so die Erfassung von Koordinaten der Blicke auf das Bild im 20 ms Takt ermöglicht.

Die zur Hardware gehörende Videokamera und das Spiegel- und Reflexionssystem sind in einem 25 x 12 x 12 cm schwarzen Kasten untergebracht, der auf dem Tisch vor der Versuchsperson aufgestellt wird. Der Kopf des Probanden ist durch eine Kinnstütze circa 40 cm von der Kamera entfernt, fixiert.

Das Softwareprogramm IView ermöglicht die Darbietung des Kamerabildes auf einem Computermonitor und die individuelle Anpassung des Systems an das Auge jedes Probanden. Die Steuerung des Spiegelsystems und die Veränderung von Fokus- und Zoomfaktor geschieht mittels Tastenkombinationen. Das System wird kalibriert, indem die Probanden nacheinander dargebotene Punkte, die als Rahmen um die Bildfläche angeordnet sind, fixieren. Diese dienen als Referenzpunkte zur Berechnung der Blickkoordinaten.

Ein von diesem System unabhängiger Computerbildschirm dient als Präsentationsmedium für das Bildmaterial. Die Bilder füllen den 17-Zoll Monitor voll aus, für die Darbietung wurde ein herkömmliches Folienpräsentationsprogramm von Microsoft verwendet. In der Foliensortierung sind sechs Bilder, getrennt durch ein Pausenbild mit Fixationskreuz, nacheinander angelegt. Der Bildwechsel erfolgt manuell per Mausklick und zeitgleich mit dem Start der Blickaufzeichnung.

### *Blickauswertung*

Die Software bietet neben der Aufzeichnung der Blickbewegungen einige Möglichkeiten der Auswertung. Hier werden Blickfixationen als ein Verweilen des Blicks für mindestens 50 ms operationalisiert. Diese Mindestdauer der Betrachtung schließt aus, dass eine Aufzeichnung der Koordinaten gerade zur Zeit eines Blickwechsels von einem auf das andere Objekt stattfindet (Monty & Senders, 1976). Die Registrierung von Sakkaden ist somit unwahrscheinlich.

In die Blickanalyse wurden nur die ersten beiden Sekunden der Bildbetrachtung einbezogen. Mit einer längeren Aufzeichnung würden wir die Intention verfehlen, ein spontanes Scannen der sozialen Situation zu registrieren. Die Koordinaten des Blicks können zur Veranschaulichung durch Linien verbunden werden, so dass ein anschauliches Blickmuster auf das Bild entsteht (s. Kapitel 6).

## **Instruktionen**

Die Vorgabe der konkreten Teilziele und somit die Bedingungsvariation geschieht durch eine anschluss thematische Geschichte. Die Probanden vernahmen folgenden Sprechtext einer männlichen Stimme über Kopfhörer:

*„Versuchen Sie, sich in die folgende Situation hineinzusetzen:*

*Sie möchten unbedingt an einem Sprachkurs teilnehmen. Sie interessiert die Sprache, im Vordergrund steht für Sie jedoch, dass Sie hier gut neue nette Leute mit ähnlichen Interessen kennenlernen können.*

*[Pause] Sie entscheiden sich für einen Kurs, bei dem jedoch die Teilnehmerzahl begrenzt ist. Es gibt mehr Bewerber als freie Plätze. Der Kurs hat schon vor einem Monat angefangen, Sie können aber noch einsteigen. [Pause] Der Seminarleiter überlässt es der schon bestehenden Seminargruppe zu entscheiden, wen sie noch gerne in ihre Gruppe aufnehmen möchten. [Pause] Um sich die Entscheidung zu erleichtern, schlagen sie vor, dass sich jeder der Bewerber kurz vor der Gruppe vorstellt.*

für die Gruppe mit Annäherungsziel:

*Sie wollen unbedingt gut abschneiden und nehmen sich fest vor, ausgewählt zu werden.*

für die Gruppe mit Vermeidungsziel:

*Sie möchten auf keinen Fall zu denen gehören, die abgelehnt werden und nehmen sich fest vor, sich nicht zu blamieren.*

*Sie und die anderen Bewerber werden gebeten, sich an einem bestimmten Termin in dem Seminarraum einzufinden. Dieser Zeitpunkt ist nun gekommen.*

*Was werden Sie tun?*

für die Gruppe mit Annäherungsziel:

*Sie erinnern sich an ihr Ziel, unbedingt gut abzuschneiden und nehmen sich fest vor, ausgewählt zu werden.*

für die Gruppe mit Vermeidungsziel:

*Sie erinnern sich an ihr Ziel, auf keinen Fall zu denen zu gehören, die abgelehnt werden und nehmen sich fest vor, sich bei der Vorstellung nicht zu blamieren.*

*Bitte bewerten Sie dieses Ziel. Legen Sie die Kopfhörer beiseite und füllen die nächste Seite aus.“*

Die Anweisungen zur Motivmessung entsprechen den Standardinstruktionen. Die Erläuterungen zur Aufzeichnung von Blickbewegungen erfolgten mündlich. Der Proband wurde gebeten, eine bequeme Sitzhaltung vor der Kamera und die richtige Position auf der Kinnstütze einzunehmen. Seine erste Aufgabe bestehe darin, Punkte, die am Bildschirmrand erscheinen, mit den Augen zu verfolgen. Er wird aufgefordert, sich die Geschichte und das Ziel ins Gedächtnis zu rufen und die folgenden Bilder einfach zu betrachten.

Das Schreiben der Geschichte wird als abschließende kreative Aufgabe vorgestellt, für die 5 Minuten Zeit zur Verfügung steht. Die Probanden sollen das Szenario und die damit verbundenen Gefühle nachempfinden und in Anlehnung an die Instruktionen zum TAT in einer Geschichte festhalten, was in dieser Situation vorgeht, was die beteiligten Personen denken und fühlen und welche Absichten sie verfolgen. Sie werden aufgefordert, spontan und unzensiert aufzuschreiben, was ihnen als erstes in den Sinn kommt.

### ***Versuchsdurchführung***

Die Datenerhebung erstreckte sich über die Monate Februar bis April 2001 und wurde in einem Labor der Universität Wuppertal von einer weiblichen Versuchsleiterin in Einzelsitzungen durchgeführt.

Nach der Begrüßung und einer kurzen Erläuterung über den Ablauf der Versuchssitzung bearbeiteten die Probanden in etwa 15 Minuten das Multi-Motiv-Gitter. Anschließend erhielten sie über Kopfhörer die Instruktionen zur anschlussthematischen Geschichte, durch die auch die Bedingungsvariation, also die Zielvorgabe stattfand. Die Hälfte der Probanden erhielt ein Annäherungs-, die andere Hälfte ein Vermeidungsziel. Am Ende des Bandes wurden die Probanden aufgefordert, die Kopfhörer beiseite zu legen und auf einer ergänzenden Seite das entsprechende Ziel nach einer Reihe von Merkmalen zu bewerten. Dieser Versuchsabschnitt nahm rund 10 Minuten in Anspruch.

Nachdem die Probanden einige allgemeine Anweisungen zur Blickbewegungsaufzeichnung erhielten, begann die individuelle Anpassung des Aufzeichnungssystems an ein Auge der Probanden. Bei dieser Kalibrierung galt es, neun Punkte zu verfolgen, die am Rande der Bildschirmfläche präsentiert wurden. Die Versuchsleiterin steuerte an einem separaten Computer die Bilddarbietung für den Probanden als auch die Blickaufzeichnungs-Hardware. Während der Kalibrierung und der Aufzeichnung kontrollierte die Versuchsleiterin an ihrem Bildschirm durchgehend die Position des Auges der Probanden und die Stärke des cornealen Reflexes.

Jedes der sechs Bilder wurde für 10 Sekunden dargeboten und in den ersten beiden Sekunden die Blickkoordinaten der Bildbetrachtung aufgezeichnet. Während die Blickdaten für ein Bild gespeichert wurden, betrachtete der Proband ein Fixationskreuz in der Mitte des Bildschirms. Die Einstellung der Kamera und die Aufzeichnung und Abspeicherung der Blickkoordinaten dauerte im Mittel 10 Minuten.

Nach der Darbietung der Bilder wurde der Proband darauf hingewiesen, dass er nun noch eine weitere kreative Aufgabe bearbeiten wird. Er erhielt das Testheft mit den

schriftlichen Anweisungen, dass nun eine Geschichte zu dem gesehenen Bildmaterial zu schreiben sei.

Nach insgesamt circa 45 Minuten wurden die Probanden vergütet und verabschiedet.

## **Befunde**

### ***Datenvorbereitung und -aggregation***

#### *Zusammenfassung der Zielkennwerte*

Wie in der ersten Untersuchung wurden auch hier die hoch korrelierenden Variablen zur Zieleinschätzung zu Kennwerten der optimistischen Verfolgung von Annäherungs- und Vermeidungszielen zusammengefasst.

#### *Zusammenfassung der Kategorien der Geschichten*

Bei der Inhaltsanalyse der Geschichten wurden die Subkategorien des Verrechnungssystems zu

- annähernder Anschluss thematik

(annäherndes Verhalten + positiver Affekt + positiver antizipierter Zielzustand + Bedürfnis nach Anschluss)

und

- meidender Anschluss thematik

(vermeidendes Verhalten + negativer Affekt + negativer antizipierter Zielzustand + Bedürfnis nach Anschluss + Hindernisse)

aggregiert.

### **Deskriptive Statistik und interne Konsistenzen**

Die folgende Tabelle zeigt Mittelwerte, Standardabweichungen, Minima, Maxima und die internen Reliabilitätskoeffizienten Cronbach Alpha der erhobenen Kennwerte.

**Tabelle 9.2.** Deskriptive Statistik. N = 70.

		M	SD	Min	Max	Alpha
Hoffnung-auf-Anschluss	HA	5.30	2.34	1.00	12.00	0.65
Furcht-vor-Zurückweisung	FZ	5.63	2.90	1.00	11.00	0.61
Optimistische Bewertung des Annäherungsziels (N = 35)	Opt_a	-0.15	0.69	-1.77	0.91	-
Optimistische Bewertung des Vermeidungsziels (N = 35)	Opt_m	0.01	0.60	-1.20	1.10	-
Dauer der Blickfixationen auf die dargestellten Personen	Blick_a*	74.78	10.0	51.33	92.33	-
Dauer der Blickfixationen auf nicht-menschliche Bildinhalte	Blick_m *	30.92	9.69	6.50	58.50	-
Positive, annähernde Anschluss-thematik in der Geschichte	Gesch_a	4.66	1.33	1.00	8.00	-
Negative, vermeidende Anschluss-thematik in der Geschichte	Gesch_m	1.86	0.89	0.00	4.00	-

*Anmerkung:* \* Blickdauer in Prozent der Blickfixationen

Die Blickdauer auf die dargestellten Personen ist im Mittel mehr als doppelt so lang wie die Blickdauer auf nicht-menschliche Bildkomponenten. Die Geschichten beinhalten mehr aufsuchende Anschluss-thematik als meidende.

### **Geschlechtsunterschiede**

Um mögliche Geschlechtsunterschiede zu erfassen, wurden die 19 Versuchsteilnehmer mit den 51 Teilnehmerinnen in den erhobenen Variablen mittels T-Tests verglichen. Es fanden sich keine signifikanten Unterschiede.

### **Überprüfung der Hypothesen**

Bevor wir die spezifischen Untersuchungshypothesen betrachten, überprüfen wir erneut einen Teil der Prämisse.

*Überprüfung der Ergänzung zur Prämisse. Annäherungs- und Vermeidungsziele werden von Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten gleich bewertet.*

Tabelle 9.3. stellt die für die Prämisse relevanten Korrelationskoeffizienten dar.

**Tabelle 9.3.** Korrelationen der Motivkennwerte mit der optimistischen Bewertung von Annäherungs- und Vermeidungszielen. Annäherungsziel: N = 35, Vermeidungsziel: N = 35.

	opt_a	opt_m
HA	.16	.11
FZ	-.12	-.26

Hoffnung-auf-Anschluss korreliert mit der optimistischen Einschätzung des Annäherungs- und Vermeidungsziels in gleicher Richtung. Auch für Furcht-vor-Zurückweisung trifft dies zu, die Koeffizienten weisen jedoch auf einen negativen Zusammenhang hin.

Wenden wir uns der Überprüfung der zentralen Hypothese zur Selbstregulation durch die Zielsetzung zu.

*Überprüfung der Hypothese II.1. Das Blickmuster hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierter hängt von der Zielsetzung ab: Bei einem Annäherungsziel werden vermehrt menschliche Bildelemente fixiert, bei einem Vermeidungsziel nicht-menschliche Bildinhalte. Bei hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten gelingt die Vorhersage des Blickmusters aus Kenntnis der Zielsetzung nicht.*

### *Korrelationsanalysen*

Betrachten wir zunächst, ob wir in Korrelationsanalysen Hinweise für die Richtigkeit der Hypothese gewinnen können.

**Tabelle 9.4.** Korrelationen der Motivkennwerte und der Blickdauer auf aufsuchende und meidende Bildelemente, getrennt nach den Versuchsbedingungen. N = 35.

		Blick_a	Blick_m
Annäherungsziel	HA	.17	-.13
	FZ	.32	-.04
Vermeidungsziel	HA	-.29	.28
	FZ	.29	-.35

Für die Vermeidungsziel-Bedingung gilt in der Tendenz: Je höher die Hoffnung-auf-Anschluss, desto länger die Betrachtungsdauer zielrelevanter Bildobjekte ( $r = .28$ , ns) und desto kürzer die Blickdauer auf nicht zielbezogene Bildinhalte ( $r = -.29$ , ns). Für Probanden mit einem Annäherungsziel zeigt sich hypothesenkonform das umgekehrte Muster. Je höher also die Hoffnung-auf-Anschluss, desto länger ist die Fixationsdauer auf zielrelevantes Material ( $r = .17$ , ns) und desto kürzer die auf irrelevantes Material ( $r = -.13$ , ns). Furcht-vor-Zurückweisung korreliert hingegen in beiden Versuchsbedingungen positiv mit der Betrachtungszeit der dargestellten Personen ( $r = .32$ , ns;  $r = .29$ , ns) und bei einem Vermeidungsziel zusätzlich negativ mit alternativen Bildelementen ( $r = -.35$ , ns). Unabhängig davon, ob ein annäherndes oder vermeidendes Ziel verfolgt wird, findet sich mit zunehmender Furcht eine längere Betrachtung der sozialen Interaktionspartner. Regressionsanalysen werden zeigen, ob sich das Korrelationsmuster auch weiter absichern lässt.

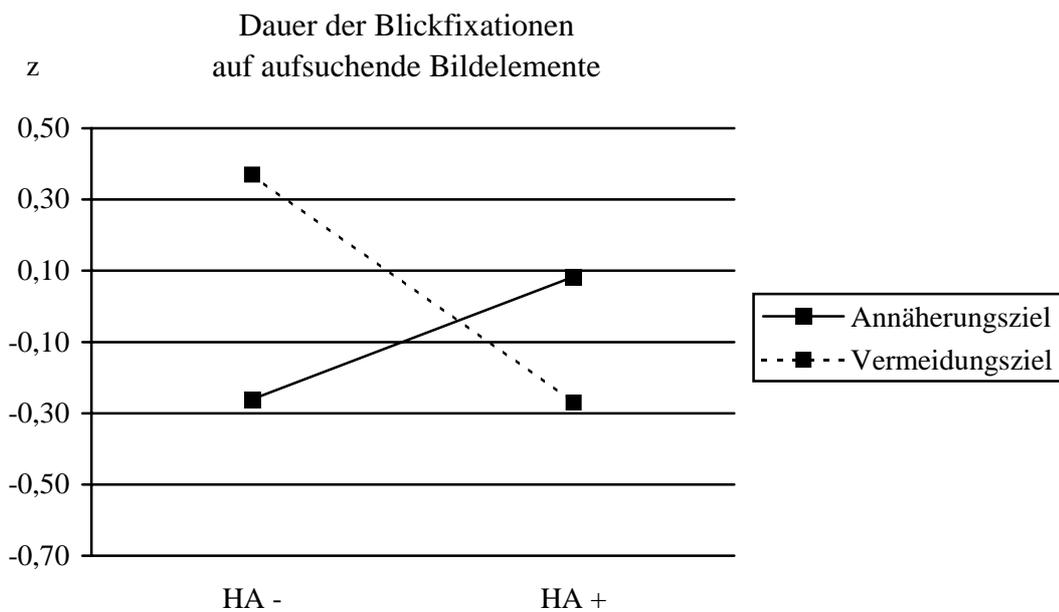
### *Regressionsanalysen*

Als erster Schritt wurden das Motivmaß (Hoffnung-auf-Anschluss oder Furcht-vor-Zurückweisung) und die Gruppenzugehörigkeit (Annäherungs- oder Vermeidungsziel) in eine hierarchische Regressionsanalyse eingeführt. Als nächster Schritt ging der Interaktionsterm beider ein. Abhängige Variablen waren die Fixationszeiten auf aufsuchende und meidende Bildelemente. Es fanden sich für das Hoffnungsmaß tendenziell signifikante Wechselwirkungen. Tabelle 9.5 und Abbildung 9.1 zeigen die Interaktion für die Dauer der Blickfixationen auf aufsuchende Bildelemente.

**Table 9.5.** Hierarchische Regression: HA x Zielsetzung;  
Vorhersage der Dauer von Blickfixationen auf aufsuchende Bildelemente.

Block	Variable	$\Delta R^2$	Df	$\Delta F$	B
1	Prädiktoren erster Ordnung	.008	2/70	.23	
	Hoffnung-auf-Anschluss (HA)				-.07
	Bedingung: Zielsetzung				.07
2	HA x Zielsetzung	.06	1/69	3.79	-.25
					p = .056
	Gesamtes R <sup>2</sup>	.07	3/70	1.41	

*Anmerkung:* B ist der Regressionskoeffizient aus der letzten Regressionsgleichung.



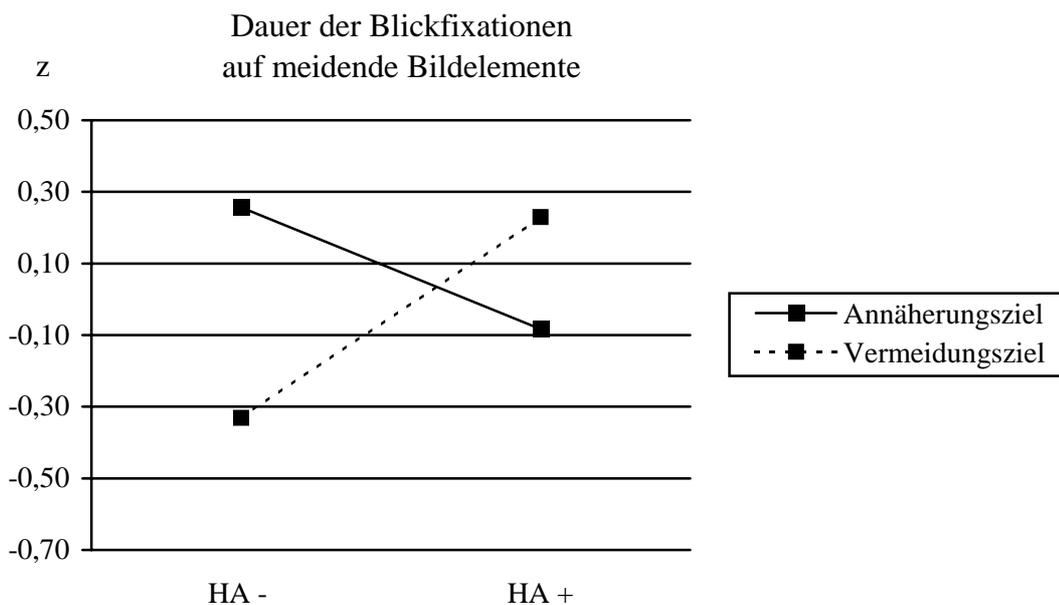
**Abbildung 9.1.** Illustration der Interaktion Hoffnung-auf-Anschluss und der Art der Zielsetzung bei der Bestimmung der Blickfixationen auf aufsuchende Bildelemente.

Tabelle 9.6 und Abbildung 9.2 zeigen die Interaktion für die Dauer der Blickfixationen auf meidende Bildelemente.

**Tabelle 9.6.** Hierarchische Regression: HA x Zielsetzung;  
Vorhersage der Dauer von Blickfixationen auf meidende Bildelemente.

Block	Variable	$\Delta R^2$	df	$\Delta F$	B
1	Prädiktoren erster Ordnung	.006	2/70	.17	
	Hoffnung-auf-Anschluss (HA)				.06
	Bedingung: Zielsetzung				-.07
2	HA x Zielsetzung	.05	1/69	3.13	.23
	Gesamtes $R^2$	.06	3/70	1.16	p = .08

Anmerkung: B ist der Regressionskoeffizient aus der letzten Regressionsgleichung.



**Abbildung 9.2.** Illustration der Interaktion Hoffnung-auf-Anschluss und der Art der Zielsetzung bei der Bestimmung der Blickfixationen auf meidende Bildelemente.

Wie aus Abbildung 9.1 zu erkennen, betrachten hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte aufsuchende Bildelemente länger, wenn sie ein Annäherungsziel als wenn sie ein Vermeidungsziel verfolgen. Gehen sie einem meidenden Ziel nach (Abbildung 9.2), betrachten sie ebenfalls die zielrelevanten Bildelemente länger. Unerwartet ist in beiden Analysen das umgekehrte Muster für Niedrigmotivierte.

Für Furcht-vor-Zurückweisung ließen sich keine Interaktionseffekte finden (FZ x Zielsetzung:  $\Delta R^2 = .001$ ,  $\Delta F(1/69) = .01$ , ns;  $R^2_{\text{gesamt}} = .10$  (aufsuchende Bildelemente) /  $\Delta R^2 = .02$ ,  $\Delta F(1/69) = 1.42$ , ns;  $R^2_{\text{gesamt}} = .06$  (meidende Bildelemente)), jedoch bestätigte das signifikante Beta-Gewicht des Furchtmaßes die Korrelationsanalysen (Beta = .31,  $p < .05$ ). Zurückweisungsfurcht trägt unabhängig von der Zielsetzung positiv zu einer langen Betrachtung aufsuchender Bildelemente bei.

Betrachten wir mit der Überprüfung der zweiten Untersuchungshypothese das abhängige Maß der Geschichteninhalte.

**Überprüfung der Hypothese II.2.** *Bei hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten fällt die Geschichte gemäß der Zielsetzung aus: Verfolgen sie ein Annäherungsziel, äußern sie mehr annähernde, verfolgen sie ein Vermeidungsziel, mehr meidende Anschlussthematik. Für hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte gelingt die Vorhersage der Geschichteninhalte aus Kenntnis der Zielsetzung nicht.*

#### *Korrelationsanalysen*

Die Tabelle beschreibt, inwieweit sich die Richtung der Zielsetzung in den Geschichten widerspiegelt.

**Tabelle 9.7.** Korrelation der Motivkennwerte mit aufsuchenden und meidenden Inhalten der Geschichte, getrennt nach den Versuchsbedingungen. N = 35.

		Gesch_a	Gesch_m
Annäherungsziel	HA	.03	-.14
	FZ	.16	-.01
Vermeidungsziel	HA	-.31	.28
	FZ	-.10	.02

Die Korrelationsanalysen getrennt für die Gruppen zeigen für die Vermeidungsziel-Bedingung einen in der Tendenz positiven Zusammenhang zwischen Hoffnung-auf-Anschluss und der Vermeidungsthematik in den Geschichten ( $r = .28$ ) und eine negative Beziehung zu nicht zielbezogenen Geschichteninhalten ( $r = -.31$ ): je höher die Hoffnung, desto mehr zielrelevante und desto weniger irrelevante Inhalte in den Geschichten. Für Furcht-vor-Zurückweisung findet sich eine solche Zielkongruenz nicht.

#### *Regressionsanalysen*

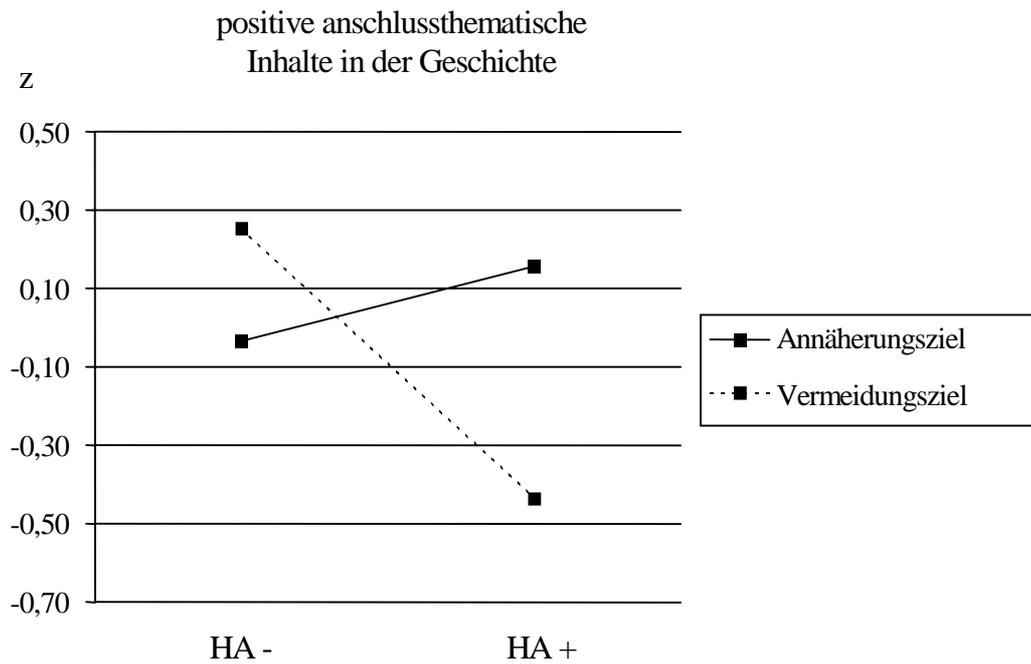
Zur Überprüfung der Hypothese wurde die Regression der Geschichteninhalte auf die Motivkennwerte, die Zieltypen und der Interaktion beider berechnet.

Auch hier fanden sich allein mit Hoffnung-auf-Anschluss als unabhängige Variable tendenzielle Interaktionseffekte. Tabelle 9.8 und Abbildung 9.3 erläutern die Wechselwirkungen für die positiven anchluss-thematischen Inhalte in den Geschichten:

**Tabelle 9.8.** Hierarchische Regression: HA x Zielsetzung  
Vorhersage von aufsuchenden Inhalten in der Geschichte.

Block	Variable	$\Delta R^2$	df	$\Delta F$	B
1	Prädiktoren erster Ordnung	.01	2/70	.53	
	Hoffnung-auf-Anschluss (HA)				-.12
	Bedingung: Zielsetzung				-.08
2	HA x Zielsetzung	.05	1/69	3.25	-.22
	Gesamtes $R^2$	.06	3/70	1.55	p = .077

*Anmerkung:* B ist der Regressionskoeffizient aus der letzten Regressionsgleichung.



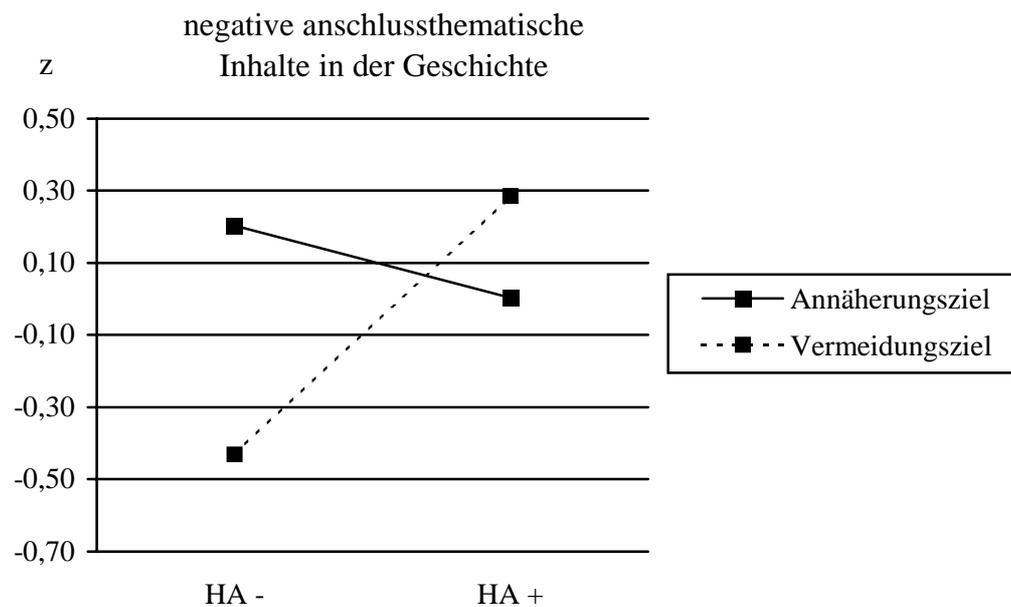
**Abbildung 9.3.** Interaktion von Hoffnung-auf-Anschluss und der Zielsetzung bei der Vorhersage von positiven anchluss-thematischen Inhalten in der Geschichte.

Tabelle 9.9 und Abbildung 9.4 illustrieren den Interaktionsbefund für die negativen Inhalte in den Geschichten:

**Tabelle 9.9.** Hierarchische Regression: HA x Zielsetzung; Vorhersage von meidenden Inhalten in der Geschichte

Block	Variable	$\Delta R^2$	df	$\Delta F$	B
1	Prädiktoren erster Ordnung	.02	2/70	.72	
	Hoffnung-auf-Anschluss (HA)				.13
	Bedingung: Zielsetzung				-.09
2	HA x Zielsetzung	.05	1/69	3.56	.22
	Gesamtes $R^2$	.07	3/70	1.68	p = .064

*Anmerkung:* B ist der Regressionskoeffizient aus der letzten Regressionsgleichung.



**Abbildung 9.4.** Interaktion von Hoffnung-auf-Anschluss und der Zielsetzung bei der Vorhersage von negativen anschluss-thematischen Inhalten in der Geschichte.

Die Interaktionen zeigen ein ähnliches Muster wie bei der Regression von Blickfixationen. In den Geschichten hoch Hoffnungsmotivierter (HA+), die ein Annäherungsziel verfolgen, findet sich mehr positive Anschluss-thematik als bei der Verfolgung eines Vermeidungsziels (Abbildung 9.3). Andersherum berichten Hoffnungsmotivierte in den Geschichten mehr über meidende Thematik, wenn sie einem Vermeidungsan-

liegen nachgehen (Abbildung 9.4). Auch hier finden wir für niedrig Anschlussmotivierte das genau gegenteilige Muster.

Für das Furchtmaß lassen sich die Geschichteninhalte weder durch Haupt- noch durch Interaktionseffekte vorhersagen (FZ x Zielsetzung:  $\Delta R^2 = .01$ ,  $\Delta F(1/69) = 1.08$ , ns;  $R^2_{\text{gesamt}} = .03$  (aufsuchende Geschichteninhalte) /  $\Delta R^2 = .001$ ,  $\Delta F(1/69) = .001$ , ns;  $R^2_{\text{gesamt}} = .01$  (meidende Geschichteninhalte)).

### *Zusätzliche Analysen*

Da wir in der ersten Untersuchung bei der Vorhersage eines der abhängigen Maße einen Interaktionseffekt von Hoffnung-auf-Anschluss und der optimistischen Zielbewertung gefunden haben, wollen wir auch hier überprüfen, ob die Hinzunahme der Zieleinschätzung einen Informationsgewinn darstellt. Motivkomponente, Versuchsbedingung und Zielbewertung wurden hierzu als erster Schritt in die Regressionsanalysen aufgenommen, gefolgt von den drei möglichen zweifachen Interaktionstermen. Als dritter Schritt ging die dreifache Interaktion ein. Weder bei den Regressionen auf die Blickdauer noch auf die Geschichteninhalte wurde die dreifache Wechselwirkung signifikant.

### *Spezifität der Effekte*

Korrelations- und Regressionsanalysen mit den Kennwerten des Leistungs- und Machtmotivs brachten keine signifikanten Befunde. Die Effekte gelten also nur bezogen auf das Anschlussmotiv und sind nicht motivübergreifend.

## **Diskussion**

Nachdem die erste Untersuchung die Grundvoraussetzung unseres Modells bestätigt hat, ging es hier um die Überprüfung einer weiteren zentralen Modellaussage: Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte sollten Informationen aufnehmen und verarbeiten, die relevant für ihre aktuelle Zielsetzung sind. Die Wahrnehmungs- und Bewusstseinsinhalte sollten sich an der annähernden oder vermeidenden Zielsetzung orientieren. Bei Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten gelingt die Regulation nicht.

Dieser Annahme liegt die folgende Argumentation zugrunde: Die Furcht der Zurückweisungsfürchtenden in der Interaktion mit Fremden führt dazu, dass zielrelevante Hinweise der Situation nicht effektiv wahrgenommen werden können. Furchtkognitionen vereiteln eine realistische Situationsanalyse; die eigenen Emotionen stehen so sehr im Vordergrund, dass eine zielbezogene Wahrnehmung der Umwelt misslingt. In Analogie zur hinderlichen Furcht Prüfungsängstlicher bei der Aufnahme und Verar-

beitung von Informationen (Sarason, 1988), nehmen auch wir an, dass den Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten kognitive Kapazität verloren geht. Unter anderem können so die Bewusstseinsinhalte und die Wahrnehmung nicht adäquat an der Zielsetzung ausgerichtet werden. Die mangelhafte Orientierung von Wahrnehmung und Denkinhalten an der aktuellen Zielsetzung hat schließlich zur Konsequenz, dass die Umsetzung der Ziele in Verhalten scheitert. Bei Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten hingegen bestimmt die Zielsetzung Denken und Handeln.

**Hypothese II.1** vermutet unter anderem zielbezogenes Blickverhalten hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierter. Wie auch in der klassischen Untersuchung von Yarbus (1967), dessen Probanden in Abhängigkeit konkreter Zielsetzungen unterschiedliche Blickmuster zeigten (s.o.), sollte sich auch hier die Zielsetzung in der Art und Weise der Betrachtung des Bildes niederschlagen. Bei uns sollte die *Richtung* der Zielsetzung das Blickmuster bestimmen: Für den Fall eines Annäherungsziels ist es angebracht, die anwesenden Personen eines sozialen Szenarios zu betrachten. Geht es jedoch darum, eine direkte Konfrontation zu vermeiden, ist eine visuelle Suche nach sozial akzeptablen Ausweich- und Rückzugsmöglichkeiten funktionaler. Die Zielsetzung sollte sich also im Wahrnehmungsmuster niederschlagen.

Zur Überprüfung dieser Annahmen wurde eine von uns entwickelte Methode eingesetzt: Soziale Szenarien wurden nachgestellt und auf Farbfotos festgehalten. Zur Operationalisierung der Wahrnehmungsausrichtung analysierten wir Blickfixationen auf menschliche und nicht-menschliche Bildeinheiten und setzten sie zur Richtung des Ziels in Beziehung. Regressionsanalysen bestätigten unsere Vermutungen durch tendenzielle Interaktionen: Verfolgen hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte ein Annäherungsziel, betrachten sie länger Bildinhalte, die für die Zielumsetzung relevant sind, verfolgen sie ein Vermeidungsziel, fokussieren sie Inhalte länger, die zu dessen Umsetzung nützlich sind. Die Richtung der anschlussthematischen Ziele lässt sich also bei ihnen wie erwartet in unterschiedlichen Blickmustern wiederfinden.

Der zweite Teil der Untersuchungshypothese betrifft die mangelnde Zielberücksichtigung hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter: Sie sollten ihre Blickbewegungen nicht an der Zielsetzung ausrichten. Regressionsanalysen bestätigten, dass das Furchtmotiv nicht mit der Richtung der Zielsetzung in Interaktion tritt. Die Zielsetzung ist für Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte wie erwartet unerheblich bei der Bestimmung der Blickdauer auf einzelne Bildinhalte. Unerwartet war eine direkte lineare Beziehung der Zurückweisungsfurcht mit der Betrachtungsdauer der dargestellten Interaktionspartner: Unberücksichtigt der konkreten Zielsetzung führt eine hohe Furcht zu einer langen Fixation der eigentlichen Zielobjekte. Das übergeordnete Motivziel Anschluss

zu finden, fokussiert die Blicke Furchtmotivierter auf potentielle Anschlusspersonen, ein konkretes meidendes Verhaltensziel wird jedoch ignoriert. Situative Merkmale der Umgebung werden vernachlässigt, Informationen über einen sozial adäquaten Rückzug bleiben unberücksichtigt.

Hypothesenkonform richten also konkrete und verhaltensnahe Ziele die Wahrnehmung hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierter aus, während hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte die Zielsetzungen nicht adäquat für die Regulation ihrer Wahrnehmung nutzen.

Die regressionsanalytischen Auswertungen ergaben jedoch auch ein unerwartetes Befundmuster. Während hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte die Bildinhalte gemäß ihrer Zielsetzung betrachten, verhalten sich niedrig Hoffnungsmotivierte genau umgekehrt. Sie fixieren die menschlichen Bildelemente länger, wenn sie ein Vermeidungs- als wenn sie ein Annäherungsziel verfolgen. Umgekehrt betrachten sie nicht-menschliche Bildkomponenten intensiver, wenn sie sich ein Annäherungsziel setzen. Die Erklärung liegt möglicherweise in einer asymmetrischen Wertigkeit des angestrebten positiven Ziels und der Vermeidung einer Zurückweisung. Die beiden Zielzustände werden nicht in gleichem Ausmaße geschätzt: Für niedrig Hoffnungsmotivierte sind anslussthematische Ziele wie „positive Sozialkontakte herzustellen“ oder konkretere wie „in eine Gruppe aufgenommen zu werden“ weniger stark positiv valenziert als für hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte. Werden sie nun durch die Instruktion aufgefordert, einem solchen Annäherungsziel nachzugehen, mögen sie dies zwar entschlossen verfolgen wollen, in konkreten sozialen Situationen sind dennoch andere Informationen für sie interessanter, die sie dann auch länger betrachten. Da das Annäherungsziel nicht durch ein Motiv unterstützt wird, sind mit ihm auch die Folgen verbunden, die ein solches fremdbestimmtes Ziel nach sich zieht: Es wird in sozialen Situationen nicht energetisiert und führt zu keiner Wahrnehmungsausrichtung. Anders jedoch sieht es bei der Konfrontation einer möglichen Zurückweisung aus. Sie hat allgemein „Bestrafungscharakter“. Die Vorstellung, abgelehnt zu werden oder sich zu blamieren, ist auch für niedrig Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte mit negativen Gefühlen verbunden. In ihrem alltäglichen Leben ist ihre Aufmerksamkeit weniger auf soziale Beziehungen gerichtet, weist man sie jedoch darauf hin, dass sie eine Zurückweisung erleben könnten, richten sie ihre Aufmerksamkeit erst auf die Anschluss-thematik und verändern ihre sonst übliche Informationsaufnahme.

**Hypothese II.2** geht davon aus, dass sich die Bewusstseinsinhalte hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierter im Gegensatz zu denen hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter an der konkreten Zielsetzung ausrichten. Wie auch in den Untersuchungen

Klingers (1971, 1996), in denen sich aktuelle Ziele in Gedankeninhalten oder Träumen wiederfanden, sollte auch hier die annähernde oder meidende Zielsetzung die Bewusstseinsinhalte lenken. Geschichten, die hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte zu einem sozialen Szenario schreiben, sollten unterschiedlich ausfallen, je nachdem, ob sie ein Annäherungs- oder ein Vermeidungsziel verfolgen.

Das mittels Regressionsanalysen gefundene Muster gleicht dem der Blickfixationsanalysen: Hypothesenkonform entsprechen die Geschichteninhalte der Richtung der Zielsetzung: Verfolgen Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte ein Annäherungsziel, äußern sie positive Anschluss-thematik, verfolgen sie ein Vermeidungsziel, äußern sie negative Thematik. Entsprechend der Hypothese fand sich ein solches Interaktionsmuster für hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte nicht. Ihre Geschichteninhalte lassen sich nicht aus ihren Zielen vorhersagen, die Regulation durch konkrete Zielsetzungen misslingt auch hier.

Wie bei der Blickanalyse zeigt sich erneut das umgekehrte Muster für niedrig Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte: Die Inhalte der Geschichten sind der Richtung der Ziele entgegengesetzt. Niedrig Hoffnungsmotivierte äußern, wenn sie ein Vermeidungsziel verfolgen, gerade keine Meidenthematik, sondern stattdessen positive an-schluss-thematische Inhalte in den Geschichten. Die Hauptdarsteller der Geschichten erleben also beispielsweise positiven Affekt und zeigen annäherndes Verhalten. Zur Erklärung können wir die bereits oben angeführte Interpretation aufgreifen: Im Gegen-satz zu hoch Hoffnungsmotivierten, die dem Vermeidungsziel nachgehen, um das übergeordnete positive Motivziel zu erreichen, stellt für niedrig Hoffnungsmotivierte das Vermeidungsziel schon das eigentliche Handlungsziel dar. Es ist für sie nicht er-forderlich sich strategisch vorsichtig zu verhalten, da das übergeordnete Motivziel, das hier gefährdet werden könnte, fehlt. Stattdessen geben sie sich erst, wenn An-schluss-thematik für sie relevant wird - nämlich dann, wenn ihnen negative Konse- quenzen drohen - Mühe in der sozialen Situation. Sie zeigen Engagement, das sich in aktivem annähernden Verhalten zeigt.

***Ergänzung der Prämisse.*** Neben diesen zentralen Hypothesen erlaubte die Unters- chung zudem einen Teil der Prämisse zu überprüfen und damit gleichzeitig einen Be- fund der vorangegangenen Untersuchung erneut aufzuzeigen. Wir gingen davon aus, dass Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung nicht einseitig mit einer optimistischen Einschätzung von Annäherungs- *oder* Vermeidungszielen korreliert. Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte sollten also beispielsweise nicht Annäherungsziele positiv bewerten, Vermeidungsziele jedoch nicht. Furcht-vor-Zurückweisungs- motivierte sollten ebensowenig nur Vermeidungsziele schätzen. Auch hinsichtlich der

Bewertung der Ziele sollte sich also keine Kongruenz mit der Motivrichtung finden. Wenn beide Zieltypen nützlich sind, um das Motivziel zu erreichen, sind sie auch ebenso wichtig, realisierbar und müssen entschlossen verfolgt werden. Unsere Prämisse macht also die Annahme, dass Korrelationskoeffizienten der Motivkomponenten mit der Bewertung von Annäherungs- und Vermeidungszielen in die gleiche Richtung gehen sollten, macht jedoch keine Aussage darüber, in welche Richtung und in welcher Höhe. In der vorangegangenen Untersuchung wurde der Annahme der gleichen Zielbewertung nicht widersprochen: Hoffnung-auf-Anschluss korrelierte mit der optimistischen Bewertung von Annäherungs- und Vermeidungszielen gleichermaßen zu Null; ebenso Furcht-vor-Zurückweisung. Auch in dieser Untersuchung gehen die Korrelationskoeffizienten des Hoffnungsmotivs mit der Bewertung beider Zieltypen in die gleiche Richtung, ebenso die Korrelationen mit dem Furchtmotiv. Die Prämisse wurde also auch hier erfüllt. Gleichzeitig ergaben sich zusätzliche Informationen: Hoffnung-auf-Anschluss korrelierte in der Tendenz positiv, Furcht-vor-Zurückweisung negativ mit der Bewertung beider Zieltypen. Die Zusammenhänge sind nicht signifikant, weisen aber dennoch darauf hin, dass sich die Erfolgsoptimismus Hoffnungsmotivierter ebenso wie die Misserfolgsoptimismus Furchtmotivierter schon in der Zielbewertung widerspiegelt und dass für sie nicht, wie vermutet, auf der Zielebene die gleiche Ausgangsbasis besteht. Wir werden in der nächsten Untersuchung weitere Hinweise für die Richtigkeit einer der beiden Interpretationen finden können.

Hier wurde zudem noch überprüft, ob die Motivrichtungen und die optimistischen Zielbewertungen interagieren und so gemeinsam unsere abhängigen Variablen besser vorhersagen können, als eine der Variablen allein. Ergänzende Regressionsanalysen zeigten aber, dass eine optimistische Zielbewertung weder für sich alleine noch in Interaktion mit den Motivmaßen für die Auswirkungen der Zielsetzung auf die Wahrnehmung und die Bewußtseinsinhalte relevant ist.

***Zur Methode der Datenerhebung.*** Wir haben in dieser Untersuchung erstmals zwei Methoden zur Erfassung von Parametern der Selbstregulation durch Zielsetzungen eingesetzt, die es neben den Befunden ebenfalls zu bewerten gilt. Unser Ziel war, mit der Methode der Analyse von Bewusstseinsinhalten und Blickfixationen sensible Maße zu entwickeln, mit denen Unterschiede in Anbetracht der Zielsetzung abgebildet werden können. Wie oben bereits erwähnt, gelang uns dies bei hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten in vollem Umfang, für Furcht-vor-Zurückweisung bestätigten sich die Hypothesen im weiteren Sinne ebenfalls. Unsere Methoden zur Erhebung zielbezogener Wahrnehmung und der gedanklichen Ausrichtung an die Ziele haben sich somit als erfolgreich erwiesen.

## **Zusammenfassung der modellrelevanten Befunde**

In dieser Untersuchung konnten wichtige Hinweise für die Grundannahmen des Modells gewonnen werden. Fassen wir die wichtigsten zusammen:

- Hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte bewerten Annäherungs- und Vermeidungsziele gleich; hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte ebenfalls. Nicht vorhergesagt wurde, dass Hoffnungsmotivierte eher eine optimistische, Furchtmotivierte eher ein pessimistische Einschätzung ihrer Ziele abgeben.
- Die Zielsetzungen lenken bei Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten die visuelle Aufmerksamkeit und die Bewusstseinsinhalte. Annäherungs- und Vermeidungsziele schlagen sich in Unterschieden bei der Betrachtung sozialer Situationen und in den Geschichteninhalten nieder.
- Die Zielsetzungen hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter führen weder konsequent zu einer Ausrichtung der Aufmerksamkeit noch zu einer Lenkung der Bewusstseinsinhalte. Ihnen gelingt die Selbstregulation durch die annähernde oder meidende Zielsetzung nicht.

Dieses Defizit Furchtmotivierter macht sich letztendlich auch im Verhalten bemerkbar: Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten sollte es nicht gelingen, Annäherungs- oder Vermeidungsziele in Verhalten umzusetzen. Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte hingegen sollten beide Zieltypen gut realisieren können. Die folgende Untersuchung überprüft diese Annahmen.

**KAPITEL 10:**  
**UNTERSUCHUNG III:**  
**DIE VERHALTENSREGULATION DURCH ZIELSETZUNGEN**

**Einführung und Hypothesen**

Die Befunde der vorangegangenen Untersuchung ermutigen, noch einen Argumentationsschritt weiter zu gehen: Wenn es hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten gut gelingt, ihre Wahrnehmung und ihre Bewusstseinsinhalte nach ihrer Zielsetzung auszurichten, sollten sie sich auch den Zielen entsprechend verhalten können. Durch die Aufnahme geeigneter Informationen - in der vorherigen Untersuchung waren es visuelle Informationen - können sie sich in sozialen Situationen so positionieren, dass ihnen die Umsetzung ihrer Ziele leicht fällt. Verfolgen sie ein Ziel, dass eine Kontaktaufnahme mit anderen beinhaltet, bewegen sie sich auf diese zu, verfolgen sie hingegen ein Vermeidungsziel, halten sie sich erst einmal von den eigentlich angestrebten Zielpersonen fern. Wenn es die Situation und die darauf abgestimmte Zielsetzung erfordert, nehmen sie einen strategisch günstigen Umweg in Kauf, um sich dem endgültigen Motivziel zu nähern.

Für hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte ist in sozialen Situationen bereits die Ausgangslage eine andere. Wahrnehmung und Bewusstseinsinhalte orientieren sich nicht an der aktuellen Zielsetzung. Sie sollten erst recht Schwierigkeiten damit haben, ihre Zielsetzung zur Verhaltensausrichtung zu nutzen.

Wir überprüfen also auch hier die zweite Modellhypothese:

***Modellhypothese II***

*Hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten gelingt es, Annäherungs- und Vermeidungsziele als Mittel der Selbstregulation - gemessen über Wahrnehmungs-, Bewusstseins- und Verhaltensmaße - einzusetzen. Für hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte wird hingegen ein Defizit vermutet, gesetzte Ziele zur Regulation dieser Maße zu nutzen.*

Auch hier wird die Erweiterung der Prämisse getestet:

### ***Erweiterung der Prämisse***

*Annäherungs- und Vermeidungsziele werden von Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten gleich bewertet.*

Wir sind auf die Operationalisierung unserer Verhaltensmaße schon bei der Darstellung der Szenariotechnik ausführlich eingegangen. Darum an dieser Stelle nur eine kurze Zusammenfassung: Um die Zielangemessenheit von Verhalten beurteilen zu können, muss annäherndes und meidendes Verhalten in sozialen Situationen erhoben und in Beziehung zur aufsuchenden beziehungsweise vermeidenden Zielformulierung gesetzt werden. Hierzu simulieren wir realistische soziale Szenarien mit Hilfe von Bildergeschichten, die durch eine gelenkte Vorstellung eingeleitet werden. So sollen sich die Probanden vorstellen, bei einer Feier auf unbekannte Personen zu stoßen (Partyszenario) oder in einen Kurs an der Universität aufgenommen werden zu wollen (Uniszenario). Nachdem sich die Probanden in das Szenario hineinversetzt haben, betrachten sie Farbfotos, die das soziale Setting illustrieren. Sie entscheiden hierbei durch Mausklicks auf die an die Wand projizierten Bilder ihre Bewegungsrichtung in der dargestellten sozialen Szene. Ein anschließendes Folgebild stellt die gewählte soziale Situation dar, die durch einen Mausklick wieder verlassen werden kann und zu einem Bewertungsbild führt, auf dem anzugeben ist, wie die Situation gefällt. Die Probanden bewegen sich so nach und nach durch die sozialen Szenarien. Die Anzahl gewählter annähernder und meidender Situationen und die Verweildauer in ihnen werden als aufsuchende und meidende Verhaltensmaße registriert.

Wie auch in der zweiten Untersuchung werden die konkreten Ziele, die in den sozialen Szenarien verfolgt werden sollen, in die einleitende anchluss thematische Geschichte eingebettet. Der Hälfte der Probanden wurde nahegelegt, ein Annäherungsziel, der anderen Hälfte, ein Vermeidungsziel zu verfolgen.

Die zweite Modellhypothese nimmt nun zielangemessenes Verhalten für hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte an. Konkretisiert für unser Sozialszenario bedeutet dies: Für ein Annäherungsziel ist es nützlich, sich auf die dargestellten Personen zu bewegen; für eine Vermeidung ist zielrelevant, sich von ihnen entfernt zu halten, also alternative Bildelemente auszuwählen. Zudem sollten Hoffnungsmotivierte länger in zielkongruenten Situationen verweilen. Für hoch Furcht-vor-Zurückweisungs-

motiviert wird vermutet, dass sie sich nicht der Richtung ihres Ziels angemessen verhalten.

Neben den Verhaltensmaßen betrifft auch ein Befindensmaß unmittelbar einen zentralen Gedanken des Modells. Die Nachteile Furchtmotivierter erklären sich so, dass es bei ihnen in anslussthematischen Situationen zu einer dysfunktionalen Anregung von Furcht kommt. Diese Furcht und nicht eine vermeidende Zielsetzung an sich, wie von anderen Autoren angenommen (z.B. Elliot & Sheldon, 1997), beeinträchtigt das Befinden. Die Selbstregulation durch die aktuelle aufsuchende oder meidende Zielsetzung ist behindert, somit werden auch anslussthematische Ziele seltener erfüllt und letztendlich das Befinden beeinträchtigt. Um das Auftreten der Furcht auch empirisch noch einmal abzusichern, wird in dieser Untersuchung die erlebte Angst in den sozialen Szenarien retrospektiv erfragt. Die entsprechende Modellhypothese lautet:

### ***Modellhypothese I***

*Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte kennzeichnen sich durch Furcht in sozialen Situationen. Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte sollten keine Furcht empfinden.*

Die allgemein gehaltenen Modellhypothesen I und II werden im Hinblick auf diese Untersuchung wie folgt konkretisiert:

### ***Hypothese I***

*Hoffnung-auf-Anschluss korreliert negativ mit Angst in unseren simulierten sozialen Szenarien, Furcht-vor-Zurückweisung hängt positiv mit Angst zusammen.*

### ***Hypothese II.3***

*Hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte verhalten sich zielangemessen: Verfolgen sie ein Annäherungsziel, wählen sie mehr aufsuchende als meidende Situationen und verweilen länger in diesen, gehen sie einem Vermeidungsziel nach, wählen sie mehr meidende Situationen und verweilen länger in diesen. Hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte sollten sich unabhängig von der Zielsetzung verhalten. Weder die Zielwahl, noch die Verweildauer entspricht ihrer Zielsetzung.*

## **Methode**

### ***Versuchspersonen***

An der Untersuchung nahmen 78 Probanden, davon 41 Frauen und 37 Männer teil. Die Probanden waren Studenten unterschiedlicher Fachrichtungen im Alter von 20 bis 37 Jahren ( $M = 24.5$ ,  $SD = 3.6$ ). Die circa einstündige Versuchssitzung wurde mit zwei Versuchspersonenstunden für Psychologiestudenten und mit 20,- DM für alle anderen vergütet.

### ***Versuchsplan***

Die Probanden wurden erneut zufällig den beiden Zielbedingungen zugeordnet. Die Variation der Zielsetzung erfolgte erneut durch eine Instruktion, die ein situationsangemessenes Annäherungs- oder Vermeidungsziel nahelegt. Die Gruppe, die ein Annäherungsziel verfolgen sollte, bestand aus 37 Versuchspersonen, davon 19 Frauen und 18 Männer. In der Vermeidungsziel-Gruppe waren 41 Probanden, davon 22 weibliche und 19 männliche. Neben den Versuchsbedingungen dienen die Motivausprägungen von Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung als weitere unabhängige Variablen. Von ihnen sollten die Verhaltens- und Erlebensmaße aus den simulierten Szenarien abhängen.

### ***Erhobene Kennwerte***

Zu Beginn der Untersuchung wurde ein Testheft mit den folgenden Inhalten vorgelegt:

#### *Motivmessung*

Wie auch in den Untersuchungen zuvor wurde das Multi-Motiv-Gitter als Motivmessinstrument eingesetzt (s.o.). Auch hier interessieren nur die Hoffnungs- und Furchtkomponenten des Anschlussmotivs.

#### *Zielbewertung*

Die Erfassung der Zielbewertung entspricht ebenfalls der schon bekannten Methode. Für beide Sozialszenarien (Uni- und Partyszenario) liegen also Einschätzungen der Ziele nach Entschlossenheit, Realisierbarkeit, Wichtigkeit, Fähigkeit und vergangener Erfolg vor. Die Variablen der Zielbewertung werden getrennt für die beiden Szenarien berechnet.

### Variablen aus den Sozialszenarien

Aus den computersimulierten sozialen Szenarien lassen sich Verhaltensmaße und ein Kennwert, wie die Situation gefällt, ermitteln. Zu den Verhaltensmaßen gehören die Anzahl gewählter aufsuchender oder meidender Situationen und die Verweildauer in diesen:

*Anzahl gewählter Situationen.* Bei den Wahlbildern des Party- und Uniszenarios wird die Bewegungsrichtung der Probanden, die sie durch Mausklick auf eine Bildkomponente einschlagen, registriert. Insgesamt müssen beim Partyszenario acht und beim Uniszenario sieben Entscheidungen zu einer aufsuchenden oder meidenden Bewegungsrichtung getroffen werden. Da sich die Wahlen jeweils gegenseitig ausschließen, entspricht die Summe gewählter aufsuchender und meidender Wege auch der Gesamtzahl der Entscheidungen.

Bei den Wahlbildern bestehen zwei, drei oder vier Auswahlmöglichkeiten. Bei zwei oder vier Alternativen ist je die Hälfte eine meidende und eine aufsuchende Wahl. Bei drei möglichen Wegen überwiegen bei einem Bild die meidenden und bei einem anderen die aufsuchenden Wahlmöglichkeiten. Ein Auszug aus dem Bildmaterial ist in Anhang 2 dargestellt.

*Verweildauer.* Der Proband kann zudem bei jedem Folgebild entscheiden, wie lange er in der entsprechenden Situation bleiben möchte. Er entscheidet selbst per Mausklick, wann der nächste Bildwechsel erfolgt. Die Verweildauer wird automatisch durch das Computerprogramm festgehalten.

*Valenz der sozialen Situationen.* Ein weiteres Maß ergibt sich aus den Beurteilungen der Folgebilder. Das von Lang entwickelte sprachfreie Verfahren SAM (Self-Assessment-Manikin, Lang, 1980) ermöglicht unter anderem die Erhebung der Valenz mit der Dimension angenehm - unangenehm. Die Probanden geben in unserer Untersuchung für jedes Folgebild an, wie ihnen die gewählte Situation gefällt, indem sie eines von fünf dargestellten Strichmännchen auswählen, das ihrem Erleben entspricht. Die Symbole verändern den Gesichtsausdruck von lächelnd bis betrübt über die neun Stufen der Skala.

### *Sympathiebewertung*

Die Probanden beurteilten die 10 Darsteller (4 Frauen, 6 Männer) des Partyszenarios und die 13 Darsteller (5 Frauen, 8 Männer) des Uniszenarios auf einer 7-stufigen Skala danach, wie sympathisch sie ihnen sind.

## *Angst*

Die Probanden gaben auf einer 7-stufigen Skala an, wieviel Angst und Unbehagen sie in den Sozialszenarien erlebt haben.

## *Material und Geräte*

Zur Projektion des Bildmaterials auf eine 1,50 x 2,00 m große Leinwand wurde ein LCD-Display der Marke Sony mit einer Auflösung von 800 x 600 dpi verwendet. Die Projektionsfläche wurde zur Bilddarstellung voll ausgenutzt.

Die Bilder wurden als Folien in ein Foliensortierungsprogramm eingearbeitet. Dieses ermöglicht es, Bilder oder einzelne Bildkomponenten miteinander zu verknüpfen und auditive Dateien einzubinden. So ist es möglich, dass bei der Wahl unterschiedlicher Bildkomponenten, die natürlich nicht als „Link“ zu erkennen sind, die inhaltlich passenden Folgebilder erscheinen. Bei einem Folienwechsel startet automatisch die damit verknüpfte auditive Datei. Durch die Bildwechsel mit den gleichzeitigen akustischen Untermalungen entsteht der Eindruck einer inhaltlich sinnvollen, sukzessiv ablaufenden Geschichte, in der die Probanden die Bewegungsrichtungen durch Mausklicks selbst bestimmen. Ein Eingreifen des Versuchsleiters ist nicht nötig.

## *Instruktionen*

Um auszuschließen, dass Zurückweisungsängstliche von vornherein nicht an der Untersuchung teilnehmen würden, wenn sie um die Thematik wüssten, wurde die Intention der Untersuchung verschleiert und eine wenig selbstwertrelevante Coverstory verwendet. Die Probanden wurden in der Annahme rekrutiert, an einem Probelauf eines in der Entwicklung stehenden Computerprogramms teilzunehmen, dessen Handhabbarkeit es zu überprüfen und dessen Bildmaterial es zu bewerten gilt. Alle schriftlichen Instruktionen entsprechen den Standardinstruktionen der jeweiligen Verfahren.

Die Eingangsinstruktionen der Aufgabe am Computer wurden über PC-Lautsprecher abgespielt. Sie stellen durch die unterschiedlichen Zielvorgaben die Bedingungsvariation dar. Eine männliche Stimme instruierte die Probanden wie folgt:

### *Übungsaufgabe*

*„Versuchen Sie, sich in die folgende Situation hineinzusetzen:*

*Stellen Sie sich vor, Sie sind neu in der Stadt. Sie haben eine Wohnung in einer Gegend bezogen, die Sie noch nicht kennen. Sie entschließen sich zu einem kurzen Erkundungsgang.*

*Ihr Ziel ist es, einfach ein wenig von der Umgebung zu sehen, in der Sie demnächst leben werden.*

*Bitte bewerten Sie dieses Ziel: Klicken Sie mit der Maus und füllen dann die ergänzende Seite aus.“*

Hier beurteilt der Proband das Ziel auf einem gesonderten Blatt. Bei Mausklick folgt die Fortsetzung:

*„Ihr Ziel ist es also, einfach ein wenig von der Umgebung zu sehen, in der Sie demnächst leben werden. Wählen Sie deshalb so viele neue Wege wie möglich.*

*Sie sehen gleich eine Reihe von Bildern: Wenn Sie auf den Bildern Pfeile sehen, können Sie die Richtung wählen, in die Sie sich bewegen möchten. Klicken Sie einfach mit der linken Maustaste in Ihre Wunschrichtung und warten auf die nächste Perspektive. Lassen Sie sich so viel Zeit zu entscheiden, wie Sie möchten. Bei Bildern, auf denen keine Pfeile zu sehen sind, erfahren Sie über die Lautsprecher, wie es weitergeht. Manchmal wird von Ihnen eine Bewertung verlangt, wie Ihnen die Gegend gefällt. Klicken Sie hierzu einfach die für Sie passende Antwort an.*

*Klicken Sie mit der linken Maustaste und die Geschichte startet.“*

Nach der Übungsaufgabe folgen die beiden relevanten Szenarien. Für diese lauteten die Eingangsinstruktionen:

Partyszenario

*„Versuchen Sie sich - wie bei der Aufgabe zuvor - in die folgende Situation hineinzusetzen:*

*Ein alter Freund hat Sie gefragt, ob Sie mit ihm zu einer Party gehen, zu der er eingeladen ist. Sie selbst kennen dort niemanden.*

für die Gruppe mit Annäherungsziel:

*Sie freuen sich darauf und sagen gerne zu. Sie wollen die Gelegenheit nutzen, nette Bekanntschaften zu schließen.*

für die Gruppe mit Vermeidungsziel:

*Obwohl Ihnen unwohl ist, weil sie niemanden sonst dort kennen, sagen Sie zu. Sie wollen aber auf jeden Fall vermeiden, sich zu blamieren oder abgelehnt zu werden.*

*Bitte bewerten Sie dieses Ziel: Klicken Sie mit der Maus und füllen dann die ergänzende Seite aus.“*

Die Probanden bewerten nun das entsprechende Ziel nach der Entschlossenheit, mit der sie es verfolgen wollen, nach der Wichtigkeit, Schwierigkeit, Realisierbarkeit, und vergangenen Erfolgen bei ähnlichen Aufgaben. Der Sprecher wiederholt anschließend die Zielsetzung:

für die Gruppe mit Annäherungsziel:

*Sie wollen die Gelegenheit nutzen, auf der Party nette Bekanntschaften zu schließen.*

für die Gruppe mit Vermeidungsziel:

*Sie wollen aber auf jeden Fall vermeiden, sich auf der Party zu blamieren oder abgelehnt zu werden.*

*Sie verabreden sich für 20.00 Uhr auf der Party.*

*Sie betreten den Partyraum in der Erwartung, dass ihr Freund schon auf Sie warten wird, um Sie den anderen Gästen vorzustellen, doch ihr Freund ist noch nicht da und Sie blicken in Ihnen nur flüchtig bekannte Gesichter. Was tun Sie?*

*Auch hier symbolisieren die Pfeile, dass Sie die Richtung wählen können, in die Sie sich bewegen möchten. Lassen Sie sich so viel Zeit zu entscheiden, wie Sie möchten. Bei Bildern ohne Pfeile erfahren Sie über die Lautsprecher, wie es weitergeht. Klicken Sie mit der linken Maustaste und die Geschichte startet.“*

Nachdem die Probanden das Partyszenario durchlaufen haben, folgt die zweite Geschichte. Sie entspricht den Instruktionen der vorangegangenen Untersuchung:

Uniszenario

*„Versuchen Sie sich - wie bei den Aufgaben zuvor - in die folgende Situation hineinzusetzen: Sie möchten unbedingt an einem Sprachkurs teilnehmen. Sie interessiert die Sprache, im Vordergrund steht für Sie jedoch, dass Sie hier gut neue nette Leute mit ähnlichen Interessen kennenlernen können. Sie entscheiden sich für einen Kurs, bei dem jedoch die Teilnehmerzahl begrenzt ist. Es gibt mehr Bewerber als freie Plätze. Der Kurs hat schon vor einem Monat angefangen, Sie können aber noch einsteigen. [Pause] Der Seminarleiter überlässt es der schon bestehenden Seminargruppe zu entscheiden, wen sie noch gerne in ihre Gruppe aufnehmen möchten. [Pause] Um sich die Entscheidung zu erleichtern, schlagen sie vor, dass sich jeder der Bewerber kurz vor der Gruppe vorstellt.*

für die Gruppe mit Annäherungsziel:

*Sie wollen unbedingt gut abschneiden und nehmen sich fest vor, ausgewählt zu werden*

für die Gruppe mit Vermeidungsziel:

*Sie möchten auf keinen Fall zu denen gehören, die abgelehnt werden und nehmen sich fest vor, sich nicht zu blamieren.*

*Bitte bewerten Sie dieses Ziel: Klicken Sie mit der Maus und füllen dann die ergänzende Seite aus.“*

Nach der Bewertung des Ziels wird es im Sprechtext wiederholt und der Proband ver-  
nimmt weiter:

*„Sie und die anderen Bewerber werden gebeten, sich an einem bestimmten Termin in einem Seminar-Vorraum einzufinden. Dieser Zeitpunkt ist nun gekommen.*

*Wie bei den Geschichten zuvor können Sie bei den Pfeilen Ihren Weg frei wählen; ansonsten hören Sie über Lautsprecher, wie es weitergeht. Klicken Sie mit der linken Maustaste und die Geschichte startet.“*

### ***Versuchsablauf***

Der Erhebungszeitraum umfasste die Monate Juli und August 2001. Versuchsleiterin war allein die Autorin dieser Arbeit. Die einstündigen Versuchssitzungen erfolgten wegen des individuellen Verlaufs des Computerprogramms in Einzelsitzungen. Die Probanden bearbeiteten zunächst das Multi-Motiv-Gitter in durchschnittlich 15 Minuten. Anschließend nahmen sie vor der Leinwand Platz, ließen sich den weiteren Versuchsablauf erläutern und wenn nötig den Umgang mit der PC-Maus erklären. Auf die Leinwand wurde ein Startbild mit der Information projiziert, dass es bei einmaligem Mausklick mit einer Geschichte über die Lautsprecher weitergeht. Die Probanden klickten mit der Maustaste, veranlassten dadurch den Bildwechsel der Foliensortierung und aktivierten so die an den Bildwechsel geknüpfte auditive Datei. Die Instruktion zur Übungsaufgabe wurde über die PC-Lautsprecher abgespielt. Sie schloss mit der Aufforderung, das hierin formulierte Ziel zu bewerten. Anschließend starteten die Probanden die Fortsetzung der Geschichte. Wie die Instruktionen verlangten, entschieden sie bei Bildern, auf denen Pfeile zu sehen sind (Wahlbilder), per Mausklick ihre Bewegungsrichtung. Es öffnete sich das entsprechende Folgebild, das so lange bestehen blieb, bis der Proband sich entschloss, sich weiter umzusehen. Es folgte ein Bewertungsbild, auf dem durch Anklicken des entsprechenden Items Angaben darüber gemacht werden konnten, wie die jeweilige Situation gefällt. Anschließend erschien das nächste Wahlbild. Die gesamte Übungsaufgabe war nach circa fünf Minuten abgeschlossen. Der Proband erhielt die Gelegenheit, noch offene Fragen zu klären und durchlief dann das erste und zweite soziale Szenario in gleicher Form wie die Übungsaufgabe.

Nach den Szenarien gaben die Versuchspersonen aus der Retrospektive an, wie groß ihre Angst und ihr Unbehagen in den sozialen Situationen gewesen ist, sahen die Darsteller des Party- und Uniszenarios nacheinander auf der Leinwand und beurteilten sie nach Sympathie. Die Probanden wurden entlohnt und verabschiedet.

## **Befunde**

### ***Datenaggregation***

#### *Zusammenfassung der Zielkennwerte*

Wie auch in den Untersuchungen zuvor werden die Bewertungen der Annäherungs- und Vermeidungsziele getrennt zusammengefasst. So ergaben sich für das Party- und für das Uniszenario jeweils Kennwerte für die optimistische Bewertung des Annäherungs- und des Vermeidungsziels.

#### *Daten der Sozialszenarien*

Die Anzahl gewählter aufsuchender und meidender Wege und die Verweildauer in den einzelnen Situationen wurde getrennt für die beiden Sozialszenarien aufaddiert. Die Valenzangaben auf den Bewertungsbildern wurden zu Maßen der mittleren Valenz aufsuchender und meidender Situationen zusammengefasst.

#### *Angst*

Die Antworten zu den beiden Fragen zum Unbehagen und zur erlebten Angst in den Szenarien sind zu  $r = .63$  ( $p < .001$ ) miteinander korreliert und werden zu dem Kennwert „Angst“ verrechnet.

### **Deskriptive Statistik und interne Konsistenzen**

Beschreiben wir zunächst die erhobenen Kennwerte der Motivmessung und der Sozialszenarien:

**Tabelle 10.1.** Deskriptive Statistik. N = 78.

		M	SD	Min	Max	Alpha
Hoffnung-auf-Anschluss	HA	5.19	2.33	0.00	11.00	0.61
Furcht-vor-Zurückweisung	FZ	5.77	2.40	1.00	11.00	0.59
<b>Partyszenario:</b>						
Optimismus beim Annäherungsziel	P_opt_a	-0.28	0.77	-2.09	1.33	-
Optimismus beim Vermeidungsziel	P_opt_m	0.26	0.57	-0.98	1.43	-
Anzahl aufsuchender Situationen	P_sum_a	4.90	1.57	1.00	8.00	-
Verweildauer in aufsuchenden Situationen insgesamt	P_bleib_a	11.22	4.25	3.00	30.83	-
Verweildauer in meidenden Situationen insgesamt	P_bleib_m	9.14	4.13	3.50	25.00	-
Valenz aufsuchender Situationen	P_valenz_a	3.37	1.11	1.50	9.00	-
Valenz meidender Situationen	P_valenz_m	4.01	1.55	1.00	9.00	-
<b>Uniszenario:</b>						
Optimismus beim Annäherungsziel	U_opt_a	-0.11	0.64	-2.33	1.36	-
Optimismus beim Vermeidungsziel	U_opt_m	0.01	0.73	-1.63	1.56	-
Anzahl aufsuchender Situationen	U_sum_a	3.51	1.34	0.00	6.00	-
Verweildauer in aufsuchenden Situationen insgesamt	U_bleib_a	9.21	3.69	2.67	23.00	-
Verweildauer in meidenden Situationen insgesamt	U_bleib_m	8.03	3.73	1.00	17.00	-
Valenz aufsuchender Situationen	U_valenz_a	3.43	1.30	0.67	7.00	-
Valenz meidender Situationen	U_valenz_m	3.48	1.48	0.00	9.00	-
Sympathieeinschätzung der Darsteller	Symp	3.94	0.50	2.48	4.91	-
Angst	Angst	-0.01	0.90	-1.00	2.58	0.56

Die Probanden wählen im Partyszenario im Mittel 4.9 von insgesamt acht möglichen aufsuchenden Situationen. Dies entspricht einem prozentualen Anteil von über 61%. Da die Anzahl aufsuchender und meidender Situationen komplementär ist, wählen sie im Mittel also 3.10 meidende Wege. In der aufsuchenden Situation verweilen sie durchschnittlich insgesamt 11.22 Sekunden, in der meidenden 9.14 Sekunden. Das Verhältnis zwischen aufsuchenden und meidenden Wahlentscheidungen ist im Uni-

szenario ähnlich: Im Mittel werden 3.51 von sieben (50.14%) aufsuchenden und damit 3.49 meidende Wege gewählt. Die Probanden blieben insgesamt 9.21 Sekunden in aufsuchenden und 8.03 Sekunden in meidenden Szenen.

Aufsuchende und meidende Situationen beider Szenarien werden von den Probanden gleichermaßen als angenehm empfunden. Die mittleren Angaben von 3.43 bis 4.01 liegen alle im oberen Bereich der 5-stufigen Valenzskala.

### ***Geschlechtsunterschiede***

Es fanden sich zwischen den 41 Teilnehmerinnen und den 37 männlichen Probanden keine signifikanten Unterschiede in einem der erhobenen Kennwerte.

### ***Überprüfung der Hypothesen***

Zunächst soll erneut der Zusammenhang der Motivkennwerte mit der Zieleinschätzung überprüft werden:

***Überprüfung der Ergänzung zur Prämisse.*** Annäherungs- und Vermeidungsziele werden von Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten gleich bewertet.

**Table 10.2.** Korrelationen der Motivkennwerte mit der optimistischen Bewertung von Annäherungs- und Vermeidungszielen, getrennt nach den beiden Versuchsbedingungen für beide Szenarien. Annäherungsziel: N = 39; Vermeidungsziel: N = 39.

	Partyszenario		Uniszenario	
	opt_a	opt_m	opt_a	opt_m
HA	.30*	.01	.33*	.13
FZ	-.06	.20	.05	.24

\* p < .05

Hoffnung-auf-Anschluss korreliert signifikant positiv mit einer optimistischen Bewertung von Annäherungszielen und Furcht-vor-Zurückweisung in der Tendenz positiv mit Vermeidungszielen.

Um zu überprüfen, ob die Zielbewertung auch Einfluss auf die Bestimmung der Verhaltens- und Erlebensmaße nimmt, überprüfen zukünftige Analysen auch immer die Möglichkeit einer Interaktion von Motivrichtung und Zielbewertung.

**Überprüfung der Hypothese I.** *Hoffnung-auf-Anschluss korreliert negativ mit der retrospektiv eingeschätzten Angst in den Szenarien, Furcht-vor-Zurückweisung hängt positiv mit Angst zusammen.*

Zur Überprüfung der vermuteten linearen Zusammenhänge wurden Korrelationskoeffizienten nach Pearson berechnet:

**Tabelle 10.3.** Korrelationen der Motivkennwerte mit der retrospektiv eingeschätzten Angst, getrennt für die Versuchsbedingungen. N = 39.

		Angst
Annäherungsziel	HA	-.38*
	FZ	.36*
Vermeidungsziel	HA	-.02
	FZ	.34*

\*  $p < .05$

Die Korrelationsanalysen bestätigen teilweise die Hypothese für Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte. Wird ein Annäherungsziel verfolgt, besteht eine signifikant negative Beziehung: je höher die Hoffnung-auf-Anschluss, desto geringer die Angst in den sozialen Szenarien. Bei der Verfolgung eines Vermeidungsziels sind Hoffnung-auf-Anschluss und das Angsterleben zu Null korreliert. Furcht-vor-Zurückweisung hängt hingegen unabhängig davon, ob ein Annäherungs- oder ein Vermeidungsziel verfolgt wird, mit Angst zusammen: je höher die Furcht, desto stärker das Angsterleben in den sozialen Szenarien.

**Überprüfung der Hypothese II.3.** *Hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte verhalten sich zielangemessen: Verfolgen sie ein Annäherungsziel, wählen sie mehr aufsuchende als meidende Situationen und verweilen länger in diesen, gehen sie einem Vermeidungsziel nach, wählen sie mehr meidende Situationen und bleiben länger in diesen. Hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte sollten sich unabhängig von der Zielsetzung verhalten: Weder die Zielwahl, noch die Verweildauer entspricht ihrer Zielsetzung.*

Da die Anzahl aufsuchender Situationen komplementär zu denen meidender Situationen ist, rechnen wir die folgenden Analysen nur mit einem der Maße.

Die folgende Korrelationstabelle zeigt die linearen Zusammenhänge der Motive mit der Anzahl gewählter annähernder Situationen.

**Tabelle 10.4.** Korrelationen der Motivkennwerte mit der Anzahl gewählter aufsuchender Situationen im Partyszenario (p\_sum\_a) und Uniszenario (u\_sum\_a). N = 39.

		P_sum_a	U_sum_a
Annäherungsziel	HA	.13	.28
	FZ	-.08	-.14
Vermeidungsziel	HA	.01	-.21
	FZ	.04	.07

Die Koeffizienten, getrennt für die Versuchsgruppen zeigen, dass Furcht-vor-Zurückweisung weder für den Fall eines Annäherungs- noch für den Fall eines Vermeidungsziels mit der Anzahl aufsuchender Ziele korreliert. Für Hoffnung-auf-Anschluss bestätigen sich in der Tendenz die erwarteten Zusammenhänge. Für die Probandengruppe mit Annäherungsziel gilt: Je höher die Hoffnung-auf-Anschluss, desto mehr aufsuchende Situationen werden ausgewählt. Für das Uniszenario besteht zudem eine tendenziell negative Beziehung zwischen Hoffnung-auf-Anschluss und aufsuchenden Situationen, wenn ein Vermeidungsziel verfolgt wird.

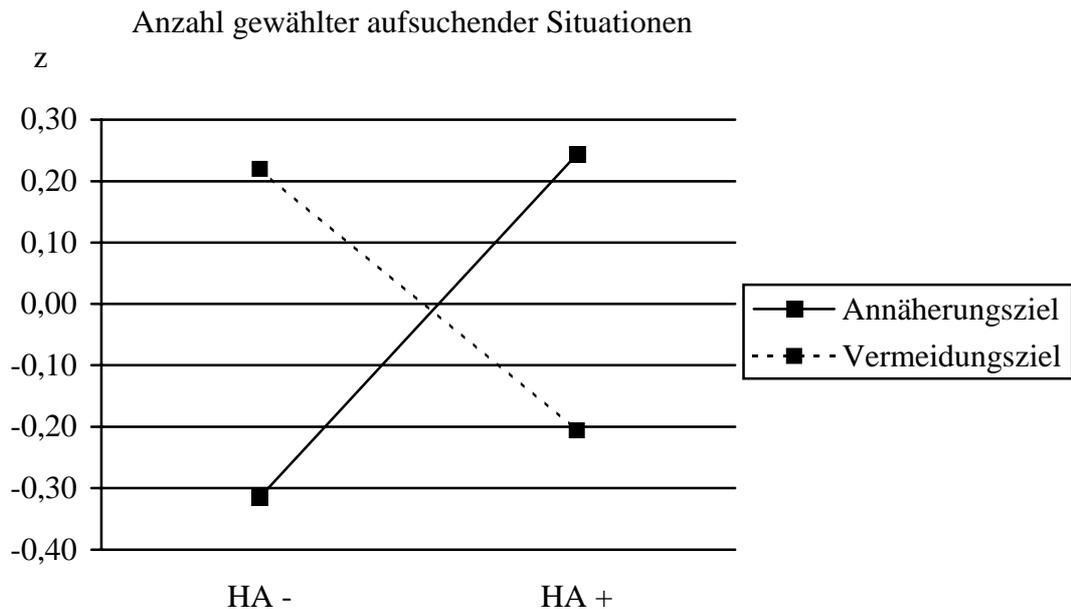
#### *Regressionsanalysen*

Die hierarchische Regression von der Anzahl gewählter aufsuchender Situationen bei den Szenarien auf die unabhängigen Variablen der Motiv- und Zielrichtungen und der Interaktion beider bestätigt die Vermutungen, die sich aus den Korrelationsanalysen ergeben: Nur für Hoffnung-auf-Anschluss ergab sich ein signifikanter Interaktionseffekt, der durch die folgende Tabelle und Abbildung dargestellt wird.

**Tabelle 10.5.** Hierarchische Regression: HA x Zielsetzung;  
Vorhersage der Anzahl aufsuchender Situationen in beiden Sozialszenarien.

Block	Variable	$\Delta R^2$	df	$\Delta F$	B
1	Prädiktoren erster Ordnung	.01	2/78	.05	
	Hoffnung-auf-Anschluss (HA)				.03
	Bedingung: Zielsetzung				.02
2	HA x Zielsetzung	.05	1/77	4.66*	-.24*
	Gesamtes $R^2$	.06	3/78	1.59	

Anmerkung: B ist der Regressionskoeffizient aus der letzten Regressionsgleichung. \*  $p < .05$



**Abbildung 10.1.** Illustration des Interaktionseffektes HA x Zielsetzung.

Die Betagewichte zeigen, dass weder das Motivmaß allein noch die Zielsetzung die Anzahl gewählter aufsuchender Situationen für Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte vorhersagen konnten. Allein die Interaktion beider wurde signifikant. Verfolgen hoch Hoffnungsmotivierte (HA+) ein Annäherungsziel, wählen sie mehr aufsuchende Situationen, verfolgen sie ein meidendes Ziel, wählen sie weniger und - da die Summe aufsuchender Situationen der Summe der meidenden komplementär ist - demnach

auch mehr meidende Situationen. Nicht vorhergesagt wurde das umgekehrte Muster für die niedrig Hoffnungsmotivierten (HA-): Bei einem Vermeidungsziel wählen sie mehr aufsuchende Situationen als bei einem Annäherungsziel.

Für das Furchtmotiv gelang es weder allein durch die Ausprägung des Motivmaßes noch durch die Zielsetzung oder aus der Interaktion beider das Verhalten in an-schluss-thematischen Situationen vorherzusagen ( $\Delta R^2 = .00$ ,  $\Delta F(1/78) = .16$ , ns;  $R^2_{\text{gesamt}} = .01$ ). Furchtmotivierte wählen genauso viele zielrelevante wie irrelevante Situationen.

### Zusätzliche Analysen

Zur Kontrolle, ob die optimistische Zielbewertung allein oder in Interaktion mit den Motivmaßen die Wahl von Situationen mitbestimmt, wurden ergänzende Regressions-analysen gerechnet. Sie nehmen die Motivkennwerte, die Art der Zielsetzung und den Zieloptimismus als ersten Schritt, sämtliche Wechselwirkung von jeweils zwei der Variablen (Motiv x Zielsetzung, Motiv x optimistische Zielbewertung, Zielsetzung x optimistische Zielbewertung) als zweiten Schritt und die dreifache Interaktion als dritten Schritt auf. Die dreifachen Interaktionen wurden jedoch weder in der Analyse mit Hoffnung-auf-Anschluss, noch mit Furcht-vor-Zurückweisung signifikant.

Hypothese II.3 stellt zusätzlich Annahmen zu der Zeit an, die die Probanden in den Situationen verbringen: Hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte sollten länger in ziel-relevanten Situationen verweilen als in zielirrelevanten. Die Verweildauer in relevan-ten und irrelevanten Situationen sollte sich für hoch Furcht-vor-Zurückweisungs-motivierte nicht aus der Zielsetzung bestimmen. Die folgende Korrelationstabelle gibt die linearen Beziehungen von Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung mit der Verweildauer wieder.

### Korrelationsanalysen

**Tabelle 10.6.** Korrelationen der Motivkennwerte mit der Verweildauer in aufsuchenden und meidenden Situationen im Party- (P\_bleib\_a, m) und Uniszenario (U\_bleib\_a, m), getrennt nach den Versuchsbedingungen. N = 39.

		Partyszenario		Uniszenario	
		P_bleib_a	P_bleib_m	U_bleib_a	U_bleib_m
Annäherungsziel	HA	.27	-.02	.35*	-.09
	FZ	-.01	.11	.19	.01
Vermeidungsziel	HA	.07	.01	.17	.04
	FZ	.29	.24	.25	.05

\* p < .05

Die Korrelationsanalysen zeigen für die Versuchsgruppe mit Annäherungsziel einen signifikanten und tendenziellen Zusammenhang zwischen Hoffnung-auf-Anschluss und der Verweildauer in aufsuchenden Situationen. Mit der Verweildauer in meidenden Situationen bestehen nahezu Nullkorrelationen. Furcht-vor-Zurückweisung hängt nur bei einem Vermeidungsziel tendenziell positiv mit der Verweildauer zusammen, und zwar bei den zielirrelevanten aufsuchenden Situationen und zusätzlich im Uniszenario bei zielrelevanten Situationen.

### *Regressionsanalysen*

Die hierarchische Regression von Verweildauer auf die Motivkennwerte, die Bedingungsvariation und die Verknüpfung beider ergab keine signifikanten Interaktionseffekte.

### *Zusätzliche Analysen*

Korrelationsanalysen ergaben, dass Hoffnung-auf-Anschluss mit dem Zieloptimismus zusammenhängt (Tabelle 10.2). Nun soll überprüft werden, ob eine optimistische Zielbewertung bei der Bestimmung der Verweildauer in beiden Szenarien mit Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung interagiert. Die Zieleinschätzung wurde als weiterer Prädiktor in eine hierarchische Regressionsanalyse aufgenommen. Da die Zieleinschätzungen zu den beiden Sozialszenarien hoch korreliert sind (Annäherungsziel:  $r = .34$ ,  $p < .05$ ; Vermeidungsziel:  $r = .44$ ,  $p < .01$ ), werden die Kennwerte hier zusammengefasst. In den ersten Schritt der Analyse ging jeweils eines der Motivmaße, die Gruppenzugehörigkeit und der Optimismus der Zieleinschätzung ein, in den zweiten Schritt alle möglichen zweifachen Interaktionsterme. Als dritter Schritt wurde die dreifache Interaktion von Motiv, Zielsetzung und der optimistischen Zielbewertung hinzu genommen.

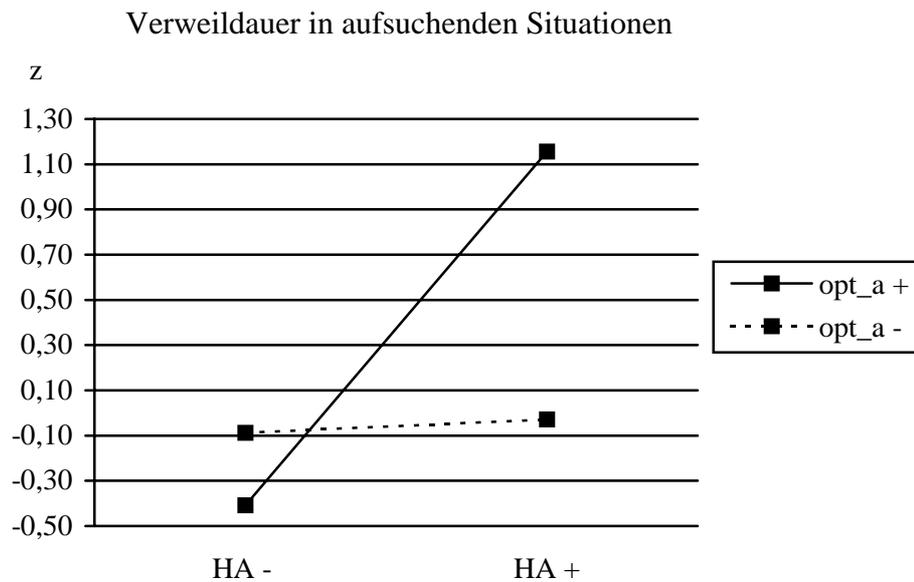
Allein die Regression von der Verweildauer in aufsuchenden Situationen auf Hoffnung-auf-Anschluss, der Zielsetzung und der optimistischen Bewertung erbrachte eine signifikante dreifache Interaktion ( $\Delta R^2 = .08$ ,  $\Delta F(1/78) = 5.03$ ,  $p < .05$ ;  $R^2_{\text{gesamt}} = .14$ ). Um die Wechselwirkung darzustellen, wurden zweischrittige Regressionsanalysen getrennt für die Gruppen mit Annäherungs- und Vermeidungsziel berechnet. Als erster Schritt ging das Motivmaß Hoffnung-auf-Anschluss und die optimistische Zieleinschätzung, als zweiter Schritt die Interaktion beider ein.

Die folgenden Tabellen und Abbildungen zeigen die Befunde getrennt für das Annäherungs- und das Vermeidungsziel.

**Tabelle 10.7.** Versuchsbedingung Annäherungsziel:  
 Hierarchische Regression: HA x Optimismus beim Annäherungsziel;  
 Vorhersage der Verweildauer in aufsuchenden Situationen beider Sozialszenarien.

Block	Variable	$\Delta R^2$	df	$\Delta F$	B
1	Prädiktoren erster Ordnung	.09	3/39	1.73	
	Hoffnung-auf-Anschluss (HA)				.34
	Optimismus beim Annäherungsziel				.14
2	HA x Zieloptimismus	.05	1/38	1.88	.25
Gesamtes $R^2$		.14	3/39	1.81	

Anmerkung: B ist der Regressionskoeffizient aus der letzten Regressionsgleichung.



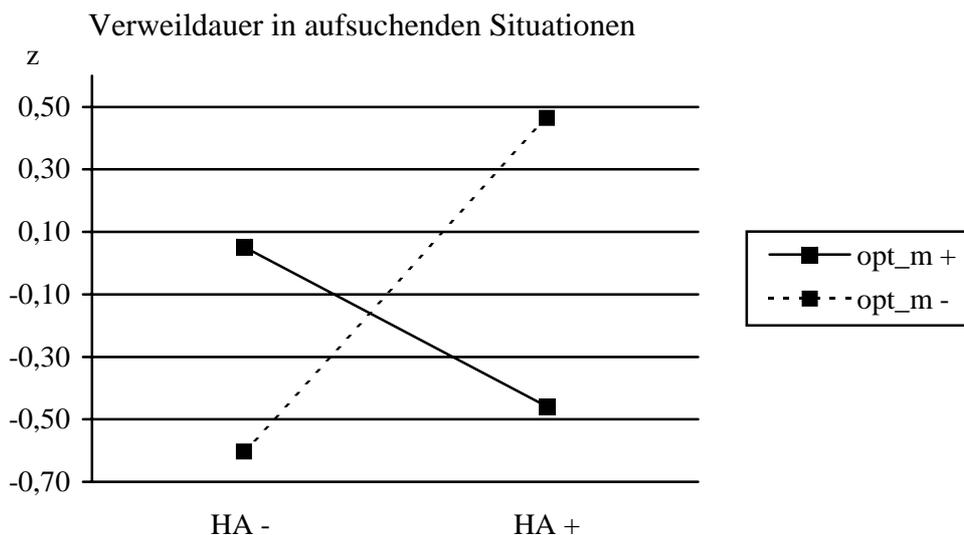
**Abbildung 10.2.** Illustration der Interaktion Hoffnung-auf-Anschluss und optimistische Zielbewertung bei der Bestimmung der Verweildauer in aufsuchenden Situationen für die Annäherungszielbedingung.

Tabelle 10.8 und Abbildung 10.3 zeigen die Interaktion für die Vermeidungszielbedingung.

**Tabelle 10.8.** Versuchsbedingung Vermeidungsziel:  
Hierarchische Regression: HA x Optimismus bei Vermeidungsziel;  
Vorhersage der Verweildauer in aufsuchenden Situationen in beiden Sozialszenarien.

Block	Variable	$\Delta R^2$	df	$\Delta F$	B
1	Prädiktoren erster Ordnung	.01	3/39	0.17	
	Hoffnung-auf-Anschluss (HA)				.19
	Optimismus beim Vermeidungsziel				-.05
2	HA x Zieloptimismus	.09	1/38	4.14*	-.35*
Gesamtes R <sup>2</sup>		.11	3/39	1.51	

Anmerkung: B ist der Regressionskoeffizient aus der letzten Regressionsgleichung. \* p < .05



**Abbildung 10.3.** Illustration der Interaktion Hoffnung-auf-Anschluss und optimistische Zielbewertung bei der Bestimmung der Verweildauer in aufsuchenden Situationen für die Vermeidungszielbedingung.

Obwohl die Analyse für die Probandengruppe mit Annäherungsziel die Signifikanzgrenze knapp verfehlt, soll der tendenzielle Befund dennoch erläutert werden: Abbildung 10.2 stellt dar, wie sich hoch und niedrig Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte in Situationen verhalten, die ihrer Zielrichtung entsprechen, Abbildung 10.3, wie lange sie in Situationen verbleiben, die ihrer Zielsetzung entgegenstehen. Verfolgen hoch Hoffnungsmotivierte ein Annäherungsziel, das sie optimistisch bewerten, bleiben sie länger in Situationen, in denen sie dies auch verwirklichen können. Wird es hingegen negativ

beurteilt, ist die Verweildauer in aufsuchenden Situationen erheblich kürzer. Das entgegengesetzte Muster zeigt sich, wenn Hoffnungsmotivierte ein Vermeidungsziel verfolgen (Abbildung 10.3). Wenn sie das Meidenziel optimistisch bewerten, bleiben sie weniger lang in aufsuchenden Situationen, die in diesem Fall der Zielsetzung nicht gerecht werden. Wenn sie das Ziel jedoch negativ bewerten, halten sie sich lange in den aufsuchenden Situationen auf. Unerwartet ist hier das umgekehrte Muster für niedrig Hoffnungsmotivierte.

Die gleiche dreifache Regression der Verweildauer mit Furcht-vor-Zurückweisung anstelle von Hoffnung-auf-Anschluss wird nicht signifikant ( $\Delta R^2 = .01$ ,  $\Delta F(1/78) = 2.07$ , ns;  $R^2_{\text{gesamt}} = .17$ ).

Die Vorhersage der beiden Verhaltensmaße - Anzahl gewählter Situationen und Verweildauer - durch die Regressionsanalysen gelang nur für die Hoffnungskomponente des Anschlussmotivs: Hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte wählen mehr Situationen, in denen sie ihre Ziele verwirklichen können und bleiben, wenn sie es gleichzeitig optimistisch bewerten, auch länger in zielrelevanten Situationen. Furcht-vor-Zurückweisung trug weder für sich genommen noch in Interaktion mit der Zielbewertung dazu bei, die Verhaltensmaße vorherzusagen. Nur bezüglich der Verweildauer zeigte sich ein tendenzieller korrelativer Zusammenhang: Ein Vermeidungsziel lässt Zurückweisungsfürchtende unabhängig von der Art der Situation länger verweilen.

#### *Ergänzende Korrelationsanalysen*

Die Probanden schätzten ebenfalls die Sympathie der Darsteller ein. Für den Zusammenhang von Hoffnung-auf-Anschluss und der Sympathieeinschätzung gilt tendenziell: Je höher die Hoffnung-auf-Anschluss, desto sympathischer werden die Interaktionspartner der Szenarien bewertet. Dieser Zusammenhang gilt, egal ob ein Annäherungs- ( $r = .22$ , ns) oder ein Vermeidungsziel ( $r = .19$ , ns) verfolgt wird. Furcht-vor-Zurückweisung korreliert nur in der Bedingung des Annäherungsziels mit der Sympathiebeurteilung und zwar in umgekehrter Richtung: Je höher die Zurückweisungsfurcht, desto unsympathischer werden die Interaktionspartner eingeschätzt ( $r = -.31$ , ns). In der Vermeidungszielbedingung besteht eine Nullkorrelation ( $r = -.02$ , ns).

#### *Spezifität der Effekte*

Um auszuschließen, dass die Effekte auch mit anderen Motiven ermittelt worden wären, wurden zusätzliche Regressionsanalysen mit den Hoffnungs- und Furchtkomponenten der Motive Leistung und Macht berechnet. Bei keiner der Analysen fand sich

ein signifikanter Motiv x Ziel-Interaktionseffekt, es handelt sich also auch hier um spezifische Effekte des Anschlussmotivs.

## **Diskussion**

Mit dieser Untersuchung verdichten sich die fürsprechenden Befunde zu der zentralen Modellannahme, dass Zielsetzungen von Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten anders genutzt werden als von Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten. In der Untersuchung zuvor konnten Hinweise dafür gewonnen werden, dass hoch Hoffnung-auf-Anschluss-, nicht jedoch hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte ihre Aufmerksamkeit nach der aktuellen Zielsetzung ausrichten. Nun können wir noch hinzufügen, dass es hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten auch gelingt, sich zielangemessen zu verhalten, während hoch Zurückweisungsfürchtende ihre Ziele nicht in Verhalten umsetzen.

Die Summe der Befunde aus beiden Untersuchungen, die in die gleiche Richtung gehen, ist ein gutes Argument für unser hierarchisches Anschlussmotivationsmodell.

Eines seiner Annahmen ist, dass situationsspezifische Ziele, wie wir sie hier vorgegeben haben, direkt verhaltenswirksam werden. Sie werden vom übergeordneten Motiv in Abstimmung mit der Situation generiert und so konkretisiert, dass sie die Richtung des Verhaltens vorgeben: Ein Annäherungsziel sollte sich auch in annäherndem, ein Vermeidungsziel in meidendem Verhalten äußern. Dies sollte nur für hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte, nicht aber für hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte gelten, deren Selbstregulation durch die Zielsetzung durch die entstehende Furcht gestört wird. Um die Übereinstimmung von Zielsetzung und Verhalten zu analysieren, haben wir die Bewegungsrichtungen in simulierten Sozialszenarien erhoben. Aufsuchendes Verhalten haben wir als ein „Sich-zu-bewegen“ auf die Interaktionspartner des Szenarios operationalisiert, meidendes Verhalten als ein „Sich-entfernt-halten“ von diesen. Ein längeres Verweilen in zielkongruenten Situationen gilt ebenfalls als mit dem Ziel übereinstimmendes Handeln. Neben den Verhaltensmaßen wurde zusätzlich das Befinden in den sozialen Szenarien erhoben:

**Hypothese I.** Das gesamte Modell stützt sich auf die Annahme, dass es bei Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten in sozialen Situationen zur Anregung von Furcht kommt, die ihnen letztendlich in der zielbezogenen Wahrnehmung und in der Verhaltensumsetzung zum Nachteil wird. In dieser Untersuchung wurde überprüft, ob die simulierten Sozialszenarien auch tatsächlich geeignet sind, die typische Furcht anzuregen. Die Probanden schätzten hierzu retrospektiv ihre Angst und ihr Unbehagen in den Szenarien ein.

Korrelationsanalysen bestätigten die Annahme für Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte: je höher die Zurückweisungsfurcht, desto stärker die Angst und das Unbehagen in den sozialen Szenarien. Dieser Zusammenhang gilt unabhängig davon, ob ein Annäherungs- oder ein Vermeidungsziel verfolgt wird. Wie erwartet bestätigte sich damit die bereits geschilderte Annahme von Elliot und Thrash (2002) für den anschluss-thematischen Kontext nicht. Sie gingen in ihrem Modell zur Leistungsmotivation davon aus, dass es in motivbezogenen Situationen nur dann zur Anregung von Furcht kommt, wenn ein Vermeidungsziel verfolgt wird und die Angst bei einem Annäherungsziel ausbleibt. Die Befunde dieser Untersuchung sprechen hingegen für unserer Annahme, dass nicht die Ziele, sondern die Motivrichtung die Furcht in motivbezogenen Kontexten bestimmt. Bei Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten kommt es unabhängig von der Richtung der Zielsetzung zur Anregung von Furcht.

Für Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte fand sich der erwartete negative Zusammenhang mit Angst nur, wenn ein Annäherungsziels verfolgt wird: je höher die Hoffnung-auf-Anschluss, desto geringer die Angst. Dieser Zusammenhang entfällt, wenn Hoffnungsmotivierte ein Vermeidungsziel verfolgen. Sie setzen zwar situationsangemessene Vermeidungsziele ein und auch in Verhalten um, vermutlich fühlen sie sich aber wohler, wenn sie sich mit einem Annäherungsziel auf direktem Zielkurs befinden.

**Hypothese II.3** betrifft die Verhaltensmaße in sozialen Situationen. Hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte schaffen sich Gelegenheiten, die günstig zur Umsetzung ihrer Ziele sind. Zurückweisungsängstliche, deren Furcht sie schon bei der Auswahl zielrelevanter Informationen behindert, haben auch bei der Realisierung ihrer Ziele Schwierigkeiten.

Anschluss-thematisches Verhalten wurde hier zum einen über die Anzahl ausgewählter zielrelevanter und irrelevanter Situationen, zum anderen über die Verweildauer in sozialen Situationen bestimmt. Die Richtung der Zielsetzung fand nur bei hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten Ausdruck im Verhalten.

#### *Auswahl relevanter und irrelevanter Situationen*

Gemäß der Hypothese wählen hoch Hoffnungsmotivierte mehr Situationen, die ihnen eine Annäherung an die potentiellen Anschlusspersonen ermöglichen, wenn sie ein Annäherungsziel als wenn sie ein Vermeidungsziel verfolgen. Andererseits können sie sich auch meidend und zurückhaltend verhalten, wenn dies ein Vermeidungsziel erfordert. Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte verhalten sich also, genau wie es unser Modell annimmt, annähernd und vermeidend, und zwar abhängig von der konkreten Zielsetzung. Ihnen gelingt die direkte Verhaltensregulation durch Zielsetzungen. Hoch

Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte setzen ihre Ziele hingegen nicht konsequent in Verhalten um: Regressionsanalysen zeigten, dass es für annäherndes oder vermeidendes Verhalten unerheblich war, welche Art Ziel verfolgt wurde. Die Selbstregulation durch die Zielsetzung gelang auch bei der Ausrichtung des Verhaltens nicht.

Unerwartet war erneut das Verhalten niedrig Hoffnung-auf-Anschlussmotivierter. Wie auch beim Blickverhalten suchen sie Situationen auf, die der Zielrichtung gerade *nicht* entsprechen. Greifen wir die Argumentation auf, die wir auch zur Interpretation des Blickmusters angeführt haben: Personen mit geringem Interesse an der Kontaktaufnahme mit anderen gehen auch seltener auf diese zu. Erst die Instruktion eines Vermeidungsziels, die sie auf eine mögliche Ablehnung ihrer Person durch die Interaktionspartner aufmerksam macht, veranlasst sie dazu, sich der sozialen Situation zuzuwenden. Sie engagieren sich in ihr, indem sie aktiv werden, also auf andere Menschen zugehen.

### *Verweildauer*

Das zweite Verhaltensmaß ist die Verweildauer in den einzelnen sozialen Szenen. Ziieldienlich ist ein langes Verweilen in zielkongruenten Situationen und ein kurzer Aufenthalt in Situationen, die sich nicht zur Zielumsetzung eignen. Korrelationsanalysen zeigten, dass Hoffnung-auf-Anschluss nur für den Fall eines Annäherungsziels mit der Verweildauer in zielkongruenten Situationen korrelierte. Je höher die Hoffnung-auf-Anschluss, desto länger blieben die Probanden in aufsuchenden Situationen. Bei einem Vermeidungsziel ergaben sich keine Zusammenhänge. Umgekehrt fanden sich für Furcht-vor-Zurückweisung nur in der Vermeidungszielbedingung tendenziell positive Zusammenhänge mit der Verweildauer im allgemeinen: Je höher die Furcht, desto länger verweilen die Probanden in den sozialen Szenen. Ein Vermeidungsziel scheint es ihnen zu erlauben, sich in sozialen Kontexten aufzuhalten. Sie befinden sich in der Nähe der Anschlusspersonen, können aber auch gleichzeitig ihrer Vermeidungstendenz zumindest teilweise gerecht werden, indem sie sich zurückhaltend verhalten. Die Spannung zwischen dem Bedürfnis nach Annäherung und der Tendenz zu vermeiden ist so vermutlich am geringsten. Langfristig führt diese Verhaltensstrategie jedoch nicht zu gutem Befinden, wie wir bereits zeigen konnten.

Zweischrittige hierarchische Regressionsanalysen mit den Motivmaßen, der Zielsetzung und der Wechselwirkung beider blieben ohne signifikante Befunde. Nimmt man die optimistische Zielbewertung als weitere unabhängige Variable in die Regressionsanalysen auf, wird die bereits erwähnte Beziehung zwischen Hoffnung-auf-Anschluss und der Verweildauer klarer: Wie lange Hoffnung-auf-Anschlussmotivierter in den

zielkongruenten Situationen bleiben, hängt von der Bewertung des Ziels ab: Getrennte Regressionsanalysen für die Versuchsbedingungen zeigten, dass hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte länger in aufsuchenden Situationen verbleiben, wenn sie das Annäherungsziel optimistisch bewerten, eine Situation hingegen schneller verlassen, wenn sie es wenig positiv bewerten, es also für wenig realisierbar, wichtig oder für zu schwierig halten oder es aus anderen Gründen nicht entschlossen verfolgen wollen. Dies spricht für einen effizienten Einsatz des betriebenen Aufwandes: Es wird nur dann Zeit investiert, wenn das Ziel die Anstrengung auch wert ist. Wird ein Ziel optimistisch bewertet, werden *zielirrelevante* Situationen schnell verlassen: Bewerten hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte ein Vermeidungsziel optimistisch, gibt es keinen Grund, Zeit in Situationen zu verlieren, die nicht zu dessen Umsetzung beitragen können. Wird das Vermeidungsziel hingegen pessimistisch beurteilt, wenden sie sich alternativen Situationen zu. Eine Investition lohnt hier nicht.

Wie auch in der ersten Untersuchung hat eine optimistische Zielbewertung nur für Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte, nicht jedoch für Furcht-vor-Zurückweisungs-motivierte positive Konsequenzen: Sie nutzte bei den Zielfortschritten und jetzt auch hier bei der Umsetzung zielrelevanten Verhaltens. Für Furchtmotivierte ist sie nicht von Vorteil, da es in den sozialen Situationen zur Anregung von Furcht kommt, die den Zieloptimismus in den Hintergrund treten lässt. Genau wie die Furcht also die Initiierung zieldienlichen Verhaltens behindert, macht sie auch die positiven Konsequenzen einer optimistischen Zielbewertung zunichte. Wenn sich also Interaktionseffekte eines Motivmaßes mit dem Zieloptimismus finden, dann allein für die Hoffnungskomponente des Anschlussmotivs.

Die Rolle der Zielbewertung für Hoffnung-auf-Anschluss bleibt jedoch unklar. Eine optimistische Bewertung hat auf die Auswahl zielrelevanter Situationen keinen Einfluss, wohl aber auf die investierte Zeit in den gewählten Situationen und auf die Zielfortschritte (Untersuchung I). Auch in der zweiten Untersuchung erwies sie sich als unwichtig: Blickverhalten und Bewusstseinsinhalte wurden allein durch die Richtung der Zielsetzung bestimmt, die Zielbewertung blieb ohne Einfluss. Vielleicht genügt für eine Ausrichtung der Wahrnehmung, der Bewusstseinsinhalte und des Verhaltens die Zielsetzung an sich, wenn es aber darum geht, vermehrte Anstrengung in Form von Zeit oder hohem Engagement bei der Zielverfolgung zu zeigen, muss noch eine weitere Bedingung hinzukommen: Das Ziel muss optimistisch bewertet werden. Weitere Untersuchungen sind nötig, um zu spezifizieren, welche Variablen durch die Interaktion von Motiv und Zieloptimismus vorhergesagt werden können.

*Erweiterung der Prämisse.* Ebenso uneinheitlich wie die Wechselwirkungen mit dem Zieloptimismus sind die direkten Zusammenhänge zwischen den Motivrichtungen und der optimistischen Zielbewertung. In den ersten beiden Untersuchungen findet sich die erwartete gleiche Bewertung von Annäherungs- und Vermeidungszielen: Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte machten zwischen grundsätzlichen und strategischen Zielen keine Unterschiede. In dieser Untersuchung hingegen korreliert Hoffnung-auf-Anschluss nur mit einer optimistischen Bewertung von Annäherungszielen, nicht jedoch mit der von Vermeidungszielen. Tendenziell findet sich dieses ungleiche Korrelationsmuster auch für Furcht-vor-Zurückweisung. Hier sieht es so aus, als würden doch schon auf der Zielebene Unterschiede zwischen Hoffnungs- und Furchtmotivierten bestehen. Für Furchtmotivierte macht sich die optimistische Bewertung von Vermeidungszielen jedoch nicht bei der Umsetzung der Ziele in Verhalten bemerkbar. Für sie lässt sich keines der Verhaltensmaße aus der Interaktion mit der Zielbewertung vorhersagen. Wir können also unsere Argumentation beibehalten, dass es die Furcht in den sozialen Situationen ist, die die Regulation durch die Zielsetzung und die Zielbewertung behindert.

#### *Ergänzende Korrelationsanalysen*

Weitere Korrelationen betreffen zwar nicht unmittelbar die Hypothesen des Modells, zeigen aber dennoch interessante Befunde: Die Motivmaße korrelieren mit der Sympathieeinschätzung der Interaktionspartner in den Sozialszenarien. Hoffnung-auf-Anschluss hängt unabhängig von der Art der Zielsetzung positiv mit der Sympathie gegenüber den Szenariodarstellern zusammen. Mit Zurückweisungsfurcht besteht keine Korrelation, wenn ein Vermeidungsziel, wohl aber, wenn ein Annäherungsziel verfolgt wird: je höher die Furcht, desto unsympathischer die Darsteller. Ziehen wir ein lerntheoretisches Paradigma zur Erklärung heran: Menschen werden dann für sympathisch gehalten, wenn sie über primäre oder sekundäre Bekräftigungsmöglichkeiten verfügen, während diejenigen als unsympathisch gelten, die potentiell Strafreize aussteuern könnten. Für Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte haben andere Personen in erster Linie Bekräftigungswert, da sie zur Befriedigung des Anschlussbedürfnisses beitragen. Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte, die die Erwartung einer Zurückweisung hegen, werden eher die Möglichkeit anderer Personen in Betracht ziehen, auch Strafreize in Form von Ablehnung auszuteilen. Verfolgen Furchtmotivierte ein meidendes Ziel, mag ihnen diese Gefahr geringer erscheinen, Annäherungstendenzen können jedoch Zurückweisung provozieren. Nur wenn ein Annäherungsziel verfolgt wird, werden die

Interaktionspartner als Quelle von Bestrafung relevant und so als unsympathisch eingeschätzt.

***Zur Methode der Datenerhebung.*** Neben den theoretischen Annahmen zum Modell musste sich in dieser Untersuchung ebenfalls die von uns entwickelte Methode zur Erfassung anschlussThematischen Verhaltens bewähren. Annäherndes und meidendes Anschlussverhalten wurde mit Hilfe einer Simulation anschlussThematischer Szenarien erfasst, die realitätsnah sein sollte und in der sich Unterschiede zwischen Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten zeigen konnten. Wie die bereits erwähnten korrelativen Beziehungen belegen, eignen sich die Szenarien, um bei Furchtmotivierten einen Zusammenhang mit der für sie typischen Angst und Unbehagen aufzudecken. Auch traten in den Szenarien die erhofften Verhaltensunterschiede zwischen Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten auf. Wie auch in der vorangegangenen Untersuchung können also auch hier positive Effekte mit unseren alternativen Operationalisierungen anschlussThematischen Verhaltens berichtet werden.

## **Zusammenfassung der modellrelevanten Befunde**

Die Untersuchung bestätigt weitestgehend die Hypothesen:

- Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte erleben in den simulierten Sozialszenarien sowohl bei der Verfolgung von Annäherungs- als auch von Vermeidungszielen Angst. Das Agieren Furchtmotivierter in den simulierten Szenarien ruft somit dieselben Emotionen wie in der Realität hervor. Der erwartete negative Zusammenhang von Hoffnung-auf-Anschluss und Angst findet sich allein bei einem Annäherungsziel.
- Hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte setzen ihre Ziele in Verhalten um: Bei einem Annäherungsziel wählen sie mehr aufsuchende Situationen als bei einem Vermeidungsziel und umgekehrt bei einem Vermeidungsziel mehr meidende Situationen. Zudem verweilen sie länger in zielrelevanten Situationen, wenn sie ihre Ziele gleichzeitig optimistisch bewerten und verlassen sie wieder, wenn sich ein Verweilen nicht lohnt.
- Für hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte sind die Verhaltensmaße unabhängig von der Zielsetzung. Sie nutzen ihre Ziele weder um günstige Situationen aufzusuchen, noch um die Verweildauer in zielrelevanten oder irrelevanten Situationen zu bestimmen.
- Unerwartet war der einseitig positive Zusammenhang von Hoffnung-auf-Anschluss und dem Optimismus bei Annäherungszielen und von Furcht-vor-Zurückweisung und dem Optimismus bei Vermeidungszielen.

Bewerten wir nun in einem zusammenfassenden Überblick, ob das Modell der empirischen Überprüfung Stand halten konnte.

## KAPITEL 11

### GESAMTDISKUSSION ZUM MODELL

#### **Das hierarchische Anschlussmotivationsmodell**

Mit dem hierarchischen Anschlussmotivationsmodell bedienen wir uns eines Motivationskonzeptes, das in Hoffnungs- und Furchtkomponenten von Motiven untergliedert (z.B. McClelland, 1951) und übernehmen die Annahme eines hierarchischen Aufbaus von Motiven und Zielen (Emmons, 1989; Murray, 1938). Was unser Modell jedoch von anderen unterscheidet, ist die Betonung der Funktionalität anschluss-thematischer Annäherungs- und Vermeidungsziele in einem komplexen Motiv-Ziel-System. Beide Zieltypen werden nach unserer Argumentation als Mittel eingesetzt, um in komplexen sozialen Kontexten dem Motivziel gerecht zu werden. Als proximate Ziele entsprechen sie entweder der grundsätzlichen Motivrichtung oder werden nach spezifischen Situationsanforderungen strategisch gesetzt - in jedem Falle nutzen sie aber der Annäherung an das Motivziel. Diese Überlegung zwingt zu einer Modifikation zweier bestehender theoretischer Annahmen: Vermeidungsziele haben nicht - wie beispielsweise Elliot und Sheldon (1998) annehmen - per se negative Konsequenzen, können also auch nicht zur Erklärung von Befindensbeeinträchtigungen herangezogen werden und, wenn Vermeidungsziele nützlich sind, sollten sich Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte auch ihrer bedienen. Wir trennen uns hiermit von der Annahme einer Kongruenz von Motiv- und Zielrichtung, wie sie in der älteren und neueren Motivationforschung vertreten wird (z.B. Murray, 1938; Elliot & Sheldon, 1997). Es gibt keine dispositionelle Zielsetzungsstrategie Hoffnungs- und Furchtmotivierter, beide setzen sich gleichermaßen Annäherungs- und Vermeidungsziele. Für die Verhaltens- und Befindensunterschiede machen wir die Fähigkeit verantwortlich, die Ziele auch zur Selbstregulation - also zur Ausrichtung der Wahrnehmung, zur Lenkung der Bewusstseinsinhalte und zum Initiieren zielrelevanten Verhaltens - zu nutzen. Wir begründen dies, indem wir die Erklärung von Leistungseinbußen durch Furcht aus der Angstforschung (Arnold & Cheek, 1986; Hembree, 1988) auf den anschluss-thematischen Kontext übertragen und annehmen, dass Furcht auch in sozialen Situationen die Regulation durch die Zielsetzung blockiert.

Zeichnen wir die Überlegungen, die zur Formulierung unseres hierarchischen Anschlussmotivationsmodells beigetragen haben, zunächst näher nach, bevor wir auf die empirische Überprüfung der zentralen Hypothesen eingehen.

Eine theoretische Annahme ist, dass *beide* Komponenten des Anschlussmotivs auf *einem* Bedürfnis beruhen. Das distale Ziel Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter besteht im Aufbau, der Aufrechterhaltung und Wiederherstellung harmonischer sozialer Beziehungen (Heckhausen, 1989). Das gemeinsame Motivziel ist somit ein Ziel mit positiver Valenz. Die Erwartungshaltungen, das Ziel erreichen zu können, unterscheiden sich jedoch. Hoffnungsmotivierte erwarten in sozialen Situationen erfolgreich zu sein, Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte fürchten von anderen nicht akzeptiert, negativ bewertet und zurückgewiesen zu werden (McClelland, 1987).

Wenn Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte letztendlich auch einem distalen Annäherungsziel nachgehen, können allein vermeidende Verhaltensstrategien nicht ausreichend sein. Um zum Ziel zu gelangen, müssen sie auch proximate Annäherungsziele bilden. Verhaltensbeobachtungen, wie das zu Beginn angeführte Beispiel der Studienanfänger, unterstützen diesen ersten Einwand gegen eine stabile Regulationsform, die allein auf Annäherung *oder* Vermeidung bedacht ist: In komplexen sozialen Situationen kann annäherndes *und* vermeidendes Verhalten gleichermaßen beobachtet werden. Gegen eine einseitige Gewichtung von Zielsetzungen spricht auch die Komplexität sozialer Prozesse. Um den situativen Anforderungen gerecht zu werden, bedarf es einer flexiblen Zielwahl, die die Anzahl möglicher Verhaltensweisen erhöht. Ob Verhalten erfolgreich ist, hängt nicht allein von der Person selbst ab, sondern in starkem Ausmaße auch von den konkreten sozialen Gegebenheiten. Sie müssen bei der Auswahl geeigneten Verhaltens mit verrechnet und direkt auf sie bezogene Zielsetzungen generiert werden. Sowohl vermeidende, als auch annähernde Verhaltensweisen tragen, wenn sie den sozialen Gegebenheiten angepasst sind, dazu bei, angenehme harmonische Beziehungen zu unterhalten. Da hierin das Motivziel Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter besteht, nutzen auch beide flexibel Annäherungs- und Vermeidungsziele. Auch wenn sich ein Hoffnung-auf-Anschlussmotivierter aufgrund seiner Erfolgserwartung lieber direkt auf den angestrebten Zielzustand zubewegen würde, kann er doch für die Situation günstige vermeidende Teilzielsetzungen verfolgen. Sie stellen eine strategische Möglichkeit dar, auf einem Umweg dem übergeordneten Ziel nahe zu kommen. Für einen Furchtmotivierten, der letztendlich auch ein distales *Annäherungsziel* zu erreichen sucht, genügen allein meidende proximate Ziele nicht. Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte machen die Wahl des Zieltyps von den sozialen Gegebenheiten abhängig und erhöhen so ihre Handlungsflexibilität und ihre Erfolgchancen.

Das Modell geht von einer hierarchischen Anordnung von Motiven und Zielen aus. Das Anschlussmotiv selbst ist zu abstrakt, um direkt in Verhalten wirksam werden zu können. Untergeordnete Teilziele überbrücken die Distanz zwischen der Motivebene und der Ebene des Verhaltens (Wurf & Markus, 1991). Anschlussthematische proximate Ziele berücksichtigen spezifische Merkmale der Situation und bestimmen das Verhalten direkt. Eine solche Verhaltensregulation durch konkrete Zielsetzungen gelingt jedoch nur, wenn das Ziel auch in der richtigen Richtung wirksam wird: So muss das Ziel die Wahrnehmung und die Bewusstseinsinhalte ausrichten. Ein Annäherungsziel muss sich schließlich in annäherndem, ein Vermeidungsziel in meidendem Verhalten äußern. Wird *zielirrelevantes* oder dem Ziel entgegengesetztes Verhalten gezeigt, wird das Ziel verfehlt und verliert seine Funktion als Teilschritt in Richtung des übergeordneten Motivziels.

Und genau hier setzt unsere Erklärung der Unterschiede Hoffnungs- und Furchtmotivierter an. Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten gelingt die Regulation durch proximate Zielsetzungen, bei Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten ist sie durch Furcht blockiert. Furcht entsteht automatisch, wenn bestimmte Reize der sozialen Umwelt auftreten und stört kognitive Prozesse (Sarason, 1960; Schwarzer & Jerusalem, 1992). Zurückweisungsbefürchtungen binden kognitive Ressourcen, die so für eine breite und zielangemessene Informationsaufnahme fehlen und die auch nicht mehr für zielrelevantes Verhalten zur Verfügung stehen. Das Spannungsverhältnis zwischen Furcht und gleichzeitigem Annäherungswunsch und die Unfähigkeit, Ziele konsequent in Verhalten umzusetzen, führt dazu, dass Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte in ihrem Befinden beeinträchtigt sind, und zwar unabhängig davon, ob sie ein Annäherungs- oder ein Vermeidungsziele verfolgen.

Zusammenfassend kann das Modell durch drei grundlegende Aussagen beschrieben werden: Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte verfolgen das gleiche endgültige Motivziel und versuchen dies durch annähernde *und* vermeidende Teilzielsetzungen zu erreichen, unterscheiden sich jedoch in der Fähigkeit, die Zielsetzungen für eine direkte Regulation der Wahrnehmung, der Lenkung der Bewusstseinsinhalte und des Verhaltens nutzen zu können. Furcht-vor-Zurückweisung ist zudem mit Missbefinden, Hoffnung-auf-Anschluss mit gutem Befinden verbunden.

## **Die empirische Überprüfung der zentralen Annahmen**

Um das hierarchische Anschlussmotivationsmodell zu überprüfen, haben wir einzelne Modellstufen herausgegriffen und ihre Kernaussagen mit drei Untersuchungen getestet. Das gesamte Modell fußt auf einer Prämisse und beinhaltet drei zentrale Hypothesen und eine Zusatzhypothese zum Wohlbefinden, die jeweils durch mindestens eine spezifische Untersuchungshypothese konkretisiert werden. Bewerten wir nun die Übereinstimmung der Modellannahmen mit den empirischen Befunden.

### ***Die flexible Zielwahl Hoffnungs- und Furchtmotivierter***

Eine Voraussetzung muss erfüllt sein, damit eine weitere Modellprüfung Sinn macht: Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte sind in ihrer Zielwahl flexibel und verfolgen Annäherungs- und Vermeidungsziele (Prämisse). Die erste Untersuchung fand diese Annahme bestätigt: In einer Population von Studienanfängern hing das Ausmaß von Hoffnung-auf-Anschluss oder Furcht-vor-Zurückweisung nicht mit der Anzahl annähernder oder meidender anschlussthematischer Ziele zusammen. In der ersten und zweiten Untersuchung korrelierten die Motivkomponenten mit der optimistischen Bewertung von Annäherungs- und Vermeidungszielen wie vorhergesagt in gleicher Richtung. Auch betreffend der Bewertung findet sich also keine Kongruenz von Motiv- und Zielrichtung. Die Ursache für Verhaltens- und Befindensunterschiede kann somit nicht in einer einseitigen, auf Annäherung oder Vermeidung bedachten Zielwahl oder -bewertung liegen, sondern muss auf einer anderen Ebene des Modells zu finden sein.

### ***Hoffnung, Furcht und die Selbststeuerung durch Zielsetzungen***

Der Schwerpunkt der empirischen Überprüfung galt der Annahme, dass hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten die Selbstregulation durch konkrete Zielsetzungen gelingt, während sie Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten *misslingt* (Modellhypothese II). Die Selbstregulation betrifft die Ausrichtung von Wahrnehmung, Bewusstseinsinhalten und Verhalten: Die konkreten Zielsetzungen Furchtmotivierter nehmen weder auf die visuelle Aufmerksamkeitsausrichtung noch auf die Umsetzung der Ziele in Verhalten oder auf die Inhalte des Bewußtseins Einfluss. Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte orientieren sich hingegen an der konkreten Zielsetzung. Anhand ihrer Wahrnehmungsausrichtung, ihrer Bewusstseinsinhalte und ihres Verhalten ist zu erkennen, welches Ziel sie gerade verfolgen. Sie werden Annäherungs- und Vermei-

dungszielen gerecht, die eine unterschiedliche Regulation der Informationsaufnahme und des Verhaltens erfordern.

Die Untersuchungen II und III gingen dieser Hypothese nach. Den Probanden wurden Annäherungs- oder Vermeidungsziele auf einem Abstraktionsniveau vorgegeben, auf dem sie direkt in Wahrnehmung und Verhalten wirksam werden müssen. Es fand sich, dass sowohl die Blickmuster auf soziale Szenarien als auch die Inhalte anchluss-thematischer Geschichten für hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte unterschiedlich ausfallen, je nach dem, ob sie ein Annäherungs- oder ein Vermeidungsziel verfolgen (Untersuchung II): Sie richteten die Wahrnehmung und ihre Gedanken an ihrer Zielsetzung aus, indem sie länger zielrelevante als irrelevante Merkmale der Situation betrachteten. In Geschichten zu sozialen Situationen äußerten sie vermehrt Thematik, die mit der Richtung ihres Ziels übereinstimmt. Hoffnungsmotivierte nutzen also die Zielsetzung zur Regulation ihrer Wahrnehmung und ihrer Bewusstseinsinhalte.

Für Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte fand sich hingegen eine einseitige Betrachtung der sozialen Szenarien, und zwar unabhängig von der aktuellen Zielsetzung: Je höher die Furcht, desto länger fixieren sie die eigentlichen Anschlusspersonen und vernachlässigen damit andere Situationsmerkmale. Annäherungs- und Vermeidungsziele führten bei ihnen nicht zu einer unterschiedlichen Regulation der visuellen Wahrnehmung. Auch bei der Inhaltsanalyse der Geschichten fand sich, dass die Ziele nicht zur Lenkung der Bewusstseinsinhalte beitrugen. Die Selbstregulation durch die Zielsetzungen ist ihnen nicht gelungen. Die dritte Untersuchung ergänzte die Befunde auf der *Verhaltensebene*. In simulierten Szenarien suchten Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte zielrelevante Situationen auf und versetzten sich so in eine geeignete Umgebung, um ihre Ziele auch realisieren zu können. Furchtmotivierte verhielten sich hingegen unabhängig von der Zielsetzung annähernd oder vermeidend.

Insgesamt betrachtet, können wir die Summe der Befunde als Bestätigung für die Annahme werten, dass Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte sich darin unterscheiden, wie gut sie konkrete Zielsetzungen zur Selbstregulation nutzen.

Im Befundmuster zeigte sich jedoch auch Unerwartetes. Das hierarchische Anschlussmotivationsmodell sollte nur für Personen mit starkem Bedürfnis nach Anschluss gelten. Niedrig Anschlussmotivierte hegen nicht den Wunsch nach positiven Sozialkontakten, und das Streben nach Anschluss ist für sie von nachrangiger Bedeutung. Die im Modell angenommenen Zusammenhänge sollten für sie gar nicht oder nur in geringerem Ausmaße gelten. Spezifische Aussagen über die Art der Beziehung von Zielsetzungen und Verhalten haben wir für sie nicht angestellt. Um so unerwarte-

ter war ein Ergebnis, das dem der hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten genau entgegengesetzt ist. Für niedrig Hoffnungsmotivierte wirkten die Zielsetzungen anders herum auf das Verhalten: Sie betrachteten Bildelemente und schrieben anschluss-thematische Geschichten, die der konkreten Zielsetzung entgegenstehen. Entsprechend wählten sie in den simulierten Sozialszenarien überwiegend Situationen aus, die dem Ziel gerade *nicht* gerecht werden.

Die Ursache für das spiegelbildliche Verhaltensmuster hoch und niedrig Hoffnung-auf-Anschlussmotivierter liegt vermutlich in der Asymmetrie der Wertigkeit - der Valenz nach Lewin (1935) - anschluss-thematischer Erfolge und Misserfolge. Für Hochmotivierte haben erfolgreiche Anschluss-handlungen belohnenden Charakter, Zurückweisungen werden negativ erlebt. Für Niedrigmotivierte jedoch, denen am Finden von Anschluss wenig gelegen ist, besitzen anschluss-thematische Erfolge kaum Valenz, sie sind eher neutral. Werden sie nun durch die Instruktion „gezwungen“, anschluss-thematische Annäherungsziele zu verfolgen, sind diese Ziele fremdbestimmt. Die Probanden mögen ihnen zwar vorab zustimmen, in konkreten sozialen Situationen fehlt ihnen jedoch die Unterstützung des Verhaltens durch das Motiv. Das Ziel tritt in den Hintergrund, andere Aspekte der Umwelt sind interessanter. So betrachten niedrig Hoffnungsmotivierte lieber die Umgebung als die dargestellten Personen, und auch in ihren Geschichten und im Verhalten findet sich das Thema der Annäherung nicht wieder. Während das Anschluss*finden* für niedrig Hoffnungsmotivierte also keinen Belohnungscharakter hat, wird eine Zurückweisung jedoch auch von ihnen als unangenehm empfunden und zu vermeiden versucht. Erst wenn sie auf eine mögliche Zurückweisung aufmerksam gemacht werden, ändern sie ihre übliche Informationsaufnahme und Verhaltensstrategie. Sie beginnen sich in sozialen Situationen zu engagieren, indem sie zum Beispiel die dargestellten Personen betrachten oder auf ihre Interaktionspartner zugehen. Erst die negative Valenz einer Zurückweisung richtet ihre Aufmerksamkeit auf die soziale Umwelt und „aktiviert“ eine anschlussbezogene Wahrnehmung und entsprechendes Verhalten.

Ein kontroverser Befund der vierten Untersuchung war, dass im Gegensatz zu den Ergebnissen der beiden ersten Studien Hoffnung-auf-Anschluss mit einer positiven Zielbewertung korrelierte. Je höher die Hoffnung, desto optimistischer waren die Einschätzungen von Annäherungszielen. Wie sich in zusätzlichen Analysen herausstellte, spielt der Zieloptimismus für die Vorhersage der aufsuchenden oder meidenden Orientierung des Verhaltens in sozialen Situationen keine Rolle, wohl aber für die Verweildauer in einzelnen Szenen. Erachten Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte ein Ziel für realisierbar, wichtig und wollen es entschlossen verfolgen, investieren sie auch

mehr Zeit in dazu passenden Situationen. Die Zielbewertung spielt für Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte also dann eine Rolle, wenn es um den investierten zeitlichen Aufwand geht.

### ***Angst in sozialen Szenarien***

Die Ursache für das wenig zielangemessene Verhalten Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter sehen wir in der Angst, die in sozialen Situationen entsteht (Modellhypothese I). Die simulierten Sozialszenarien der dritten Untersuchung boten ein geeignetes Forum, um Angst zu provozieren und im Nachhinein abzufragen. Wie erwartet, hing das Ausmaß der erlebten Angst und des Unbehagens mit der Höhe der Zurückweisungsfurcht zusammen. Das Agieren in einer simulierten anschluss-thematischen Situation führte hypothesenkonform nur bei hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten zur Entstehung von Angst, nicht aber bei Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten.

### ***Hoffnung, Furcht und Zielfortschritte***

Wenn nun hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte ihre Ziele adäquat in Verhalten umsetzen können, sollte sich dies auch in den Zielfortschritten bemerkbar machen (Modellhypothese III). Anschluss-thematische Ziele, die sich die Probanden der ersten Untersuchung vornahmen, wurden zu Semesterende bewertet. Unerwartet gaben hoch Hoffnungsmotivierte jedoch nicht mehr Fortschritte an als niedrig Hoffnungsmotivierte.

Als Erklärung haben wir angeführt, dass die von den Probanden generierten Ziele von unterschiedlicher Komplexität und zeitlicher Reichweite sind und so ein direkter Vergleich der Fortschritte nicht möglich ist. Kurzfristige oder wenig anspruchsvolle Ziele können im Zeitraum der Datenerhebung als erreicht oder verfehlt bewertet werden, während die Verfolgung komplexer Ziele auch am Ende der Untersuchung noch im Gange sein kann. Die Schlussfolgerung, dass jemand, der aufgrund eines weniger komplexen Ziels schon im Erhebungszeitraum maximale Zielfortschritte angeben kann, erfolgreicher sein soll als jemand, der sich auf gutem Wege bei der Erreichung eines anspruchsvolleren Ziels befindet, ist unzulässig.

Durch die Vorgabe konkreter Ziele in den beiden folgenden Untersuchungen konnten wir der Problematik mit frei generierten Zielen aus dem Wege gehen.

### ***Hoffnung, Furcht und Wohlbefinden***

Neben den zentralen Modellannahmen wurde eine ergänzende Hypothese zum Befinden Anschlussmotivierter getestet. Wir vermuteten unabhängig von der Zielsetzung Zusammenhänge von Furcht-vor-Zurückweisung und Befindensbeeinträchtigungen und von Hoffnung-auf-Anschluss und Wohlbefinden (Modellhypothese IV). Durch das Design der ersten Untersuchung war es möglich, Zusammenhänge der Motivkomponenten mit emotionalem und körperlichem Wohlbefinden zum gleichen Messzeitpunkt und längerfristig zu einem vier Monate späteren Zeitpunkt zu überprüfen. Hoffnung-auf-Anschluss hing mit Kennwerten des positiven Befindens zusammen (emotionales Wohlergehen, geringe Somatisierung), Zurückweisungsfurcht korrelierte wie erwartet positiv mit Depressivität, Angst und tendenziell mit Somatisierung. Als Erklärung für das Missbefinden Zurückweisungsfürchtender haben wir angeführt, dass sie sich durch den Wunsch nach Anschluss bei gleichzeitiger Furcht chronisch in einem Annäherungs-Vermeidungskonflikt befinden. Sie suchen im Alltag nach positiven Sozialkontakten, fürchten jedoch gleichzeitig die Ablehnung ihrer Person. Dieser Spannungszustand hat allgemeine Angst, den Ausdruck in körperlichen Symptomen und depressive Verstimmungen zur Folge.

Insgesamt betrachtet bestätigen die empirischen Befunde die Annahmen unseres hierarchischen Anschlussmotivationsmodells:

- Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte sind nicht an einen Zieltyp gebunden, sondern wählen grundsätzliche und strategische Annäherungs- und Vermeidungsziele.
- In sozialen Situationen entsteht bei Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten Furcht. Diese blockiert die Selbstregulation durch die Zielsetzungen.
- Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte unterscheiden sich darin, wie gut sie ihre Ziele zur Ausrichtung der Wahrnehmung, der Bewusstseinsinhalte und des Verhaltens nutzen. Hoffnungsmotivierten gelingt die Selbstregulation durch Zielsetzungen, Furchtmotivierten nicht.
- Furcht-vor-Zurückweisung ist mit beeinträchtigtem Befinden, Hoffnung-auf-Anschluss mit gutem Befinden verbunden.

Der Schwerpunkt des ersten Teils dieser Arbeit liegt auf der Überprüfung der Modellannahmen, die in erster Linie Aussagen zu *Verhaltensmaßen* formulieren. Die negati-

ven Konsequenzen von Zurückweisungsfurcht für das Wohlbefinden haben wir zudem überprüft und festgestellt. In dem zweiten Teil dieser Arbeit wenden wir uns ganz dem *Befinden* zu. Wir werden eine Interventionsmaßnahme vorstellen und durchführen, die auf eine Verbesserung des Wohlbefindens hoch Anschlussmotivierter abzielt.

Vorab machen wir jedoch noch einen Exkurs zu den von uns eingesetzten Methoden, die neben dem Modell einen weiteren Schwerpunkt dieser Arbeit darstellen.

### **Die Methoden zur Erfassung anslussthematischer Wahrnehmungs- und Verhaltenskorrelate**

Um die Selbstregulation durch Zielsetzungen zu erfassen, haben wir drei Parameter herangezogen, auf die wir bereits in der Diskussion der modellbezogenen Befunde eingegangen sind. Die Entwicklung dieser drei Variablen beruht auf der Annahme, dass es für eine erfolgreiche Zielverfolgung erforderlich ist, sich *gedanklich* mit dem Ziel zu beschäftigen (vgl. auch Klinger, 1996), die *Wahrnehmung* auf zielbezogene Aspekte der Umwelt zu richten (s. Pervin, 1989; Yarbus, 1967) und sich schließlich gemäß der Zielsetzung zu *verhalten*. Die Fähigkeit, die Zielsetzung zur Ausrichtung der Wahrnehmung zu nutzen, haben wir mit der Analyse von Blickfixationen auf anslussthematisches Bildmaterial erfasst, die kognitive Beschäftigung mit dem Ziel durch Inhaltsanalysen von Geschichten und zielbezogenes Verhalten über die Bewegungsrichtungen in simulierten Sozialszenarien. Betrachten wir die drei Erhebungsmethoden im Einzelnen.

#### ***Die Simulation von Sozialszenarien zur Registrierung von Verhalten***

Unser Ziel bestand darin, anslussthematisches Verhalten unter standardisierten Bedingungen zu messen und gleichzeitig ein anslussthematisches Setting zu gewährleisten, das von den Teilnehmern auch als echt empfunden wird. Hierzu haben wir uns zwei soziale Szenarien (Partyszenario und Uniszenario) einfallen lassen, mit denen unsere studentischen Teilnehmer auch in der Realität konfrontiert werden könnten. Die Szenarien wurden durch anfängliche Instruktionen eingeleitet, durch eine anschließende Serie inhaltlich miteinander verknüpfter Farbfotos illustriert und in ein interaktives Computerprogramm eingebunden. Die Probanden sahen einzelne Ausschnitte der Szenarien und entschieden durch die Betätigung der PC-Maus ihre Bewegungsrichtung in den abgebildeten Situationen und bewegten sich so durch die gesamte anslussthematische Geschichte. Als Verhaltensmaße wurde die Anzahl der Bewegungen auf die dargestellten Personen zu oder von diesen weg registriert und die Dauer, die die Pro-

banden in den gewählten Situationen verbrachten, erfasst. So wurden Maße für annäherndes und vermeidendes Verhalten gewonnen.

Für diese von uns gewählte Vorgehensweise zur Erfassung anchlussThematischen Verhaltens würde sprechen, wenn sich mit den simulierten Szenarien Verhaltensunterschiede zwischen Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungs-motivierten abbilden ließen und wenn sie Emotionen auszulösen vermögen, die sich auch in Realsituationen finden.

Beides trifft für unsere Szenarien zu: Das wichtigste Unterscheidungsmerkmal Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungs-motivierter wurde in den Szenarien sichtbar: Furchtmotivierte gaben an, Furcht empfunden zu haben, Hoffnungsmotivierte nicht. Die erwarteten Unterschiede im Verhalten Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungs-motivierter fanden sich ebenfalls: Hoffnung-auf-Anschluss-motivierte verhielten sich ihren Zielen angemessen annähernd oder vermeidend, Furchtmotivierte berücksichtigten die Zielsetzung nicht.

Mit der Erfassung von Verhalten in simulierten Sozialszenarien ist eine Methode gelungen, die bisherige Schwierigkeiten bei der Messung motivbezogenen Verhaltens ausschließt. Wir müssen uns mit ihr weder allein auf den Selbstbericht der Probanden beschränken, noch müssen wir Verhalten sehr aufwendig in realen Situationen beobachten. Unser Verfahren zur Verhaltensregistrierung kann valide Maße unter standardisierten Bedingungen erfassen.

Auch kann die Methode leicht auf andere Fragestellungen angepasst und erweitert werden. Interessieren zum Beispiel auch Emotionen und Kognitionen in anchlussThematischen Situationen, können diese - wie auch in der Untersuchung Sokolowskis (1996, s.o.) - sogar während des Agierens in sozialen Situationen erfasst werden, indem die Bewertungsbilder um einige Items ergänzt werden oder indem Instruktionen über die PC-Lautsprecher zu spontanen Gedanken- und Gefühlsäußerungen aufordern.

### ***Die Analyse von Blickfixationen***

Als Maß der visuellen Aufmerksamkeitsausrichtung haben wir mit einer Blickbewegungskamera die Dauer von Fixationen auf anchlussThematisches Bildmaterial erfasst. Die Bilder und die Instruktionen, die in das soziale Geschehen einführen, stammen aus einem der Szenarien, die wir auch bei der Verhaltensmessung verwendet haben und deren Echtheitscharakter wir schon bestätigt haben. Die Operationalisierung zielbezogener Wahrnehmung ist der des Verhaltens ähnlich: Die Fixierung der dargestellten Personen gilt als relevant für das Annäherungs-, die alternativer Bildelemente

als relevant für das Vermeidungsziel. Wie auch bei der Verhaltensmessung gehen wir davon aus, dass sich die Probanden in das soziale Szenario hineinversetzen und die sozialen Situationen so betrachten, wie sie es auch in der Realsituation tun würden. Das Kriterium für die Blickfixationen als ein gültiges Maß für anschlussbezogene Wahrnehmungsprozesse ist auch hier, dass mit ihnen Unterschiede zwischen Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten zutage treten können, die theoretisch erklärbar sind. Dieses Kriterium fand sich in der empirischen Überprüfung zufriedenstellend erfüllt: Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte fixierten zielbezogene Bildelemente, Furchtmotivierte orientierten sich nicht konsequent an ihrer Zielsetzung. Somit hat sich auch unsere Methode der Analyse von Blickfixationen bewährt: Sie erlaubt eine von bewussten Prozessen unverfälschte Messung motiv- und zielbezogener Wahrnehmungsausrichtung.

### ***Die Inhaltsanalyse anschluss-thematischer Geschichten***

Unsere dritte Methode, um die Auswirkungen anschluss-thematischer Zielsetzungen zu erfassen, besteht in Inhaltsanalysen von Geschichten. Wir gehen davon aus, dass Zielsetzungen die Bewusstseinsinhalte lenken und dass wir diese erfassen können, wenn wir die Probanden auffordern, den Fortgang eines der oben bereits erwähnten Szenarien niederzuschreiben. Mit der Aufforderung, nicht die eigenen Gedanken und Gefühle, sondern die der im beschriebenen Szenario auftretenden Personen zu äußern, sollte der direkte Bezug zur eigenen Person umgangen werden. In Anlehnung an die Idee des TAT-Verfahrens, sollten sich so gerade die eigenen Gedanken, Gefühle und - für uns besonders wichtig - die eigenen Ziele in den Geschichten widerspiegeln. Eine meidende Zielsetzung sollte auch in der Geschichte die Thematik der Vermeidung in den Vordergrund stellen. So sollte der Hauptdarsteller beispielsweise Aktivitäten vornehmen, die auf eine Vermeidung negativer Konsequenzen gerichtet sind. Ein Annäherungsziel sollte sich entsprechend in Annäherungsthematik äußern.

Auch mit diesem Maß ist die Erfassung einer anschluss-thematischen Variable gelungen, die Unterschiede Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter abbilden kann: Die Zielrichtung fand sich in den motivbezogenen Inhalten von Geschichten hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierter wieder, nicht jedoch in denen hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter.

Die drei von uns eingesetzten Methoden stellen vielversprechende neue Verfahren zur Erfassung motivbezogener Parameter dar. Sie gehen in ihrer Aussagekraft weit über den Selbstbericht der Probanden mittels Fragebogen hinaus, da sie operante Wahrnehmungs-, Bewusstseins- und Verhaltensmaße zu erfassen erlauben. Zugleich sind

die Bedingungen, unter denen die anslussthematischen Korrelate gemessen werden können, jederzeit im Labor herstellbar, und die Korrelate selbst sind objektiv auszuwerten.

## **TEIL II**

### **EINE INTERVENTION ZUR VERBESSERUNG DES BEFINDENS**

#### **KAPITEL 1**

##### **DIE INTERVENTION**

Im zweiten Teil dieser Arbeit wollen wir aus Befunden unterschiedlicher Forschungsbereiche eine auf das Anschlussmotiv bezogene Interventionsmaßnahme ableiten. Sie soll das Befinden Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter, das wir in den vorangegangenen Untersuchungen beeinträchtigt fanden, verbessern und auch das Befinden Hoffnung-auf-Anschlussmotivierter noch steigern können.

Zeichnen wir zunächst die grundlegenden Ideen in einem groben Überblick nach und vertiefen dann die einzelnen Argumentationsschritte im Detail:

Frühe Erfahrungen in wichtigen Sozialkontakten tragen zur Entwicklung des Anschlussmotivs und seiner Komponenten Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung bei (Mehrabian & Ksionzky, 1974). Auch aus anderen theoretischen Richtungen stammen Belege, dass vergangene Erfahrungen mit gegenwärtigen Bedürfnissen in Beziehung stehen. Untersuchungen zum Zusammenhang von gegenwärtigen Anliegen und wichtigen Erinnerungen fanden, dass häufig eine Kongruenz ihrer Thematik besteht (Moffitt & Singer, 1994): Menschen rufen die Erinnerungen ab und halten sie für bedeutsam, die gegenwärtig wichtige Lebensthemen betreffen. Wieder aus einem anderen Forschungsgebiet stammen Hinweise, dass das Schreiben über emotional bedeutungsvolle Erlebnisse eine geeignete Interventionsmaßnahme darstellt, um Befindensbeeinträchtigungen aufzuheben (Pennebaker, 1997). Diese Form der Auseinandersetzung mit emotional positiven oder negativen Erinnerungen strukturiert komplexe vergangene Ereignisse, die durch das Festhalten in einer Geschichte vereinfacht, gegliedert und abgeschlossen werden. Die dabei frei werdenden kognitiven und emotionalen Kapazitäten stehen für das gegenwärtige Erleben und Verhalten wieder zur Verfügung.

Diese drei Annahmen bringen wir miteinander in Verbindung und übertragen sie auf das Anschlussmotiv: Für Anschlussmotivierte, deren gegenwärtige Anliegen im Finden von Anschluss bestehen, sind frühere anschlussthematische Erfahrungen von Be-

deutung. Sie trugen zur Ausbildung von Hoffnung-auf-Anschluss oder Furcht-vor-Zurückweisung bei und bestimmen so auch Verhalten und Befinden in gegenwärtigen anchluss-thematischen Situationen mit. Anschlussbezogene Erfahrungen sollten sich in Erinnerungen, die die Probanden als persönlich bedeutsam angeben, wiederfinden lassen. Erfahrungen von Zurückweisungen oder sozialer Akzeptanz sind bedeutungsvolle Erlebnisse, von deren Niederschreiben Anschlussmotivierte profitieren sollten. Wenn es also gelingt, Anschlussmotivierte solche Erlebnisse erinnern zu lassen und sie dann dazu aufzufordern, über sie zu schreiben, dann sollte sich auch ihr gegenwärtiges Befinden verbessern.

Diesen Gedanken greifen wir mit unserer Interventionsstudie auf. In der insgesamt achtwöchigen Maßnahme werden zu Beginn bedeutende anchluss-thematische Erinnerungen registriert und anschließend zu modifizieren versucht, indem regelmäßig über sie geschrieben wird. Probanden, die an einer solchen Intervention teilnehmen, sollten sich anschließend von Probanden einer Kontrollbedingung, die sich nicht mit ihren Erinnerungen auseinandersetzen, in ihrem Befinden unterscheiden.

Die Wirkung der Intervention sollte jedoch nicht für alle Probanden gleich sein, sondern durch die Motivausprägung moderiert werden. Der Wirkmechanismus greift nur bei Personen, für die anchluss-thematische Belange auch gegenwärtig von Bedeutung sind, also für hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte. Für niedrig Anschlussmotivierte stellt die Anschluss-thematik kein aktuell wichtiges Lebensthema dar. Eine Modifikation anchluss-thematischer Erinnerungen wird bei ihnen ohne nennenswerte Auswirkungen bleiben, nur das Befinden hoch Anschlussmotivierter verbessert sich durch die Intervention. Neben dem Befinden *nach* der Intervention betrachten wir zusätzlich den Stimmungsverlauf *während* des Interventionszeitraumes. Auch für die Stimmung vermuten wir, dass sie nur bei hoch Anschlussmotivierten steigt.

Um den Zugang zu den Hypothesen zu erleichtern, werden wir uns zunächst um eine nähere theoretische Einbettung bemühen:

In einem *ersten Abschnitt* tragen wir Überlegungen und einige empirische Befunde zur Lerngeschichte des Anschlussmotivs zusammen und erläutern hiermit, dass frühe anchluss-thematische Erlebnisse für hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte auch für die Gegenwart von Bedeutung sind.

In einem *zweiten Abschnitt* fügen wir weitere Belege aus anderer Forschungsrichtung der Annahme hinzu, dass Erinnerungen an vergangene Erlebnisse mit gegenwärtig wichtigen Anliegen zusammenhängen.

Im *dritten Abschnitt* gehen wir darauf ein, wie wichtige Erfahrungen abgefragt werden können. Wir stellen hier ein Vorgehen vor, um „selbstdefinierende Erinnerungen“ zu erfassen.

In einem *vierten Abschnitt* gehen wir konkreter auf den Wirkmechanismus der Intervention ein, indem wir erläutern, warum das Schreiben über belastende Erinnerungen zu einer Modifikation des Befindens führen soll.

### **Die erlernten Anteile des Anschlussmotivs**

Wir haben bereits in einem der ersten theoretischen Abschnitte darauf hingewiesen, dass dem Anschlussmotiv wie allen Motiven ein Nutzen in der Stammesgeschichte zukommt. Der phylogenetische Anteil an der Anschlussmotivation wird jedoch durch einen in der individuellen Lebensgeschichte erworbenen Anteil ergänzt. Vertreter der Soziobiologie stimmen darin überein, dass genetische Informationen zwar Verhaltensprogramme enthalten, dass diese jedoch durch Erfahrungen modifiziert werden müssen (z.B. Durham, 1991; Mayr, 1974).

Besonders frühkindliche Lernerfahrungen tragen zur Ausbildung von Erfolgs- und Misserfolgserwartungen bei. Ein „Erfolg“ in zwischenmenschlichen Beziehungen besteht in einer Befriedigung des Bedürfnisses nach positiven Sozialkontakten. Ein Beispiel wäre die Akzeptanz und Fürsorge einer wichtigen frühen Bezugsperson, auf deren Zuneigung das Kind angewiesen ist. Diese Erfahrung wird Zuversicht schüren, in zukünftigen sozialen Situationen als Person angenommen zu werden und harmonische stabile Beziehungen aufbauen zu können. Ein Beispiel für einen mit negativen Emotionen verbundenen „Misserfolg“ wäre eine Zurückweisung durch die Bezugsperson, die zu der Erwartung führen kann, auch zukünftig und von anderen abgelehnt zu werden. Aus zwischenmenschlichen Erfolgs- und Misserfolgserlebnissen bildet sich also eine stabile Anschlusszuversicht oder Zurückweisungsfurcht aus, die wiederum Einfluss auf weitere zwischenmenschliche Interaktionen nimmt (Byrne et al., 1963).

Diese Überlegungen wurden auch empirisch bestätigt. So hat die Hospitalismusforschung gezeigt, dass Säuglinge oder Kleinkinder, denen der Anschluss an ihre engste Bezugsperson verwehrt wurde, häufig Schwierigkeiten in zukünftigen Sozialkontakten aufwiesen. Sie binden sich aus Angst vor einer erneuten Zurückweisung unangemes-

sen eng an andere Personen. Youngleson (1973) wies nach, dass Kinder, die in Heimen ohne eine direkte Pflegeperson groß wurden, ein stärkeres Anschlussmotiv hatten als Kinder, die in ihren Familien lebten. McClelland und Pilon (1983) untersuchten den Einfluss der Erziehung auf die Höhe des Anschlussmotivs, indem sie die Erziehungsmethoden von Müttern mit der Ausprägung des Anschlussmotivs ihrer Kinder in Beziehung setzten. Kinder, die eine wertschätzende und liebevolle Erziehung genossen, erzielten im Erwachsenenalter höhere Punktwerte der Intimitätsmotivation. Die frühe Zuwendung scheint hier zu einem zukünftigen Bedürfnis nach engen intimen Beziehungen geführt zu haben. Kinder hingegen, deren Mütter seltener auf ihr Weinen reagierten und die auch sonst weniger emotionale Zuwendung erfahren hatten, zeigten im Erwachsenenalter ein hohes Anschlussmotiv, dessen Messung überwiegend Zurückweisungsfurcht beinhaltete. Auch neuere Untersuchungen im Rahmen der Bindungstheorie (Bowlby, 1969) finden, dass das Interaktionsverhalten von Eltern mit ihren Kindern die zukünftigen Fähigkeiten zur Gestaltung von Beziehungen bestimmen (z.B. Hazan & Shaver, 1994a, b). So führt beispielsweise eine sichere Bindung zwischen Eltern und Kind im Erwachsenenalter zu befriedigenden und vertrauensvollen Partnerschaftsbeziehungen. Unsicheres Beziehungsverhalten der Eltern, das sich durch mangelnde Verlässlichkeit und Vorhersagbarkeit kennzeichnet, beeinträchtigt die Fähigkeit, spätere emotionale Beziehungen als sicher zu erleben (Feeney & Noller, 1990).

Die angeführten Untersuchungen dienen als Beispiel dafür, dass frühkindliche Lernerfahrungen zur Entwicklung von Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung beitragen.

Eine weitere Erklärung, wie sich Erwartungshaltungen ausbilden, bedient sich kognitiver Ansätze. Hier spielen Bewertungen von anslussthematischen Erfolgen oder Misserfolgen eine entscheidende Rolle. Weiner (1974) macht mit der Attributionstheorie der Leistungsmotivation Ursachenzuschreibungen für die Entstehung von Erfolgs- und Misserfolgserwartungen im Leistungskontext verantwortlich. Die Ursachen für einen Erfolg oder Misserfolg können innerhalb oder außerhalb der Person liegen, stabil oder variabel sein, generell gelten oder nur spezifisch auf ein Ereignis bezogen und zudem kontrollierbar oder unkontrollierbar sein. Die Stabilitätsdimension bestimmt zukünftige Erwartungen, die Ortsdimension und Kontrollierbarkeit die Emotionen, die Globalität das Ausmaß der Generalisierung auf andere Bereiche.

Übertragen wir dies auf die Herausbildung von Zurückweisungs- und positiven Erwartungen im Anschlusskontext, steht analog für einen Erfolg eine gelungene Anschlusshandlung. Diese könnte für das anfängliche Beispiel der Studienanfänger darin

bestehen, in der Einführungsveranstaltung ein nettes Gespräch geführt zu haben. Wird der Anschlussfolg internal-stabil attribuiert („Ich kann gut mit anderen Menschen umgehen“), wird sich eine zukünftige Erfolgserwartung mit der entsprechenden Erwartungsemotion Hoffnung herausbilden, und bei einer zusätzlich globalen Attribution („Ich bin ein beliebter Mensch und attraktiver Interaktionspartner“) wird sich diese auf weite Bereiche des Sozialverhaltens generalisieren. Externale Attributionen beeinflussen zukünftige Erfolgserwartungen hingegen nicht. Analog zum Misserfolg wäre eine Zurückweisung. Für diese können nun Ursachen gefunden werden, indem beispielsweise der Interaktionspartner für unsympathisch erachtet wird (external-stabil) oder indem das Zusammenkommen unglücklicher Umstände (external-variabel) oder die eigene schlechte Tagesform (internal-variabel) verantwortlich gemacht werden. Ein internal-stabil-globales Attributionsmuster („Ich bin ein sozialer Tölpel und als Gesprächspartner unattraktiv“) führt zu situationsübergreifenden Zurückweisungsbedürfnissen, die in zukünftigen sozialen Situationen hinderlich sind. Überträgt man den Grundgedanken der Attributionstheorie aus der Leistungsmotivation auf das Anschlussmotiv, haben Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte ein ähnlich ungünstiges Attributionsmuster wie Furcht-vor-Misserfolgsmotivierte: Sie attribuieren negative Konsequenzen ihres Verhaltens internal-stabil, Erfolge schreiben sie externalen Ursachen zu.

Den vorangegangenen Erklärungen zur Entstehung von Hoffnung und Furcht ist gemeinsam, dass sie eine Verknüpfung vergangener Erfahrungen mit gegenwärtigen Situationen annehmen. Obwohl also positive und negative zwischenmenschliche Erlebnisse und die mit ihnen verbundenen Emotionen in der Vergangenheit liegen, werden sie doch über die Erwartungen für die aktuelle Situation relevant und beeinflussen das gegenwärtige Verhalten und Befinden.

Ein erlernter Anteil am Anschlussmotiv impliziert, dass es sich im Laufe der Lebensgeschichte ändert. Ein guter Beleg der Veränderbarkeit von Motiven erbrachten Programme zur Steigerung der Leistungsmotivation. Krug und Hanel (1976) führten beispielsweise ein erfolgreiches Motivationstrainingsprogramm mit Grundschulern durch. Die Schüler übten motivationsfördernde Zielsetzungen, Kausalattributionen und Selbstbegründungen und erzielten im Vergleich zu einer Kontrollgruppe eine stärkere Reduktion von Furcht-vor-Misserfolg und einen Anstieg der Hoffnung-auf-Erfolg. Fries, Lund und Rheinberg (1999) kombinierten Elemente von Motivationstrainingsprogrammen mit einem kognitiven Training des induktiven Denkens, Krug und Lecybyl (1999) untersuchten die Auswirkungen experimentell variierten Lehrerverhaltens.

Für uns ist interessant, dass der Erfolg der Interventionen in erster Linie in einer Reduktion von Misserfolgsschuld besteht. Das Schuldmotiv kann also modifiziert werden. Motivationspsychologische Programme zur Minderung speziell der *Zurückweisungs*-schuld sind uns nicht bekannt, jedoch haben sich psychologische Therapien der pathologischen sozialen Schuld angenommen. Bei Sozialphobikern können beispielsweise die Zurückweisungserwartungen durch Konfrontationstraining verändert werden. Die Klienten werden mit sozialen Situationen entweder in der Vorstellung oder in der Realität konfrontiert und können so die Erfahrung machen, dass negative Rückmeldungen zu ihrem eigenen Sozialverhalten - zum Beispiel in Form einer Zurückweisung durch andere - und damit verbundene negative Emotionen ausbleiben (z.B. Fliegel, 1994; Sartory, 1997). Sie erleben, dass ihr Verhalten im Rahmen des Konfrontationstrainings nicht zu negativen emotionalen Konsequenzen führt, sondern positive oder neutrale Emotionen erzeugt, die schließlich die negative Schuld „überschreiben“.

Mit dieser Untersuchung greifen wir an einem anderen Punkt der Verkettung von vergangenen Erfahrungen und dem gegenwärtigen Befinden an. Anstatt die negativen Emotionen zu „überschreiben“, modifizieren wir den Einfluss, den vergangene Erfahrungen auf das gegenwärtige Befinden haben, indem wir über wichtige Erlebnisse schreiben lassen. Den genauen Wirkmechanismus der Intervention erläutern wir später ausführlicher, vorab kommen wir noch zu weiteren Belegen dafür, dass Erinnerungen auch für die gegenwärtige Bedürfnislage von Bedeutung sind.

### **Gegenwärtige Anliegen und Erinnerungen**

Die Annahme einer engen Beziehung von Erinnerungen und gegenwärtigen Motiven und Zielen haben eine Reihe von Untersuchungen nachweisen können, die sich mit autobiographischen oder selbstdefinierenden Erinnerungen beschäftigten:

Autoren von Untersuchungen zu autobiographischen Erinnerungen gehen davon aus, dass nicht alle Ereignisse des Lebens gespeichert und abgerufen werden können, sondern dass eine Vorauswahl stattfindet, die von aktuellen Zielen und Wünschen beeinflusst wird (Conway, Rubin, Spinnler & Wagenaar, 1992; DeSteno & Salovey, 1997). In solchen Untersuchungen fand sich beispielsweise, dass agentische - also leistungs- und machthematische Anliegen - und gemeinschaftsorientierte (intimitätsthematische) Anliegen mit dem Inhalt autobiographischer Inhalte eng zusammenhängen (McAdams, Hoffman, Mansfield & Day, 1996; Woike, 1994a; Woike, Gershkovich, Piorkowski & Polo, 1999). Werden Probanden nach wichtigen Lebensereignissen gefragt, berichten gemeinschaftsorientierte Probanden überwiegend anschluss- oder intimitätsthematische Ereignisse wie Zurückweisungen oder Erlebnisse mit Freundschaften, während

agentisch orientierte Probanden macht- und leistungsthematische Ereignisse abrufen. Sie werden abgerufen, weil sie für gegenwärtige Ziele und Bedürfnisse relevant sind. Singer (1990) fand, dass nicht nur der Inhalt autobiographischer Erinnerungen, sondern auch die mit ihnen verbundenen Affekte von der Relevanz abhängen, die die Erinnerungen für gegenwärtige Zielsetzungen haben. Seine studentischen Probanden berichteten autobiographische Erinnerungen, schätzten ihre derzeitigen affektiven Reaktionen auf diese ein und gaben an, wie relevant die Erinnerungen für ihre gegenwärtigen Zielsetzungen sind. Es zeigte sich, dass die Affekte aus der Relevanz vorherzusagen waren: Je relevanter die Erinnerungen für gegenwärtige Ziele, desto positivere Affekte riefen sie hervor.

Während die vorangegangenen Untersuchungen sich mit autobiographischen Erinnerungen beschäftigten, erhoben Singer und Salovey (1993) Erinnerungen, von denen die Probanden angeben, dass sie ihr gegenwärtiges Leben *definieren*. Wir werden später noch näher auf den Charakter solcher „selbstdefinierenden Erinnerungen“ eingehen, hier nur soviel, dass es sich hierbei um persönlich sehr bedeutsame Erinnerungen handelt. Moffitt und Singer (1994) fanden, dass, wie auch bei autobiographischen Erinnerungen, die affektive Reaktion auf selbstdefinierende Erinnerungen von deren Relevanz für gegenwärtige persönliche Anliegen („personal strivings“ nach Emmons, 1986) abhängen: Je relevanter sie für gegenwärtige Ziele sind, desto positiver ist ihre Bewertung. Die Autoren fanden außerdem, dass Probanden, die viele meidende persönliche Anliegen berichteten, auch überwiegend Erinnerungen abriefen, die mit dem Verfehlen von Zielen zusammenhingen. Nach Meinung der Autoren verstärken die Erinnerungen die Vermeidungsziele, weil sie die drohenden Konsequenzen einer Zielverfehlung vor Augen führen.

Holmes und Conway (1999) fanden, dass Erinnerungen an bestimmte Lebensabschnitte wichtige Konflikte beinhalteten, die für dieses Alter typisch sind. So bezogen sich beispielsweise die meisten Erinnerungen zu dem Zeitraum während der Pubertät auch auf Probleme der Identitätsfindung.

Zusammenfassend besteht Konsens darüber, dass Erinnerungen mit der Motivstruktur, mit gegenwärtigen Anliegen und relevanten Lebensthemen in Beziehung stehen.

Wir nehmen nun an, dass es auch bezogen auf das Anschlussmotiv eine solche enge Beziehung mit thematisch kongruenten Erinnerungen gibt: Personen mit einem hohen Bedürfnis nach Anschluss sollten auch Erinnerungen mit Anschlussthematik abrufen, die bedeutsam für ihr gegenwärtiges Leben sind. Anschluss-thematische Erinnerungen sollten für sie von größerer Bedeutung als für niedrig Anschlussmotiviertere sein, für die

solche Erinnerungen letztendlich nicht selbstdefinierend sind, da sie nicht mit einem gegenwärtig wichtigen Lebensthema verknüpft sind.

Unterstützt wird diese Annahme durch eine Untersuchung von McAdams (1982), der die Ausprägung des Intimitäts- und Machtmotivs seiner Probanden maß. Er ließ sie sich zudem an Erfahrungen erinnern, die Höhepunkte in ihrem Leben darstellen („peak experiences“) und setzte diese mit den Motivausprägungen in Beziehung. Wie vorhergesagt riefen hoch intimitätsmotivierte Probanden mehr Erinnerungen ab, die Intimitätsthematik enthielten als Probanden mit geringer Ausprägung des Motivs. Ebenso berichteten hoch machtmotivierte Probanden über mehr Ereignisse, die mit Macht und Einflussnahme zu tun hatten als niedrig Machtmotivierte. Nur bei hoher Ausprägung des Motivs besteht also ein Zusammenhang mit gleichthematischen Erinnerungen.

Berichten wir nun von einer Möglichkeit, wichtige Erinnerungen zu erheben:

### **Selbstdefinierende Erinnerungen**

Um unser Vorhaben umzusetzen, wichtige anschlussthematische Erfahrungen sozialer Akzeptanz oder Zurückweisung zu erheben und zu modifizieren, lehnen wir uns an eine Methode, die sich bereits bewährt hat, um Erinnerungen von persönlicher Bedeutung zu erfassen. Singer und Salovey (1993) nennen Erinnerungen, die auch in der Gegenwart noch von hoher Bedeutung sind, „selbstdefinierende Erinnerungen“ („self-defining memories“): Sie spielen eine wichtige Rolle für die Identität und Persönlichkeit eines Menschen und dienen dem Verständnis aktueller Lebensziele und -konflikte. Zur Erhebung solcher Erinnerungen bedienen wir uns einer Methode von Singer und Moffitt (1991-1992), die ihre Probanden auffordern, Erinnerungen aufzulisten, die die folgenden fünf Merkmale erfüllen:

1. Sie sind mindestens ein Jahr alt.
2. Sie sind wichtig und können klar und deutlich erinnert werden.
3. Es sind Erinnerungen, die den Probanden selbst verstehen helfen, wer sie sind.
4. Sie führen zu starken positiven und /oder negativen Emotionen.
5. Die Probanden denken ständig über sie nach. Sie sollen so vertraut sein wie ein Bild, das sie immer wieder angesehen haben, oder wie ein Lied, das sie auswendig kennen.

Die Autoren illustrieren den Charakter selbstdefinierender Erinnerungen zusätzlich durch ein weiteres Bild: Die Probanden sollen sich vorstellen, sich mit einer Person, die sie sehr gerne mögen, auf einem langen Spaziergang zu befinden. Sie sind daran interessiert, dass diese Person sie besonders gut versteht („...to helping the other get to know the „Real You“). Hierzu beschreiben sie ein Erlebnis, das besonders dazu beige-

tragen hat zu sein, wie sie nun sind. Bei einem solchen Erlebnis handelt es sich um eine selbstdefinierende Erinnerung (nach dem „self-defining memory request“ von Singer & Moffitt, 1991-1992, S. 242).

Ein wichtiges Charakteristikum ist, dass die Gefühle, die sie wachrufen, fast die Intensität erreichen können wie die damaligen beim tatsächlichen Erleben des Ereignisses. Die Erinnerung ist lebendig, sie spielt sich vor dem geistigen Auge ab, als würde sie gegenwärtig sein. Häufig werden visuelle, auditive, olfaktorische und taktile Reize nachempfunden. Die Erinnerung wirkt echt. Zudem wiederholen sich selbstdefinierende Erinnerungen ständig, sie sind sozusagen im Leben der Person immer latent präsent:

„They are not like an old and cherished friend, fallen out of touch, whose voice surprises you late at night at the other end of the telephone. Instead, self-defining memories are almost always with you; they occupy your thoughts“ (Singer & Salovey, 1993, S. 34).

Ein weiteres Merkmal ist die Verknüpfung mit anderen Erinnerungen. Wenn wir in unserer Untersuchung selbstdefinierende Erinnerungen erheben, gehen wir davon aus, dass es sich hierbei um mehr als nur um einzelne konkrete Lebensereignisse handelt. Die niedergeschriebenen Erinnerungen nehmen eine Symbolfunktion für eine Vielzahl ähnlicher Erinnerungen an:

„They [the memories] have collapsed a sequence of associated experiences into a single one. By focusing on the one representative memory, one gains access, whether implicitly or explicitly, to an extensive series of related memories“ (Singer & Salovey, 1993, S. 13).

Selbstdefinierende Erinnerungen repräsentieren also wichtige Lebensthemen der Person. Wird ein konkretes Zurückweisungserlebnis aus der Kindheit erinnert, steht dieses stellvertretend für einen wichtigen Lebenskonflikt, mit dem noch andere Erinnerungen assoziiert sind. Wenn wir in unserer Untersuchung selbstdefinierende Erinnerungen durch unsere Intervention „bearbeiten“ lassen, gehen wir davon aus, dass dies auch mit dem assoziierten Lebensbereich geschieht. Auch Singer und Salovey (1993) gehen also davon aus, dass selbstdefinierende Erinnerungen um auch gegenwärtig wichtige Konflikte und Identitätsfragen kreisen. Eine zurückweisungsängstliche Person beispielsweise wird frühe Erlebnisse von Zurückweisungen erinnern können, die dazu beigetragen haben, dass sie heute die Person ist, die sie eben ist: jemand, der Angst vor dem Herstellen von Sozialkontakten hat und fürchtet, schon bestehende Beziehungen nicht aufrechterhalten zu können. Für die Gegenwart sind solche selbstdefinierenden Erinnerungen als Symbol für ähnliche Erfahrungen relevant, weil sie auch mit aktuellen äußeren Reizen assoziiert sind, die den vergangenen ähneln und so vergleichbare

affektive Reaktionen auslösen. Je häufiger sie mit gegenwärtigen Situationen assoziiert und abgerufen werden, desto stärker wirken sie als symbolische Repräsentation. Die Verbindung mit der selbstdefinierenden Erinnerung wird also enger und bestimmt immer mehr die Reaktion auf äußere Ereignisse mit (Singer & Salovey, 1993):

„Ultimately these memories begin to define one’s basic interactions with the world.“ (Singer & Salovey, 1993, S. 13).

Frühe Lernerfahrungen führen also zu einer Voreingenommenheit bei der Bewertung aktueller Lebenssituationen. Die aus vergangenen Erlebnissen gebildeten Erwartungsemotionen Hoffnung und Furcht kommen in aktuellen Situationen zum Tragen.

Halten wir bis hierher fest, dass frühere anschluss thematische Erfahrungen für Probanden mit einem hohen Anschlussmotiv auch gegenwärtig von Bedeutung sind und dass wir solche Erfahrungen über selbstdefinierende Erinnerungen erheben können.

### **Der Wirkmechanismus der Intervention**

Unsere Intervention zur Verbesserung des Befindens soll im *Schreiben* über motivbezogene Ereignisse bestehen. Argumente für die Wirksamkeit des Schreibens werden wir überwiegend aus Pennebakers Monographie „Opening up. The healing power of expressing emotions“ beziehen (Pennebaker, 1997). Wie der Titel schon sagt, schreibt Pennebaker dem Ausdruck von Emotionen eine große Bedeutung für das Befinden zu: Sie haben „heilende“ Wirkung.

Diese Ansicht ist nicht neu, so geht zum Beispiel schon Freud (1920) davon aus, dass Emotionen, die nicht ausgedrückt, sondern verdrängt werden, Ressourcen des seelischen Apparates binden, die dann an anderer Stelle fehlen. Die verdrängten affektiven Erlebnisinhalte sind alles andere als ruhig, sie drängen dazu, wiederholt zu werden (Wiederholungszwang). Dies kann in Träumen, aber auch in wiederkehrenden Erinnerungen geschehen. Mit Hilfe der Psychoanalyse sollen frühe Erlebnisse erneut durchlebt und besonders die mit ihnen verbundene Emotion der Angst nachgeholt werden. Traumatische Ereignisse werden verarbeitet, indem Emotionen zum Ausdruck kommen und so nicht mehr das gegenwärtige Erleben der Person bestimmen. Auch die klientenzentrierte Therapie Carl Rogers basiert auf der Annahme, dass durch therapeutische Gespräche über emotional wichtige Themen das emotionale Erleben zugänglicher wird und in das Selbstkonzept eingegliedert werden kann. Beiden Ansätzen ist gemeinsam, dass mit vergangenen Ereignissen verbundene Gefühle durch die Veräußerlichung bewusst repräsentiert und fassbar werden und dass dies zu einer Verbesserung des Wohlbefindens führt.

Pennebaker untersuchte nun mit dem Schreiben über wichtige Ereignisse eine andere als die gesprochene Form der Mitteilung. Er konnte in einer Reihe von Studien zeigen, dass schon wenige Minuten Schreiben an einigen Tagen das Wohlbefinden verbessern (z.B. Pennebaker, 1991, 1997; Pennebaker & Seagal, 1999). Zum Beispiel schrieben Studenten 15 Minuten an vier aufeinanderfolgenden Tagen über ein aufregendes oder traumatisches Erlebnis (Pennebaker, 1997). Ein Teil der Probanden sollte das Erlebnis und Gedanken zu diesem beschreiben und ausführlich über die damit verbundenen Emotionen berichten. Eine andere Gruppe schrieb allein über die Emotionen, eine weitere nur über das Ereignis und ließ die Emotionen außen vor. Eine vierte Gruppe diente als Kontrollgruppe, die sich mit einem neutralen Thema befasste. Als abhängige Maße des Befindens galt die Anzahl von Arztbesuchen in den folgenden Monaten. Pennebaker fand, dass es den Probanden, die über ein bewegendes früheres Erlebnis berichteten und die gleichzeitig die damit verbundenen Emotionen wiederholen sollten, direkt nach dem Schreiben emotional schlechter ging als vorher (Freud (1920) würde dies nicht überraschen: Das Wiederholen traumatischer Ereignisse ist nicht lustvoll). Nach einiger Zeit jedoch zeigten sich die erwarteten Wohlbefindensverbesserungen: Die Anzahl der Arztbesuche sank bei ihnen im Vergleich zum Zeitraum vor der Intervention und im Vergleich zu den Teilnehmern der anderen Versuchsbedingungen.

Pennebaker konnte die erfreulichen Effekte des Schreibens auch für andere Indikatoren des körperlichen Wohlbefindens nachweisen, so zum Beispiel für das Immunsystem (Pennebaker, Kiecolt-Glaser & Glaser, 1988). Er nahm vor und nach einem Interventionszeitraum Blutproben von Probanden, die über Gedanken und Gefühle im Zusammenhang mit einem traumatischen Ereignis schrieben, und von Kontrollprobanden, die währenddessen eine Geschichte zu einem belanglosen Thema verfassten. Nach der Intervention zeigte die Experimentalgruppe eine deutlich bessere Immunfunktion, operationalisiert durch die Aktivität von T-Lymphozyten und natürlichen Killerzellen, als die Kontrollgruppe.

Neben Studenten untersuchte Pennebaker auch andere Stichproben und bediente sich anderer abhängiger Maße als das Wohlbefinden. Eine Fragestellung war beispielsweise, ob vor kurzem entlassene Arbeiter davon profitieren, über ihre Kündigung und die damit verbundenen Gefühle zu schreiben (Spera, Burhfeind & Pennebaker, 1994). Es wurde eine schreibende Gruppe mit einer, die inzwischen Strategien des Zeitmanagements übte, und mit einer nicht schreibenden Kontrollgruppe hinsichtlich ihres Erfolgs bei der Suche nach neuer Arbeit verglichen. Obwohl alle Probanden die gleiche Anzahl von Vorstellungsgesprächen wahrnahmen, war es doch die Gruppe der schreibenden

den Probanden, die den größten Prozentsatz an Personen ausmachte, die in den Monaten nach der Untersuchung einen neuen Arbeitsplatz fanden. Die Wirkung des Schreibens erklärten sich die Autoren so, dass die feindlichen und aggressiven Gefühle, die mit der plötzlichen und ungerechtfertigten Entlassung einhergingen, durch das Schreiben verarbeitet wurden und die Probanden so gelassener die neuen Einstellungsgespräche angehen konnten.

Die Untersuchungen Pennebakers haben eine Vielzahl von Untersuchungen mit den unterschiedlichsten Stichproben, wie Grundschulkindern, Müttern, Medizinstudenten, Hochsicherheitsgefangenen und Vergewaltigungsopfern nach sich gezogen, die die positiven Effekte bestätigten: Das Schreiben über emotionale Themen verbesserte das Befinden und reduzierte Angst und Depressivität (Pennebaker & Francis, 1996; Cameron & Nicholls, 1998).

Nach Pennebaker (1997) darf Schreiben jedoch nicht als Ersatz für Verhalten dienen. Es ist hingegen nützlich, wenn es um Ereignisse geht, die durch Aktivität nicht verändert werden können, wie zum Beispiel Ereignisse aus der Vergangenheit. Zudem ist Schreiben kein generell wirksames Heilmittel, sondern muss, um wirksam zu werden, auf bestimmte Bedingungen treffen. So profitierten Probanden am meisten, die zu Beginn des Schreibens eher eine diffuse, ungeordnete Geschichte mit wenig Kausalzusammenhang und geringer Selbstreflexion lieferten, über den Verlauf der Untersuchung aber immer mehr und mehr eine gut strukturierte logische Geschichte zustande brachten. Probanden, deren Geschichten von vornherein strukturiert waren, verbesserten ihr Wohlbefinden nicht.

Dies liefert einen guten Hinweis für den Wirkmechanismus des Schreibprozesses: Die Probanden werden, wenn sie frühe Erlebnisse aufschreiben, dazu gezwungen, Sachverhalte und Gefühle in eine Ordnung zu bringen, in eine vollständige und strukturierte Geschichte. Beim Niederschreiben müssen die sonst schnell ablaufenden Gedanken verlangsamt und richtig aneinandergereiht werden. Von undeutlichen Gefühlen wird ein Schritt zurückgetreten und das Ereignis aus der Distanz betrachtet. Wichtige Lebensereignisse werden durch die Ordnung in einen Handlungsstrang besser verstanden und psychologisch vervollständigt (Pennebaker, Colder & Sharp, 1990). Neben der Strukturierung trägt die Versprachlichung von Ereignissen auch zu einer Reduktion von Informationen bei. Ein Ereignis wird in seiner Komplexität reduziert, indem nur das wichtigste Handlungsrelevante in einer Geschichte mit Anfang, Mittelteil und Ende wiedergegeben wird. Details und kurzfristige Eindrücke werden außen vorgelassen, es wird gekürzt und zusammengefasst. Die Reduktion von Erinnerungsmaterial nimmt dem Ereignis seinen bislang überwältigenden Charakter, es wird vereinfacht

und handhabbarer. Dieser Wirkmechanismus erklärt auch, warum auch das Schreiben über positive Ereignisse das Befinden verbessert. Auch sie binden durch einen hohen Emotionsgehalt Ressourcen, die durch eine Strukturierung und Vereinfachung des Ereignisses freigesetzt werden (Pennebaker, 1997).

Zusammenfassend trägt also Schreiben über emotional bedeutende positive und negative Erinnerungen dazu bei, dass die emotionalen Erlebnisse verarbeitet werden. Sie können dann als erledigt abgelegt werden und beeinflussen nicht mehr das gegenwärtige Erleben und Befinden der Person. Mit den Worten Freuds wird freie Erregung gebunden, und der seelische Apparat kann sich mit mehr Kapazität anderen psychischen Prozessen widmen (Freud, 1920); in den Worten Pennebakers:

„The value of writing or talking about our thoughts and feelings lies in reducing the work of inhibition and in organizing our complicated mental and emotional lives. Writing helps to keep our psychological compass oriented.“ (Pennebaker, 1997, S. 198).

## KAPITEL 2

### UNTERSUCHUNG IV:

### EINE INTERVENTION ZUR VERBESSERUNG DES BEFINDENS

#### **Einführung**

In den vorangegangenen Abschnitten haben wir den theoretischen Hintergrund für unsere Interventionsstudie bereits vorbereitet. An dieser Stelle sollen nur die Kernaussagen der relevanten Theoriegebiete zusammengetragen und die Schlussfolgerungen für unsere Interventionsmaßnahme gezogen werden.

Die erste theoretische Annahme betrifft die Entwicklung des Anschlussmotivs. Ein Erklärungsansatz geht von einer engen Verbindung von frühen zwischenmenschlichen Erfahrungen und dem aktuellen Anschlussbedürfnis aus (z.B. Youngleson, 1973). Die Bindungsforschung beispielsweise nimmt an, dass sich Hoffnung auf erfolgreiche zwischenmenschliche Beziehungen aus positiven und sicheren emotionalen Bindungen und eine Zurückweisungsfurcht aus unsicheren Bindungen und häufigen Erfahrungen einer Zurückweisung entwickeln (z.B. Hazan & Shaver, 1994b). Wir schließen uns dieser Annahme an und gehen davon aus, dass vergangene Erfahrungen über generalisierte Erwartungen gegenwärtige soziale Interaktionen mitbestimmen.

Für eine enge Beziehung zwischen Erinnerungen und gegenwärtigen Beweggründen sprechen eine Reihe von Forschungsarbeiten (z.B. Conway & Pleydell-Pearce, 2000), die zeigen konnten, dass Menschen solche Erinnerungen abrufen, die thematisch mit ihren aktuellen Anliegen kongruent sind. Übertragen auf das Anschlussmotiv sollte für Personen mit einem hohen Bedürfnis nach Anschluss - also für hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte - auch eine Verbindung mit anchluss-thematischen Erinnerungen bestehen.

Um bedeutende Erinnerungen zu erfassen, passen wir eine Methode von Singer und Salovey (1993) an die Anschluss-thematik an. Die Autoren erheben Erinnerungen, die sehr lebendig und mit starken Emotionen verknüpft sind und sich auf ein wichtiges überdauerndes Anliegen einer Person beziehen. Die als „selbstdefinierende Erinnerungen“ bezeichneten Erlebnisse bestimmen die Identität einer Person mit:

„We propose, that each person has a unique collection of autobiographical memories and that these memories can be examined in an effort to define who a person is.“ (Singer & Salovey, 1993, S.12).

Niedrig Anschlussmotivierte können natürlich ebenfalls, wenn sie dazu aufgefordert werden, anslussthematische Erinnerungen berichten. Diese haben für sie aber nicht dieselbe Bedeutung wie für hoch Anschlussmotivierte. Ihren Erinnerungen fehlt der Bezug zu einem gegenwärtigen Anliegen, sie sind nicht selbstdefinierend.

Eine weitere theoretische Annahme betrifft eine Interventionsmaßnahme. Forschungsarbeiten um die Arbeitsgruppe um Pennebaker (z.B. Pennebaker & Seagal, 1999) konnten zeigen, dass Schreiben über wichtige emotionale Erlebnisse das Befinden verbessert. Die Grundannahme über den Wirkmechanismus ist die, dass emotionale Ereignisse kognitive Ressourcen binden, die wieder frei gesetzt werden, wenn die Ereignisse über den Prozess des Schreibens verarbeitet werden.

Diese Annahmen aus unterschiedlichen theoretischen Richtungen haben wir nun zu der folgenden Argumentation zusammengefügt: Wenn wichtige anslussthematische Erfahrungen, die als selbstdefinierende Erinnerungen erfasst werden können, für hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte auch gegenwärtig von Bedeutung sind und wenn das Schreiben über wichtige positive und negative Erinnerungen förderlich für das Befinden wirkt, dann sollten auch hoch Anschlussmotivierte davon profitieren, über ihre selbstdefinierenden Erinnerungen zu schreiben. Für niedrig Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte, deren Erinnerungen nicht mit ihren gegenwärtigen Anliegen in Beziehung stehen, sollte die Intervention hingegen nicht wirken.

Um diese Überlegungen zu überprüfen, erfassen wir die Ausprägung von Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung und erfragen selbstdefinierende anslussthematische Erinnerungen und die mit ihnen verbundenen Emotionen. Die Hälfte der Probanden konfrontieren wir mit der Anschluss-thematik, indem wir sie über ihre Erinnerungen schreiben lassen und vergleichen sie nach mehreren Wochen in ihrem Befinden (Angst, Depressivität, Somatisierung) mit Versuchsteilnehmern, die sich während des Behandlungszeitraums nicht mit ihren Erinnerungen befassten. Wenn unsere Annahmen zutreffen, müssten hoch, nicht jedoch niedrig Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte nach dem mehrwöchigen Interventionszeitraum besseres Befinden angeben als vorher, und sie müssten sich nach der Intervention in ihrem Befinden von hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten der Kontrollgruppe unterscheiden. Auf das Befinden niedrig Anschlussmotivierter sollte die Intervention hingegen keinen Einfluss nehmen.

Während des Zeitraums des Schreibens erheben wir zusätzlich mehrmals die Stimmung der Probanden. So können wir überprüfen, wie das Schreiben auf den Verlauf der Stimmung über den Interventionszeitraum für hoch und niedrig Anschlussmoti-

vierte wirkt. Wie auch für das allgemeine Befinden vermuten wir, dass sich die Stimmung hoch Anschlussmotivierter, nicht aber die niedrig Anschlussmotivierter verbessert.

Da es sich bei dieser Untersuchung um eine Datenerhebung über mehrere Wochen handelt, nutzen wir die Gelegenheit, um Informationen zu gewinnen, die das Befundmuster einer vorangegangenen Untersuchung stützen. Mit der ersten Untersuchung (Teil I, Kapitel 8) konnten wir die vierte Hypothese zum Modell bestätigen, dass Hoffnung-auf-Anschluss über mehrere Wochen mit positivem und Furcht-vor-Zurückweisung mit negativem Wohlbefinden zusammenhängt. Dies können wir mit dieser Untersuchung replizieren, wenn wir uns auf die Probandengruppe beschränken, für die die Erhebungsbedingungen in etwa denen der ersten Untersuchung entsprechen. Dies trifft nur für die Kontrollgruppe zu.

Unsere Untersuchungshypothesen bestehen aus drei Annahmen zur Intervention und einer ergänzenden zum Modell.

## **Hypothesen zur Intervention**

### ***Interventionshypothese I***

*Hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte der Interventionsbedingung geben nach der Intervention besseres Befinden an als vor der Intervention. Bei niedrig Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten bestehen keine Unterschiede im Befinden vor und nach der Intervention.*

### ***Interventionshypothese II***

*Hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte der Interventionsgruppe geben besseres Befinden an als hoch Hoffnungs- und Furchtmotivierte der Kontrollgruppe und als niedrig Hoffnungs- und Furchtmotivierte beider Versuchsgruppen.*

### ***Interventionshypothese III***

*Während der Intervention verläuft die Stimmung der hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten anders als die der niedrig Anschlussmotivierten: Bei hoch Anschlussmotivierten verbessert sich die Stimmung, während die der niedrig Anschlussmotivierten unverändert bleibt.*

## **Hypothese zum Modell (*Modellhypothese IV*)**

*Furcht-vor-Zurückweisung hängt mit Wohlbefindensbeeinträchtigungen zum zweiten Messzeitpunkt zusammen, Hoffnung-auf-Anschluss mit positivem Befinden.*

## **Methode**

### ***Versuchspersonen***

Teilnehmer dieser Untersuchung waren 73 weibliche und 27 männliche Studenten unterschiedlicher Fachrichtungen. Bis zum Ende der circa 10-wöchigen Untersuchung reduzierte sich die Stichprobe auf 70 Personen (57 weibliche und 13 männliche). Die ausgefallenen Probanden unterschieden sich in den zum ersten Messzeitpunkt erhobenen Daten nicht signifikant von den verbleibenden. Das durchschnittliche Alter der Stichprobe betrug 25.2 Jahre (SD = 7.3).

Die Studenten wurden um Teilnahme an einem Projekt gebeten, das Erinnerungen an vergangene Erlebnisse zum Inhalt hat. Die Teilnehmer der Experimentalgruppe wurden nach Abschluss der Untersuchung mit fünf Versuchspersonenstunden oder 50,- DM für ihren insgesamt 5.5-stündigen Arbeitsaufwand vergütet, die Kontrollgruppenmitglieder erhielten drei Stunden oder 30,- DM.

### ***Versuchsplan***

Die Probanden wurden zufällig einer Interventionsgruppe, die über ihre Erinnerungen schreibt, oder einer Kontrollgruppe, die dies nicht tut, zugeteilt (N = 36, 30 Frauen, 6 Männer, bzw. N = 34, 27 Frauen, 7 Männer). Die beiden Gruppen unterschieden sich nicht in Alter, Status oder irgendeinem der zu Beginn erhobenen Kennwerte.

Neben der experimentellen Bedingungsvariation dienten die Ausprägungen der Motivkennwerte Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung als weitere unabhängige Variablen. In einigen Analysen werden wir zusätzlich die emotionale Qualität der selbstdefinierenden Erinnerungen aufnehmen. Abhängige Maße sind die Stimmungseinschätzungen während des Interventionszeitraumes und das Befinden an dessen Ende.

### ***Erhobene Kennwerte***

Die erhobenen Kennwerte werden der Übersicht halber nach den drei Zeitabschnitten geordnet.

Messzeitpunkt I: Motive, Erinnerungen und Befinden:

*Motivmessung.* Die Motivmessung erfolgte erneut mit dem Multi-Motiv-Gitter (s.o.).

*Erinnerungen.* Die selbstdefinierenden Erinnerungen wurden mit dem „Self-defining-memory request“ erhoben (Singer & Moffitt, 1991-1992). Die Instruktionen wurden insofern modifiziert, dass die Thematik der Erinnerungen vorgegeben wurde. Die Probanden schreiben je zwei Erinnerungen zu den Lebensbereichen „Freundschaft, Nähe, Gemeinsamkeit“ und „Lernen, Schule, Ausbildung“ auf. Auf einer 7-stufigen Skala geben sie zudem an, ob mit den Erinnerungen positive oder negative Emotionen verbunden waren. In dieser Untersuchung interessieren nur die anslussthematischen Erlebnisse zu den ersten drei Stichwörtern.

*Befinden.* Bei der Stimmungstabelle handelt es sich um eine deutsche Übersetzung der „Profil of Mood State“-Skala (POMS; McNair, Lorr, Droppelmann, Biehl & Dangel, 1981). Sie besteht aus 36 Stimmungsadjektiven, für die die Versuchspersonen auf einer 5-stufigen Skala angeben, wie stark sie sie in der letzten Woche empfunden haben. Aus je sechs Items lassen sich die für diese Untersuchung relevanten Kennwerte der Angst und der Depressivität berechnen.

*Somatisierung.* Die Skala der Tendenz zur Somatisierung stammt wie gehabt aus der Symptom-Checkliste (s.o.).

Interventionszeitraum:

*Erinnerungen und Stimmungen.* Die Intervention für die Experimentalgruppe besteht darin, einmal pro Woche eine Erinnerung zu einem bestimmten Stichwort zum Anschlussbereich und zu andersthematischen Inhalten zu schreiben. Die Stichworte sind „Freizeit“, „Schule“, „Freunde“ und „Familie“ für die ersten und in gleicher Reihenfolge für die zweiten vier Wochen. Für unsere Fragestellung sind nur die anslussthematischen Stichworte relevant. Es folgt eine 16-Item-Stimmungstabelle nach Brunstein, anhand derer sie auf fünf Stufen ihre aktuelle Stimmung bewerten sollen (Brunstein, 1993). Positive und negative Stimmung werden hier zu einem Kennwert „positive Stimmung“ verrechnet. Hohe Werte bedeuten gute, niedrige Werte schlechte Stimmung.

### Messzeitpunkt II: Befinden:

*Wiederholungsmessungen.* Die POMS wurde hier zum zweiten Mal vorgelegt, ebenso die Skala der Tendenz zur Somatisierung.

Neben den angeführten Kennwerten wurden noch weitere erhoben, die für eine andere Fragestellung relevant sind. Da sie unsere Hypothese nicht betreffen und zu Zeitpunkten erhoben wurden, zu denen es unwahrscheinlich ist, dass sie die Versuchsbedingungen beeinflussen konnten, werden sie außen vor gelassen. Sie spielen nur insofern eine Rolle, als sie bei der Bestimmung der Zeitdauer der Untersuchungsabschnitte mit einfließen.

### **Instruktionen**

Bis auf die kurze mündliche Einführung, bei der der grobe Zeitverlauf der Untersuchung erläutert wurde, erfolgten alle Instruktionen schriftlich.

Der erste Fragebogen beginnt mit einleitenden Worten zur Untersuchung. Es wird darauf hingewiesen, dass die Teilnahme freiwillig und jederzeit ein Ausstieg möglich ist. Die Anonymität der Untersuchung wird unterstrichen.

Die Instruktionen zu den Erinnerungen wurden von Singer und Moffitt (1991-1992) übernommen. Die Probanden werden aufgefordert, vier selbstdefinierende Erinnerungen anzugeben, die sie selbst als Person charakterisieren. Sie sollen mindestens ein Jahr alt, klar und deutlich repräsentiert und von besonderer Wichtigkeit sein. Sie helfen zu verstehen, wer man ist und können mit positiven oder negativen Gefühlen verbunden sein. Zu den zwei Lebensbereichen „Lernen, Schule, Ausbildung“ und „Freundschaft, Nähe, Gemeinsamkeit“, die kurz erläutert werden, sollen die Probanden nun je zwei konkrete Ereignisse aus ihrer Vergangenheit nennen. Sie beschreiben detailliert, was sich zugetragen hat und welche Gefühle mit den Ereignissen verbunden waren.

Die Experimentalgruppe erhält in ihrem zweiten Testheft die Anweisung, jede Woche einmal eine Erinnerung zu einem vorgegebenen Stichwort aufzuschreiben. In jeder Woche wird eines der Stichworte mit der folgenden Instruktion vorgegeben:

„Lehne dich zurück. Entspanne dich. Lass deine Gedanken schweifen und versuche, eine Erinnerung zu diesem Stichwort zu finden. Wenn möglich, dann sollte diese Erinnerung mindestens 1 Jahr alt sein und klar und deutlich. Sie sollte dir wichtig und bedeutsam erscheinen. Wenn möglich sollte sie dir helfen zu verstehen, wer du bist.“

Die Instruktionen zum darauf folgenden Stimmungsinventar verlangen anzugeben, wie stark die angegebenen Stimmungen in der vorauslaufenden Woche empfunden wurden. Die Anweisungen zum Motivmessinstrument und zu den Wohlbefindens- und Stimmungsfragebogen entsprechen ebenfalls den Standardinstruktionen.

### ***Versuchsablauf***

Der Zeitraum der Datenerhebung erstreckte sich über das Wintersemester 2000/2001 und ist in drei Teile gegliedert.

In den ersten Semesterwochen trafen die Probanden in Kleingruppen von sechs bis acht Personen zusammen, in denen ihnen in einer 10-minütigen Sitzung der Ablauf der Untersuchung erläutert und das erste Fragebogentestheft ausgehändigt wurde. In ihm fanden sich zunächst Erläuterungen zu selbstdefinierenden Erinnerungen und die Aufforderung, vier solcher aus zwei Lebensbereichen anzugeben. Es folgte die Motivmessung mittels MMG, das Messinstrument zur Erfassung von Angst und Depressivität und Items zur Erhebung der Somatisierung. Das Testheft füllten die Probanden zu Hause aus. Die durchschnittliche Bearbeitungszeit betrug zwei Stunden, da das Testheft noch andere als die für diese Untersuchung relevanten Verfahren enthielt.

Bei Abgabe des Fragebogens wurde den Teilnehmern der Kontrollgruppe mündlich mitgeteilt, dass sie telefonisch informiert werden, wenn es Zeit ist, den letzten Fragebogen abzuholen. Die Teilnehmer der Experimentalgruppe erhielten ein weiteres Testheft, in das sie wöchentlich über 8 Wochen möglichst zur gleichen Zeit eine Erinnerung zu einem vorgegebenen Stichwort eintragen sollten. Das Niederschreiben der Erinnerung und das anschließende Stimmungsinventar nahmen ein Mal pro Woche circa 15 Minuten Zeit in Anspruch.

Nach dem Interventionszeitraum erhielten sie zusammen mit den Probanden der Kontrollgruppe das letzte Testheft. Hierin machten sie zum zweiten Mal Angaben zur Angst, Depression und zu Somatisierungssymptomen. Die Bearbeitung dieses Fragebogens, der zusätzlich noch andere Verfahren enthielt, nahm ungefähr eine Stunde in Anspruch, so dass die Experimentalgruppe auf eine Gesamtarbeitsdauer von etwa 5 Stunden, die Kontrollgruppe auf eine von 3 Stunden kam. Bei Abgabe des Fragebogens wurden die Probanden je nach Gruppenzugehörigkeit entlohnt.

## Befunde

### *Deskriptive Statistik und interne Konsistenzen*

Die folgende Tabelle beschreibt die erhobenen Variablen.

**Tabelle 2.1.** Deskriptive Statistiken. N = 70.

		M	SD	Max	Min	Alpha
Messzeitpunkt I	Abkürzungen					
Hoffnung-auf-Anschluss	HA	5.17	2.47	11.00	0.00	.63
Furcht-vor-Zurückweisung	FZ	5.36	2.68	11.00	0.00	.71
Angst	Angst	2.61	0.84	1.00	5.00	.75
Depressivität	Deprs	2.05	0.91	1.00	4.88	.90
Somatisierung	Soma	1.60	0.52	3.63	1.00	.83
positive Emotionen zu Erinnerungen	Erinn_pos	4.37	1.26	7.00	1.50	-
negative Emotionen zu Erinnerungen	Erinn_neg	3.67	1.21	6.25	1.00	-
Interventionszeitraum						
mittlere positive Stimmung während der Intervention	Pos_stimmung	3.32	0.62	1.53	4.31	-
Messzeitpunkt II						
Angst	Angst	2.28	0.78	1.17	3.83	.76
Depressivität	Deprs	1.86	0.87	1.00	4.50	.91
Somatisierung	Soma	1.54	0.10	4.06	1.00	.84

Wie an den Mittelwerten zu erkennen, sind die Befindenskennwerte Angst, Depressivität und Somatisierung nach dem Behandlungszeitraum geringer als zu Beginn. Die Erinnerungen der Probanden sind im Mittel stärker mit positiven als mit negativen Emotionen verbunden.

### *Interkorrelationen*

Die in der folgenden Tabelle dargestellten Korrelationen sollen Aufschluss über lineare Zusammenhänge zwischen den Variablen geben. Die Analysen nach Pearson wurden getrennt für die schreibenden und nicht-schreibenden Probanden berechnet. In den Klammern sind die Koeffizienten nach Auspartialisierung der Wohlbefindenskennwerte des ersten Messzeitpunkts dargestellt.

**Table 2.2.** Korrelationen der Variablen zum ersten (MZ I) und zweiten Messzeitpunkt (MZ II), getrennt für die Experimental- (EG, N = 36) und Kontrollgruppe (KG, N = 34). Partialkorrelationen sind in Klammern dargestellt.

		MZ II					
		Angst		Deprs		Soma	
MZ I							
HA	EG	-.29	(-.29)	-.21	(-.26)	-.06	(-.01)
	KG	.26	(.22)	.01	(.05)	-.08	(-.05)
FZ	EG	.09	(-.08)	.24	(.16)	.33*	(-.07)
	KG	.29	(.39*)	.08	(.36*)	.29	(.27)
Erinn_pos	EG	-.13	(-.23)	-.14	(-.14)	-.22	(-.21)
	KG	.08	(.16)	.21	(.12)	-.32	(-.42*)
Erinn_neg	EG	.25	(.24)	.24	(.16)	.30	(.32)
	KG	.26	(.14)	.24	(.18)	.28	(.19)
Angst	EG	.51**		.47***		.46**	
	KG	.41*		.22		.17	
Deprs	EG	.37*		.40*		.41*	
	KG	.30		.54**		.34	
Soma	EG	.42**		.33*		.83***	
	KG	.37*		.61**		.55**	

\* p < .05 \*\* p < .01 \*\*\* p < .001

Auf die Zusammenhänge der Motiv- mit den Befindenskennwerten gehen wir später ein, betrachten wir hier die Korrelationen, die nicht unmittelbar die Hypothese betreffen. Auffallend hoch sind die Zusammenhänge der Befindenskennwerte zu beiden Messzeitpunkten. Je höher das Missbefinden zu Beginn, desto höher ist es auch später. Dies macht in weiteren Analysen eine Kontrolle der Ausgangsmessungen notwendig. Aber auch die emotionale Qualität der Erinnerungen hängt mit dem Befinden zusammen. Unabhängig von den Versuchsbedingungen gilt tendenziell: Je positiver die Erinnerungen, desto geringer, und je negativer die Erinnerungen, desto stärker die Somatisierungssymptome. Ebenfalls ungeachtet der Gruppen bestehen nicht signifikante positive Zusammenhänge der negativen Erinnerungen mit Angst und Depressivität.

## Überprüfung der Hypothesen

**Interventionshypothese I.** Hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte der Interventionsbedingung geben nach der Intervention besseres Befinden an als vor der Intervention. Bei niedrig Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten bestehen keine Unterschiede im Befinden vor und nach der Intervention.

Um diese Hypothese zu überprüfen, vergleichen wir in getrennten Analysen für hoch und niedrig Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte die beiden Angaben zum Befinden. Die Kennwerte für Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung wurden am Median in hohe und niedrige Hoffnungs- beziehungsweise Furchtausprägung gesplittet (HA + / HA - und FZ + / FZ -). Für die so entstandenen Gruppen wurden Varianzanalysen mit den Befindensmessungen vor und nach der Intervention als zwei Stufen eines Messwiederholungsfaktors gerechnet. Da wir diese Analysen nur für die Interventionsbedingung rechnen und zusätzlich die Probandengruppe anhand ihrer Motivausprägung in zwei Gruppen geteilt haben, reduziert sich die in die Analyse aufgenommene Fallzahl auf N = 18. Die folgende Tabelle zeigt Mittelwerte und Standardabweichungen der Befindensmaße für die Gruppen und die Ergebnisse der Mittelwertvergleiche.

**Tabelle 2.3.** Mittelwerte (und Standardabweichungen) der Befindensmessungen zum Zeitpunkt vor und nach der Intervention (vorher/nachher) und Ergebnisse der Mittelwertvergleiche, getrennt für hoch und niedrig Hoffnung-auf-Anschluss- (HA + / HA -) und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte (FZ + / FZ -). N = 18.

	Angst		Deprs		Soma	
	vorher	nachher	vorher	nachher	vorher	nachher
HA +	2.46 (0.87)	1.98 (0.72)	2.12 (0.86)	1.46 (0.44)	1.51 (0.39)	1.37 (0.25)
	F(1/18) = 7.69, p < .05		F(1/18) = 8.96, p < .01		F(1/18) = 3.85, p = .07	
HA -	2.67 (0.91)	2.39 (0.74)	2.14 (1.03)	1.92 (0.89)	1.58 (0.59)	1.61 (0.59)
	F(1/18) = 1.97, ns		F(1/18) = 1.05, ns		F(1/18) = 0.26, ns	
FZ +	3.05 (1.00)	2.17 (0.69)	2.54 (0.93)	1.83 (0.72)	1.75 (0.56)	1.63 (0.59)
	F(1/18) = 16.46, p < .01		F(1/18) = 7.87, p < .05		F(1/18) = 1.89, ns	
FZ -	2.29 (0.68)	2.22 (0.80)	1.88 (0.88)	1.63 (0.77)	1.43 (0.43)	1.42 (0.39)
	F(1/18) = 0.22, ns		F(1/18) = 1.66, ns		F(1/18) = 0.01, ns	

Wie erwartet geben hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte nach der Intervention signifikant besseres Befinden an als vorher: Angst, Depressivität und tendenziell auch die Somatisierung sind nach der Intervention geringer als vorher. Die Befindensmessungen vor und nach der Intervention unterscheiden sich für niedrig Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte nicht voneinander. Betrachten wir nun zusätzlich die Unterschiede zwischen den Versuchsgruppen:

***Interventionshypothese II.*** *Hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte der Interventionsgruppe geben besseres Befinden an als hoch Hoffnungs- und Furchtmotivierte der Kontrollgruppe und als niedrig Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte beider Versuchsgruppen.*

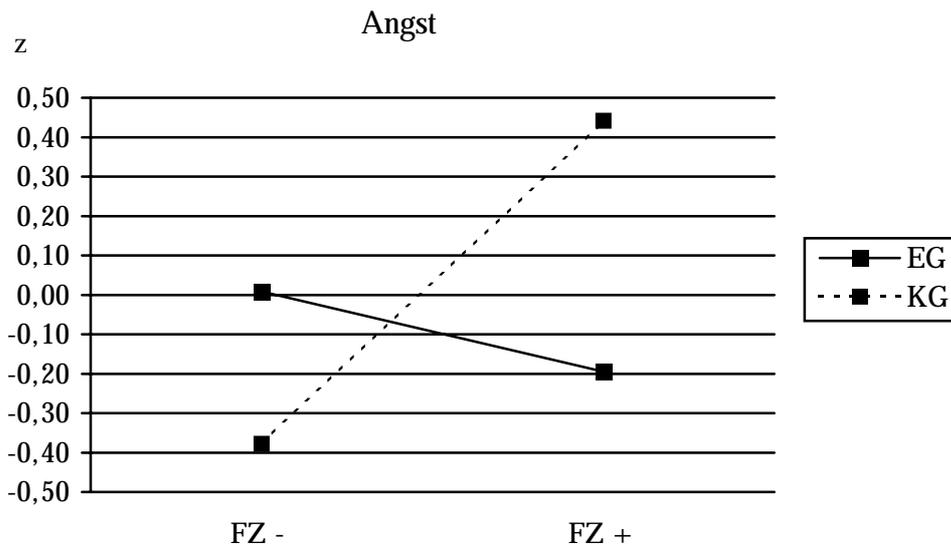
Zur Überprüfung dieser Hypothese wurden hierarchische Regressionsanalysen gerechnet. Als erste Stufe gingen die Motivkennwerte Hoffnung-auf-Anschluss beziehungsweise Furcht-vor-Zurückweisung und die Bedingungsvariation als unabhängige Prädiktoren ein, als zweiter Schritt wurde die Interaktion beider in die Analyse aufgenommen. Abhängige Variablen waren in getrennten Analysen die Wohlbefindensmaße Angst, Depressivität und Somatisierung. Als Kovariate wurden zusätzlich die entsprechenden Befindensmaße zum ersten Messzeitpunkt kontrolliert, da sie mit den abhängigen Variablen hoch korrelieren (s. Tabelle 2.2).

Die Regressionsanalysen mit Depressivität und Somatisierung als abhängige Variablen zeigten keine signifikanten Interaktionen des jeweiligen Motivkennwerts mit der Bedingungsvariation. Für Angst als abhängiges Maß fanden sich allerdings signifikante Interaktionseffekte, die für Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte ähnlich sind. Die folgenden Tabellen und Abbildungen erläutern die Befunde.

**Tabelle 2.4.** Hierarchische Regression: FZ x Versuchsbedingung; Vorhersage von Angst zum zweiten Messzeitpunkt; Kovariate: Angst zum ersten Messzeitpunkt (MZ I).

Block	Variable	$\Delta R^2$	df	$\Delta F$	B
1	Kovariate	.21	1/70	19.11***	
	Angst MZ I				.47***
2	Prädiktoren erster Ordnung	.02	2/68	.63	
	Furcht-vor-Zurückweisung (FZ)				.15
	Versuchsbedingung				-.06
3	Prädiktoren zweiter Ordnung	.06	1/68	5.40*	
	FZ x Versuchsbedingung				-.25*
	Gesamtes $R^2$	.29	4/67	6.72	

Anmerkung: B ist der Regressionskoeffizient aus der letzten Regressionsgleichung. \*  $p < .05$  \*\*\*  $p < .001$



**Abbildung 2.1.** Illustration der Interaktion Furcht-vor-Zurückweisung und der experimentellen Bedingungsvariation. (EG: Experimentalgruppe, KG: Kontrollgruppe).

Für Hoffnung-auf-Anschluss gestaltet sich der Interaktionseffekt ähnlich:

**Tabelle 2.5.** Hierarchische Regression: HA x Versuchsbedingung; Vorhersage von Angst zum zweiten Messzeitpunkt; Kovariate: Angst zum ersten Messzeitpunkt (MZ I).

Block	Variable	$\Delta R^2$	df	$\Delta F$	B
1	Kovariate	.22	1/70	19.11***	
	Angst MZ I				.44***
2	Prädiktoren erster Ordnung	.01	2/68	.16	
	Hoffnung-auf-Anschluss (HA)				-.06
	Versuchsbedingung				-.07
3	Prädiktoren zweiter Ordnung	.05	1/68	4.62	
	HA x Versuchsbedingung				-.23*
	Gesamtes $R^2$	.27	4/67	6.15	

Anmerkung: B ist der Regressionskoeffizient aus der letzten Regressionsgleichung. \*  $p < .05$  \*\*\*  $p < .001$

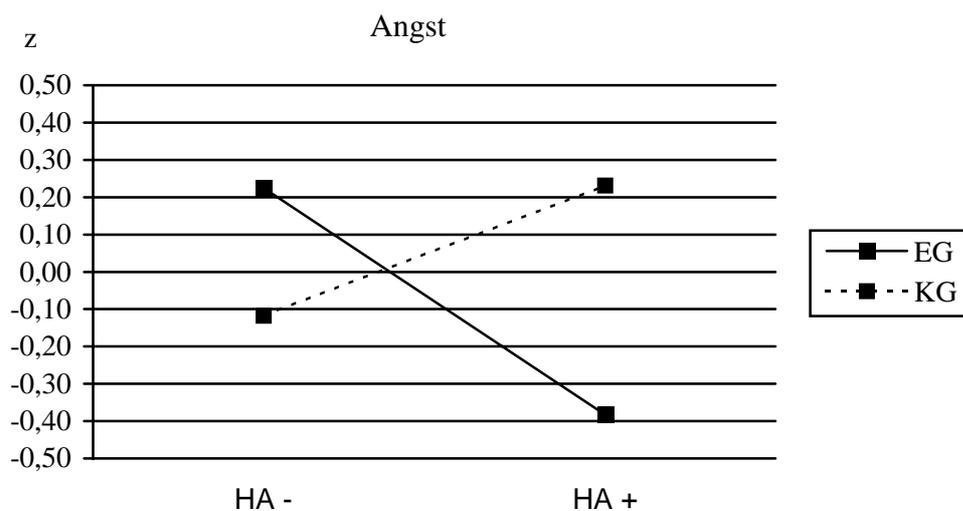


Abbildung 2.2. Illustration der Interaktion HA x Bedingung.

Die Prädiktoren erster Ordnung werden für keine der beiden Analysen signifikant, und die Kovariate nimmt wie erwartet starken Einfluss auf das abhängige Maß. Zusätzlich leisten beide Interaktionsterme einen signifikanten Zuwachs an der Varianzaufklärung des Angstniveaus nach der Intervention. Die Abbildungen zur Illustration der Wechselwirkungen zeigen entgegengesetzte Verläufe für die Experimental- und Kontrollgruppe.

Wie erwartet berichten hoch Hoffnung-auf-Anschluss- (Abbildung 2.2) und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte (Abbildung 2.1) der Experimentalbedingung geringere Angst als hoch Anschlussmotivierte der Kontrollgruppe. Für hoch Hoffnung-auf-

Anschlussmotivierte trifft zusätzlich zu, dass sie geringere Angst als Niedrigmotivierte beider Gruppen zeigen, hoch Furchtmotivierte berichten nur weniger Angst als niedrig Furchtmotivierte der Experimentalgruppe.

Korrelationsanalysen getrennt für die Gruppen (vgl. Tab. 2.2) geben Auskunft über die Stärke des Zusammenhangs: In der Interventionsgruppe korreliert Hoffnung-auf-Anschluss mit Angst zum zweiten Messzeitpunkt zu  $r = -.29$  (ns), in der Kontrollgruppe zu  $r = .22$  (ns). Die Koeffizienten für Zurückweisungsfurcht lauten  $r = -.08$  (ns) für die Interventionsgruppe und  $r = .39$  ( $p < .05$ ) für die Kontrollgruppe.

Es wurden zusätzlich Regressionsanalysen gerechnet, die die positive und negative Valenz der zu Beginn erhobenen selbstdefinierenden Erinnerungen bei der Vorhersage der Befindenskennwerte berücksichtigen. Die Kovariate ging auch hier als erster Schritt ein, als zweiter Schritt die Prädiktoren erster Ordnung (Versuchsbedingung, Motivkennwert und Valenz der Erinnerungen), als dritter Schritt die Interaktionsterme jeweils zwei der aufgenommenen Variablen und als vierter Schritt die dreifache Interaktion von Versuchsbedingung, Motivkennwert und Valenz der Erinnerungen. Weder die Analysen mit Hoffnung-auf-Anschluss noch die mit Furcht-vor-Zurückweisung ergaben eine signifikante dreifache Interaktion. Wie erwartet spielte die Valenz der Erinnerung für die Wirkung der Intervention für hoch und niedrig Anschlussmotivierte keine Rolle. Sie trug auch als Prädiktor erster Ordnung in keiner der Analysen signifikant zur Varianzaufklärung der Befindensmaße bei.

Zusammenfassend wirkt die Intervention für hoch Anschlussmotivierte in ähnlicher Art und Weise: Sowohl hoch Hoffnung-auf-Anschluss- als auch hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte profitieren in ihrem Befinden: Sie geben nach der Intervention weniger Angst und Depressivität an als vorher und erleben geringere Angst als hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte der Kontrollgruppe. Niedrig Anschlussmotivierte der Interventionsbedingung zeigen keine Befindensunterschiede vor und nach der Intervention. In den Regressionsanalysen, die die Versuchsbedingungen berücksichtigen, fand sich ein Befund, der dem für die hoch Anschlussmotivierten entgegengesetzt ist: Niedrig Hoffnung-auf-Anschluss- und niedrig Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte der Interventionsbedingung berichten zum Zeitpunkt nach der Intervention mehr Angst als niedrig Anschlussmotivierte der Kontrollbedingung.

***Interventionshypothese III.*** Während der Intervention verläuft die Stimmung der hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten anders als die

*der niedrig Anschlussmotivierten: Bei hoch Anschlussmotivierten verbessert sich die Stimmung, während die der niedrig Anschlussmotivierten unverändert bleibt.*

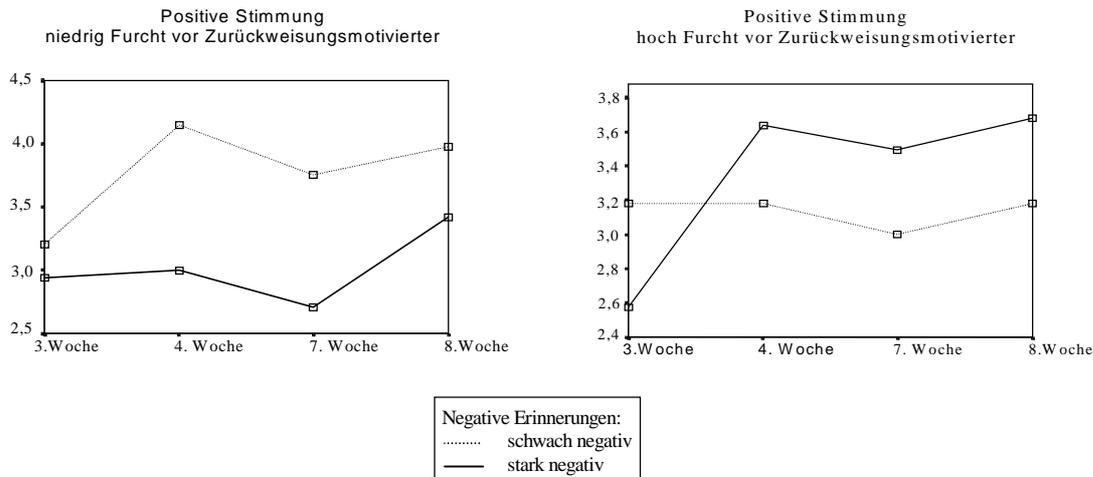
Zur Überprüfung dieser Hypothese wird erneut ein varianzanalytisches Verfahren mit Messwiederholung herangezogen. Berücksichtigt wurden die vier Messzeitpunkte zu den anslussthematischen Stichwörtern „Familie“ (3. und 7. Woche) und „Freunde“ (4. und 8. Woche). Die Probanden der Experimentalgruppe wurden mittels Mediansplit in hoch und niedrig Hoffnungs- (HA + / HA -) und Furchtmotivierte (FZ + / FZ -) eingeteilt. Beide Varianzanalysen mit den zweistufigen Motivmaßen als Zwischen-subjektfaktoren und den positiven Stimmungen zu den vier Messzeitpunkten als 4-stufiger Messwiederholungsfaktor ergaben keine signifikanten Interaktionseffekte (HA:  $F(1/36) = 0.01$ , ns; FZ:  $F(1/36) = .37$ , ns). Hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte unterscheiden sich in ihrem Stimmungsverlauf während des Interventionszeitraumes nicht von den niedrig Hoffnung-auf-Anschluss-beziehungsweise Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten.

Auch hier wurde zusätzlich überprüft, ob die Valenzangaben zu selbstdefinierenden Erinnerungen mit den Motivmaßen bei der Bestimmung des Verlaufs der Stimmung zusammenwirken. Ein Mediansplit sorgte für die Trennung in Probanden, deren anfängliche Erinnerungen starke oder schwache positive oder negative Emotionen auslösten. Die durchgeführten 3-faktoriellen Analysen enthalten also ein Motivmaß (HA oder FZ) und die Erinnerungsvalenz (positiv oder negativ) jeweils als 2-stufige Faktoren (hoch / niedrig) und die positiven Stimmungskennwerte als 4-stufigen Messwiederholungsfaktor.

Die Analysen mit der *positiven* Valenz der Erinnerungen ergaben keine signifikanten Interaktionseffekte (HA:  $F(1/36) = 2.57$ , ns; FZ:  $F(1/36) = 0.03$ , ns). Auch bei der Varianzanalyse mit *negativer* Valenz der Erinnerung und *Hoffnung-auf-Anschluss* blieb ein Interaktionseffekt aus ( $F(1/36) = 0.14$ , ns).

Die Wechselwirkung der Furcht vor Zurückweisung mit der negativen emotionalen Qualität der Erinnerungen hingegen wurde signifikant ( $F(1/36) = 3.54$ ,  $p < .05$ ).

Die folgende Abbildung erläutert die Wechselwirkungen getrennt für die beiden Stufen des Motivmaßes. Der linke Teil der Abbildung zeigt den Verlauf der positiven Stimmung über die Messzeitpunkte bei niedrig Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten, die anfänglich entweder stark oder schwach negative anslussthematische Erinnerungen berichteten. Der rechte Teil der Abbildung stellt den Stimmungsverlauf für hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte dar.



**Abbildung 2.3.** Verlauf der positiven Stimmung von niedrig Furcht-vor-Zurückweisungs-  
motivierten und hoch Furcht-vor-Zurückweisungs-  
motivierten mit anfänglich schwach  
oder stark negativen Erinnerungen.

Wie aus der Abbildung abzulesen, bestimmt die Höhe der Furcht-vor-Zurückweisung, wie negative Erinnerungen mit dem Stimmungsverlauf während des Interventionszeitraumes zusammenhängen. Für die niedrig Furcht-vor-Zurückweisungs-  
motivierten gilt: Bei negativen Erinnerungen ist auch die Stimmung über den gesamten Behandlungszeitraum schlechter als bei schwach negativen Erinnerungen. Bei hoch Furcht-  
vor-Zurückweisungs-  
motivierten kehrt sich das Verhältnis jedoch um:

Hoch Furcht-vor-Zurückweisungs-  
motivierte mit stark negativen Erinnerungen verbessern ihre Stimmung rapide nach dem ersten Interventionszeitpunkt und halten von da an die positive Stimmung auch bis zum Ende der Intervention aufrecht. Ab der vierten Woche übertreffen sie in ihrer Stimmung sogar durchgehend die Probanden mit nur schwach negativen Erinnerungen, deren Stimmung wiederum konstant bleibt. Nur für Furcht-vor-Zurückweisung findet sich also eine Interaktion mit der negativen Erinnerungswertung: Der Stimmungsverlauf hoch und niedrig Furcht-vor-Zurückweisungs-  
motivierter unterscheidet sich bei negativen Erinnerungen von dem der niedrig Furchtmotivierten.

Die genauen Mittelwerte (und der Standardfehler) der positiven Stimmung zu den vier Messzeitpunkten sind in Tabelle 2.6 dargestellt. Die Tabelle enthält ebenfalls die Ergebnisse von Mittelwertvergleichen der Stimmung über die einzelnen Messzeitpunkte.

**Tabelle 2.6.** Mittelwerte (und Standardfehler) der positiven Stimmung zu den vier Messzeitpunkten (3., 4., 7., 8. Woche), getrennt für hoch und niedrig Furcht-vor-Zurückweisungs-  
motivierter und für

schwach und stark negativ valenzierte Erinnerungen. Ebenfalls angegeben sind die Mittelwertvergleiche der einzelnen Messzeitpunkte untereinander. N = 18.

	Niedrig Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte					Hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte			
	3. Woche	4. Woche	7. Woche	8. Woche		3. Woche	4. Woche	7. Woche	8. Woche
Schwach neg. Erinnerungen	3.20 (0.27)	4.15 (0.23)	3.75 (0.25)	3.97 (0.27)		3.18 (0.32)	3.18 (0.27)	3.00 (0.30)	3.18 (0.32)
	Mittelwertvergleiche					Mittelwertvergleiche			
3. Woche	F(1/9) = 15.18, p < .01					F(1/9) = 0.01, ns			
4. Woche	F(1/9) = 2.99, ns					F(1/9) = 0.42, ns			
7. Woche	F(1/9) = 6.82, p < .05					F(1/9) = 0.01, ns			
4. Woche	F(1/9) = 1.45, ns					F(1/9) = 0.60, ns			
7. Woche	F(1/9) = 0.24, ns					F(1/9) = 0.01, ns			
7. Woche	F(1/9) = 1.38, ns					F(1/9) = 1.00, ns			
Stark neg. Erinnerungen	2.94 (0.24)	3.00 (0.21)	2.71 (0.23)	3.42 (0.25)		2.57 (0.32)	3.64 (0.27)	3.49 (0.30)	3.68 (0.32)
	Mittelwertvergleiche					Mittelwertvergleiche			
3. Woche	F(1/9) = 0.14, ns					F(1/9) = 10.67, p < .05			
4. Woche	F(1/9) = 0.61, ns					F(1/9) = 8.85, p < .05			
7. Woche	F(1/9) = 4.29, ns					F(1/9) = 6.45, p < .05			
4. Woche	F(1/9) = 1.45, ns					F(1/9) = 0.42, ns			
7. Woche	F(1/9) = 1.79, ns					F(1/9) = 0.15, ns			
7. Woche	F(1/9) = 21.34, p < .01					F(1/9) = 0.33, ns			

**Modellhypothese IV.** *Furcht-vor-Zurückweisung hängt mit Wohlbefindensbeeinträchtigungen zum zweiten Messzeitpunkt und Hoffnung-auf-Anschluss mit positivem Befinden zusammen.*

Die Modellhypothese zum Zusammenhang von Motiv- und Befindenskennwerten kann anhand der oben angeführten Korrelationstabelle (Tabelle 2.2) überprüft werden. Um die Vergleichbarkeit der Befunde mit einer vorherigen Untersuchung zu gewährleisten, betrachten wir hier allein die unbehandelte Kontrollgruppe.

Zurückweisungsfurcht hängt nach Kontrolle der Ausgangswerte wie vermutet signifikant positiv mit Angst ( $r = .39, p < .05$ ) und Depressivität ( $r = .36, p < .05$ ) zusammen. Auch mit der Tendenz zur Somatisierung zeigt sich eine hohe Korrelation ( $r = .27, ns$ ), die jedoch das Signifikanzniveau verfehlt: Je höher die Zurückweisungsfurcht, desto ängstlicher und depressiver sind die Probanden und desto mehr körperliche Beschwerden geben sie an. Hoffnung-auf-Anschluss korreliert mit Depressivität und Somatisierung nahezu zu Null ( $r = .05, ns; r = -.05, ns$ ), mit Angst besteht eine nicht signifikante Beziehung in Höhe von  $r = .22$ .

### *Spezifität der Effekte*

Auch hier wurden zusätzliche Analysen gerechnet, um zu überprüfen, ob die gefundenen Effekte spezifisch für das Anschlussmotiv sind. In keiner der Regressions- oder Varianzanalysen mit Hoffnungs- und Furchtkomponenten des Leistungs- und Anschlussmotivs zeigten sich signifikante Befunde.

### **Diskussion**

Mit dieser Untersuchung haben wir eine Interventionsmaßnahme für hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte durchgeführt, die auf unterschiedlichen theoretischen Sockeln ruht. Zum einen haben wir erläutert, dass vergangene anschlussbezogene Ereignisse mit dem Anschlussmotiv in Beziehung stehen: Sie haben zur Ausbildung von Hoffnung-auf-Anschluss beziehungsweise Furcht-vor-Zurückweisung beigetragen (Emde, 1982; Feeney & Noller, 1990). Zum zweiten haben wir Forschungsbefunde zusammengetragen, die zeigen, dass erinnerte Erlebnisse von der gegenwärtigen Bedürfnislage der Person abhängen und für die Gegenwart eine Bedeutung haben (z.B. Moffitt & Singer, 1992). Diese beiden Erkenntnisse haben wir miteinander in Verbindung gebracht und angenommen, dass anschluss-thematische Erinnerungen für Personen mit einem hohen Anschlussmotiv - also für hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte - wichtig sind, für niedrig Anschlussmotivierte, denen das gegenwärtige Bedürfnis nach Anschluss fehlt, jedoch nicht. Wir sind weiter auf die von Pennebaker (1997) häufig gefundenen positiven Effekte des Schreibens über emotional wichtige Erlebnisse für das Befinden eingegangen und haben auch diese in unsere Argumentation integriert: Wenn anschluss-thematische Ereignisse für hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte von Bedeutung sind und wenn das Schreiben über bedeutungsvolle emotionale Erinnerungen das Befinden verbessert, dann sollten auch hoch Anschlussmotivierte vom Schreiben über ihre anschluss-thematischen Erinnerungen profitieren. Bei niedrig Hoffnungs- und Furchtmotivierten, für die anschluss-thematische Erlebnisse für ihre gegenwärtigen Anliegen nicht relevant sind, sollte die Intervention des Schreibens nicht zu einer Verbesserung des Befindens führen. Als Befindenskennwerte betrachteten wir Angst, Depressivität, die Tendenz zur Somatisierung und den Stimmungsverlauf während des Interventionszeitraums. Neben den aus den geschilderten Annahmen abgeleiteten drei Hypothesen zur Intervention prüften wir mit dieser Untersuchung zudem einen Befund einer vorangegangenen Untersuchung des ersten Teils dieser Arbeit. Betrachten wir die Übereinstimmung der Hypothesen mit den empirischen Befunden nacheinander:

## ***Interventionshypothesen***

***Interventionshypothese I.*** Hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte, die über wichtige emotionale Erinnerungen zu anschluss-thematischen Ereignissen schreiben, sollten sich nach der Intervention besser befinden als vorher. Die Verarbeitung von Erlebnissen, die sich auf gegenwärtig wichtige Anliegen beziehen, setzt Kapazitäten frei, die vorher nicht zur Verfügung standen (Pennebaker, 1997). Bei niedrig Anschlussmotivierten, denen der Bezug der anschluss-thematischen Erinnerung zu einem wichtigen gegenwärtigen Anliegen fehlt, sollte die Intervention auch nicht greifen. Sie können zwar ebenfalls vergangene anschluss-thematische Ereignisse abrufen, diese sind jedoch nicht selbstdefinierend, weil die Relevanz für ein aktuelles Lebensthema fehlt.

Zur Überprüfung dieser Hypothese verglichen wir mit Hilfe von Varianzanalysen die Angaben zur Angst, Depressivität und die Tendenz zur Somatisierung vor und nach der Intervention, getrennt für hoch und niedrig Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte. Hypothesenkonform unterschied sich die Angst und Depressivität vor und nach der Intervention nur für hoch Anschlussmotivierte signifikant: Hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte geben nach der Intervention geringere Angst und Depressivität an als vorher. Allein für den Kennwert der Somatisierung fanden sich keine signifikanten Veränderungen. Die Befunde der Korrelationsanalysen dieser und der ersten Untersuchung weisen die Tendenz zur Somatisierung als ein stabiles Merkmal aus: Die Somatisierung zu Beginn der Datenerhebung korrelierte hoch mit der Somatisierung, die Wochen später gemessen wurde. Auch durch unsere Interventionsmaßnahme ließ sie sich nicht beeinflussen.

Die Befindensmaße vor und nach der Intervention von niedrig Hoffnungs- oder Furchtmotivierten unterschieden sich wie erwartet nicht.

Mit den bisher angeführten Befunden konnten wir die differentielle Veränderung des Befindens für hoch und niedrig Anschlussmotivierte aufzeigen, jedoch noch keine Aussage darüber machen, ob hierfür tatsächlich auch unsere Interventionsmaßnahme verantwortlich ist. Die Interventionshypothese II betrifft unmittelbar die Wirkung der Intervention:

***Interventionshypothese II.*** Die zweite Interventionshypothese überprüfte direkt die Wirksamkeit des Schreibens, indem die Probanden der Interventions- mit denen der Kontrollbedingung verglichen wurden. Es wurde angenommen, dass hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte der Interventionsbedingung besseres Befinden angeben als hoch Anschlussmotivierte der Kontrollbedingung und als

niedrig Anschlussmotiviertere beider Gruppen. Als Wirkmechanismus haben wir die Argumentation Pennebakers (1997) angeführt, dass durch den Prozess des Schreibens wichtige emotionale Erinnerungen strukturiert und bewusst als vollständige Geschichte mit Fakten und Emotionen repräsentiert und vereinfacht werden. Durch diese Vereinfachung werden Ressourcen für die Gegenwart frei, das Befinden verbessert sich. Niedrig Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte sollten auch hier durch die mangelnde Relevanz der Anschluss-thematik für gegenwärtige Anliegen nicht profitieren.

Die angenommene Wechselwirkung der Motivausprägung mit der Bedingungsvariation haben wir mit hierarchischen Regressionsanalysen überprüft. Sie bestätigten die Hypothese für das Wohlbefindensmaß der Angst. Hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte, die während des mehrwöchigen Interventionszeitraums über vergangene zwischenmenschliche Ereignisse schrieben, waren anschließend weniger ängstlich als Probanden der Kontrollgruppe mit ebenfalls hoher Motivausprägung. Die Intervention zeigte also wie erwartet bei hoch Anschlussmotivierten, die sich, durch das Niederschreiben vergangener emotionaler Erlebnisse, mit einem für sie auch gegenwärtig wichtigen Lebensthema befassten, Wirkung.

Unsere Regressionsanalyse zur Überprüfung der Wirksamkeit der Intervention brachte jedoch auch Unerwartetes: Die Intervention wirkte sich für niedrig Anschlussmotiviertere nachteilig aus. Niedrig Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte der Experimentalgruppe berichteten am Ende der Untersuchung über größere Angst als die der Kontrollbedingung. Die Intervention wirkt also für sie genau entgegengesetzt. Auch in den Untersuchungen II und III fanden wir für die niedrig Anschlussmotivierten ein den hoch Anschlussmotivierten umgekehrtes Befundmuster. Wenn sie auf eine mögliche Zurückweisung hingewiesen wurden, betrachteten niedrig Anschlussmotiviertere vermehrt die Mitmenschen ihres sozialen Umfeldes und gingen auf sie zu. Wir haben dieses Verhalten als Reaktion auf drohende negative Konsequenzen interpretiert: Erst wenn sie auf eine soziale Zurückweisung aufmerksam gemacht werden, wird Anschluss-thematik für sie relevant, und sie engagieren sich im sozialen Kontext. Ansonsten richtet sich ihre Aufmerksamkeit weniger auf zwischenmenschliche Beziehungen. Die Befunde dieser vierten Untersuchung passen hierzu: Für niedrig Anschlussmotiviertere stehen anschluss-thematische Erinnerungen in ihrem alltäglichen Leben nicht im Vordergrund, da der Bezug der Thematik mit einem aktuellen Bedürfnis fehlt. Werden sie aber im Rahmen der Untersuchung mit Anschluss-thematik konfrontiert, entsteht bei ihnen möglicherweise die Idee, sich mit ihr auseinandersetzen zu müssen (immerhin behaupten ja Psychologen die Wichtig-

keit anslussthematischer Erinnerungen, indem sie sie erheben!). Bei ihnen wird also ein Thema „aufgekocht“, das aufgrund seiner mangelnden Bedeutung für die Gegenwart eigentlich ruhte. Anslussthematische Ereignisse *waren* sozusagen für niedrig Anslussmotivierte abgeschlossen, weil sie nicht an ein gegenwärtiges Bedürfnis gebunden sind, und so konnte auch der positive Wirkmechanismus der Intervention nicht greifen. Das Schreiben über anslussthematische Ereignisse hat für sie allein den Effekt, sich an positive und negative Erlebnisse zu *erinnern*. Bei ihnen werden also nicht Informationen reduziert, sondern neue produziert, die zudem nicht gut mit den aktuellen Bedürfnissen vereinbar sind. Dies könnte die Ursache für das entstandene Missfinden sein.

Auch Woike (1994b) fand in einer ihrer Untersuchungen zu autobiographischem Erinnerungsmaterial, dass Erinnerungen - selbst wenn sie positiv waren - je nach Motivstruktur auch mit negativem Befinden einhergehen können. Ihre Probanden, deren abgerufene Erinnerungen thematisch mit ihren impliziten Motiven kongruent waren, gaben an, fröhlicher und in besserer Stimmung zu sein als vorher, während Probanden, deren positive Erinnerungen nicht mit ihren impliziten Motiven übereinstimmten, nach deren Abruf aufgeregter waren und sogar über Ärger berichteten. Der Abruf positiver Erinnerungen führt also nur dann zu guter Stimmung, wenn sie thematisch mit der Motivstruktur übereinstimmen, bei Nicht-Übereinstimmung kann sich der Abruf negativ auswirken.

Ein weiterer unerwarteter Befund dieser Untersuchung ist die spezifische Wirkung der Intervention auf die Angst. Die Wirkung des Schreibens betraf allein Angst, nicht aber Depressivität oder Somatisierungssymptome. Hierfür kann es zwei Gründe geben: Entweder steht die gegenwärtige Depressivität und Somatisierung nicht mit vergangenen Erinnerungen in Verbindung, oder die Intervention eignet sich nicht, um diese Befindensmaße zu beeinflussen. Gegen die erste Möglichkeit spricht ein Hinweis aus den Korrelationsanalysen. Hier war die negative Qualität der Erinnerungen positiv mit Depressivität und Somatisierung korreliert. Obwohl sich eine kausale Interpretation dieses Zusammenhangs verbietet, können wir ihn dennoch als Beleg dafür anführen, dass vergangene Erinnerungen in irgendeiner Form mit dem gegenwärtigen Befinden in Beziehung stehen. Um die Art dieser Beziehung näher zu analysieren und Interventionsansätze zu entwickeln, die Einfluss auf Depressivität und Somatisierung nehmen, müssen weitere Untersuchungen folgen.

Die Annahme einer positiven Wirkung der Intervention allein für hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte kann also als bestätigt gelten und unterstützt unsere Argumentation, dass die positiven Effekte des Schreibens nur

dann zustande kommen, wenn der Inhalt des Niedergeschriebenen in Beziehung mit einem aktuell wichtigen Lebensthema steht.

***Interventionshypothese III.*** Die dritte Interventionshypothese betrifft den Zeitraum während des Schreibens. Da die Probanden einmal wöchentlich unser Testheft zur Hand nahmen und über ihre Erinnerungen schrieben, bot sich die Möglichkeit, während der Intervention weitere Daten zu erheben. Wir maßen also die Stimmungen der Probanden zu vier Zeitpunkten über den Behandlungszeitraum und nehmen an, dass sich - wie auch beim Befinden - die Stimmung hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter verbessert, die der niedrig Anschlussmotivierten hingegen unverändert bleibt.

In Varianzanalysen mit Messwiederholungen, in denen wir nicht die Valenz der Erinnerungen berücksichtigten, fanden sich jedoch keine signifikanten Effekte. Demnach unterscheiden sich hoch Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte nicht von niedrig Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten im Verlauf ihrer positiven Stimmung, ebensowenig unterscheiden sich hoch von niedrig Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten.

Die Ursache für die nicht nachzuweisenden Unterschiede im Stimmungsverlauf zwischen hoch und niedrig Anschlussmotivierten könnte sein, dass sich die Stimmungen der hoch Anschlussmotivierten nicht in die gleiche Richtung verändern, sondern dass sie von der Valenz der selbstdefinierenden Erinnerungen abhängen. Das Schreiben über positive Erinnerungen könnte beispielsweise zu positiven Stimmungen führen, während - wie Pennebaker (1997) bereits zeigen konnte - das Schreiben über negative Erinnerungen zunächst einmal zu schlechter Stimmung führt. Betrachtet man nun, wie wir es mit unseren Analysen getan haben, die Stimmungsangaben über alle Erinnerungen, ohne die Valenz zu berücksichtigen, mitteln sich die Stimmungsangaben aus und wir finden keine Unterschiede zu den niedrig Anschlussmotivierten. Um diese Möglichkeit zu überprüfen, nahmen wir in zusätzlichen Analysen die positive und negative Valenz der Erinnerungen mit auf. Obwohl wir bei der Überprüfung der zweiten Interventionshypothese keinen Einfluss der Erinnerungsvalenz auf das *Befinden* zum Ende des Behandlungszeitraumes vermutet und auch nicht gefunden haben, könnte die *Stimmung* beeinflusst werden, da sie zeitlich kurz nach dem Schreibprozess erhoben wurde und so von dessen unmittelbaren Nachwirkungen betroffen sein könnte.

Um also zu überprüfen, ob die Valenz der selbstdefinierenden Erinnerungen mit den Motivkennwerten bei der Bestimmung des Stimmungsverlaufs interagiert, wurden Varianzanalysen mit Messwiederholungen gerechnet, deren Zwischensubjektfaktoren die zweifach gestuften Motivkennwerte und die positive und negative Valenz der Erinne-

rungen waren. Eine signifikante Wechselwirkung des Motivmaßes mit der emotionalen Qualität der Erinnerungen zeigte sich allein für Furcht-vor-Zurückweisung und der negativen Valenz der Erinnerungen. Die Beziehung zwischen Erinnerungen und Stimmungen war zum ersten Erhebungszeitpunkt der Intervention für hoch und niedrig Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte noch gleich: Bei negativen Erinnerungen war auch die Stimmung schlechter als bei nur schwach negativen Erinnerungen. Für niedrig Furchtmotivierte ändert sich diese Beziehung über den Behandlungszeitraum nicht: Probanden mit negativen Erinnerungen berichteten fortwährend über schlechtere Stimmung als Probanden mit nur schwach negativen Erinnerungen. Im Gegensatz dazu kehrte sich das Befundmuster bei den hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten nach dem ersten Mal Schreiben um: Hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte mit negativen selbstdefinierenden Erinnerungen verbesserten ihre Stimmung rapide von einer auf die nächste Woche und hielten diese positive Stimmung bis zum Ende des Behandlungszeitraumes aufrecht. Ihre Stimmung liegt von da an über der der hoch Furchtmotivierten mit nur schwach negativen Erinnerungen. Es sieht so aus, als hätte das einmalige Schreiben über ein wichtiges, emotional negatives Erlebnis sofort die Stimmung verbessert.

Dies passt zu der Annahme Pennebakers (1997), dass schon das einmalige Schreiben über wichtige Erlebnisse positiv auf das Befinden wirken kann. Pennebaker fand jedoch auch, dass Schreiben über traumatische Erlebnisse das unmittelbare Befinden zunächst einmal *verschlechterte*. Seine Probanden fühlten sich zunächst traurig und niedergeschlagen, bevor sich dann ihr Befinden verbesserte. Wir finden hingegen sofort eine *Stimmungsverbesserung*. Diese Nichtübereinstimmung könnte sich dadurch erklären, dass die Probanden Pennebakers über *traumatische* Erlebnisse - in denen beispielsweise auch ihr Leben in Gefahr war - berichteten, während unsere Probanden „nur“ über negative anchlussThematische Erinnerungen schrieben. Auch anchlussThematische Erinnerungen sind mit negativen Emotionen in der Gegenwart verbunden, die vermutlich aber nicht die Intensität erreichen wie die Emotionen zu traumatischen Ereignissen. Das Schreiben über anchlussThematische Erinnerungen dient als eine Entlastung, während traumatische Erinnerungen zunächst einmal die Stimmung belasten.

Unsere Hypothese, dass sich die Stimmung hoch Anschlussmotivierter verbessert und dass sie sich in dieser Stimmungsverbesserung von den niedrig Anschlussmotivierten unterscheiden, zeigte sich nur für hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte, die über besonders negative anchlussThematische Erlebnisse berichteten. Die Stimmungsverbesserung ist sozusagen für Probanden mit den anfänglich ungünstigsten Bedingungen

am besten nachzuweisen. Hoch Furchtmotivierte haben ein starkes Bedürfnis nach Anschluss, gleichzeitig steht ihnen jedoch ihre Furcht im Wege, und sie sind durch emotional negative vergangene Erfahrungen beeinträchtigt. Dies erinnert an die bereits erwähnte Untersuchung Pennebakers (1997), in der es auch die Probanden mit den ungünstigsten Voraussetzungen waren, die am meisten profitierten: je stärker die anfänglichen Beeinträchtigungen, desto mehr richtet die Intervention aus.

Wenn sich auch die Wirkung des Schreibens auf die Stimmung nur eingeschränkt findet, sprechen die Befunde dennoch für die Wirksamkeit unserer Intervention und für das Anschlussmotiv als Moderatorvariable: Schreiben über anschlussthematische Erinnerungen wirkt nur für hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte positiv auf das Befinden.

### ***Hypothese zum Modell (Modellhypothese IV)***

Neben den Hypothesen zur Intervention wird ebenfalls die Modellhypothese des Zusammenhangs der Motivkennwerte mit dem Befinden getestet. Da zwischen Motiv- und Befindensmessung auch hier mehrere Wochen liegen, bot sich der Versuch einer Replizierung der Befunde der ersten Untersuchung an. Da die Bedingungen, unter denen diese Kennwerte erhoben wurden, möglichst ähnlich sein sollten, wurden nur die Kontrollpersonen in die Analysen aufgenommen.

Wie auch in der ersten Untersuchung sollte auch hier höhere Furcht-vor-Zurückweisung mit schlechterem Befinden einhergehen und Hoffnung-auf-Anschluss mit gutem Befinden zusammenhängen. Hypothesenkonform korrelierte die Zurückweisungsfurcht mit Depressivität und Angst in vorhergesagter Richtung. Ein tendenzieller Zusammenhang findet sich auch mit der Neigung zur Somatisierung. Hoffnung-auf-Anschluss korrelierte nicht mit diesen Befindensmaßen. Die erwartete *positive* Beziehung von Hoffnung-auf-Anschluss und dem Befinden fand sich somit nur in der ersten Untersuchung, in der Hoffnung-auf-Anschluss positiv mit dem emotionalen Wohlbefinden korrelierte. Während Furcht-vor-Zurückweisung also mit einer ganzen Reihe unterschiedlicher Beeinträchtigungen verbunden ist, beschränkt sich die Beziehung der positiven Anschlussmotivkomponente auf das *emotionale* Befinden.

### *Zusammenfassung der Befunde*

Die Untersuchung bestätigt überwiegend die Hypothesen:

- Hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte gaben nach der Intervention signifikant weniger Angst und Depressivität an als vorher. Für niedrig Anschlussmotivierte fanden sich keine signifikanten Veränderungen.
- Die Intervention wirkt positiv auf das Befinden: Hoch Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte der Interventionsbedingung empfanden weniger Angst als hoch Anschlussmotivierte der Kontrollgruppe. Niedrig Anschlussmotivierte profitierten nicht von der Intervention.
- Die Annahme eines für hoch und niedrig Anschlussmotivierte unterschiedlichen Stimmungsverlaufs fand sich nur für Furcht-vor-Zurückweisung unter Berücksichtigung der Valenz der Erinnerung. Hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte mit starken negativen Erinnerungen gaben nach dem ersten Mal Schreiben positivere Stimmung an als hoch Furchtmotivierte mit schwach negativen Erinnerungen. Bei niedrig Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten ist der Zusammenhang von negativen Erinnerungen und Stimmungen umgekehrt: Negative Erinnerungen hängen hier mit negativer Stimmung zusammen.
- Neben den Befunden, die überwiegend für die Hypothesen sprechen, ergaben sich gleichzeitig auch zusätzliche Informationen. So profitierten niedrig Anschlussmotivierte nicht von einer Konfrontation mit anchluss-thematischen Erlebnissen, ihr Befinden wurde sogar beeinträchtigt. Dies muss bei der Planung weiterer Interventionsmaßnahmen berücksichtigt werden.

## KAPITEL 3

### RESÜMEE UND AUSBLICK

Als wir begannen, uns mit dem Anschlussmotiv zu beschäftigen, hatten wir die Idee, die in der Motivationspsychologie gängige Vorstellung einer Hierarchie von Motiven, Zielen und Verhalten (z.B. Murray, 1938; Emmons, 1989) auf das Anschlussmotiv zu übertragen und so zu modifizieren, dass sie den Besonderheiten dieses Motivs gerecht wird. Bei der gedanklichen Übertragung unter Berücksichtigung allgemeiner Verhaltensbeobachtungen entwickelte sich ein Modell, das spezifische Aussagen zur Selbstregulation durch Zielsetzungen für die beiden Motivkomponenten Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung formuliert und das, bis auf die hierarchische Anordnung von Motiv, Ziel und Verhalten, nicht mehr viele Gemeinsamkeiten mit bereits bestehenden motivationspsychologischen Modellen hatte.

Die hier vorliegende Arbeit stellt das hierarchische Anschlussmotivationsmodell vor und belegt anhand dreier Untersuchungen seine Gültigkeit. Neben der Überprüfung des Modells schwingt in allen Untersuchungen auch immer eine zweite Intention mit. Sie besteht darin, Unterschiede im Wohlbefinden Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter nachzuweisen. Der Nachweis gelang und veranlasste dazu, eine Interventionsmaßnahme zur Verbesserung des Befindens hoch Anschlussmotivierter vorzuschlagen und sie in einer vierten Untersuchung zu überprüfen. Die Untersuchungen zum Modell und die Interventionsstudie können getrennt voneinander betrachtet werden. So ist auch diese Arbeit in zwei Teile gegliedert:

In einem ersten Teil wird ein Modell vorgestellt, das von einer hierarchischen Ordnung von Motiven, Zielen und Verhalten ausgeht. Das abstrakte Motiv bildet verhaltensnahe Teilziele, die das Verhalten in seinem Sinne direkt regulieren (Nuttin, 1984). Übertragen auf das Anschlussmotiv bedienen sich Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte unterschiedlichster Ziele, um ihrem gemeinsamen endgültigen Motivziel nach positiven zwischenmenschlichen Beziehungen näher zu kommen. Entgegen der bisherigen Annahme einer Kongruenz von Motiv- und Zielrichtung (z.B. Atkinson, 1964; Elliot & Scheldon, 1997) gehen wir davon aus, dass Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte sich nicht entweder Annäherungs- oder Vermeidungsziele setzen, sondern beide Zieltypen verfolgen. Sie können so in komplexen sozialen Interaktionsprozessen angemessen und flexibel - vor allem im Sinne des übergeordneten Motivziels - handeln. Hoffnungs- und Furcht-

motiviert wählen situationsangemessen Annäherungs- und Vermeidungsziele, entweder, weil die Richtung des Ziels ihrer Motivrichtung entspricht - in diesem Fall sprechen wir von einem *grundsätzlichen* Ziel - oder aber, weil ein Teilziel auch als strategisches Mittel eingesetzt werden kann, um dem übergeordneten Ziel näher zu kommen - hier sprechen wir von einem *strategischen* Ziel.

Der Unterschied im Verhalten Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter liegt darin begründet, dass Furchtmotivierte ihre konkreten Ziele nicht effizient zur Selbstregulation nutzen. Spezifische, auf die soziale Situation zugeschnittene Zielsetzungen müssen aber wirksam werden, indem sie die Wahrnehmung, die Bewusstseinsinhalte und das Verhalten ausrichten, um im Sinne des Anschlussziels nützlich zu sein. Mit zwei Untersuchungen, in denen wir von uns entwickelte Methoden zur Erfassung zielbezogener Wahrnehmung, Bewusstseinsinhalte und zielbezogenen Verhaltens einsetzen, haben wir belegen können, dass Hoffnung-auf-Anschlussmotivierten im Gegensatz zu Furchtmotivierten tatsächlich die Selbstregulation durch Annäherungs- und Vermeidungsziele gelingt. Als Ursache der mangelhaften Zielumsetzung Zurückweisungsfürchtender haben wir die in sozialen Situationen entstehende Furcht angeführt, die Informationsverarbeitungsprozesse behindert (z.B. Eysenck & Calvo, 1992) und ebenso eine adäquate Selbstregulation Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter blockiert.

Das Defizit, Ziele nicht adäquat in Verhalten realisieren zu können, beeinträchtigt zudem das Befinden Furchtmotivierter. Sie erleben nicht nur in sozialen Situationen selbst Angst und Unbehagen, sondern berichten im allgemeinen Missbefinden, was wir in unserer ersten Untersuchung nachweisen konnten. Diese negativen Effekte der Zurückweisungsfurcht sind unabhängig von der Art der Zielsetzung. Es ist also nicht die Wahl eines meidenden Zieltypus, der negativ auf das Wohlbefinden wirkt, wie von einigen Autoren angenommen (z.B. Elliot et al., 1997), sondern die mangelnde Selbstregulation durch die Zielsetzung.

Im zweiten Teil dieser Arbeit wurde das Befinden ganz in den Vordergrund gestellt. Durch eine Interventionsmaßnahme gelang es, die Angst Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter zu reduzieren. Die Interventionsstudie beruht auf den grundlegenden Annahmen, dass aktuelle Anliegen mit gleichthematischen Erinnerungen zusammenhängen und dass das Schreiben über selbstdefinierende Erinnerungen positiv auf das Wohlbefinden wirkt. Durch das Schreiben wird ein Erlebnis zu einer vollständigen Geschichte konkretisiert und in seinem Informationsgehalt reduziert (Pennebaker, 1997). Unsere Interventionsstudie bestätigt die positiven Effekte des Schreibens auch für anslussthematische Ereignisse: Hoch Hoffnung-auf-

Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte berichten nach der Interventionsmaßnahme weniger Angst als hoch Anschlussmotivierte einer Kontrollgruppe und als niedrig Anschlussmotivierte. Die Valenz der selbstdefinierenden Erinnerungen spielt nur für die Stimmung hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter eine Rolle: Im Gegensatz zu niedrig Furchtmotivierten, deren negative Erinnerungen mit negativer Stimmung zusammenhängt, berichten hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte während des Behandlungszeitraumes trotz negativer Erinnerungen über positive Stimmung.

Sowohl die empirische Überprüfung des Modells als auch die Interventionsstudie waren erfolgreich. Wir haben nachweisen können, dass das Anschlussmotiv den Zusammenhang von Zielsetzungen und Verhalten und die Wirksamkeit der Intervention moderiert. In allen vier Studien wurde deutlich, dass die *Richtung* des Anschlussmotivs wichtig ist, um die Effektivität der Zielsetzungsstrategie und die Wirkungsweise der Intervention zu erklären. Zudem berücksichtigen alle Untersuchungen zusätzlich die *Intensität* der Ausprägungen von Hoffnung-auf-Anschluss und Furcht-vor-Zurückweisung. Während für hoch Anschlussmotivierte die Modell- und Interventionsannahmen weitestgehend Gültigkeit besitzen, gelten sie für niedrig Anschlussmotivierte nicht. Bei ihnen führen die Zielsetzungen zu einer Verhaltensregulation, die nicht dem Wunsch nach Anschluss entspricht, sondern dem Bedürfnis, negative Konsequenzen abzuwenden. Sie versuchen eine mögliche Zurückweisung ihrer Person, auf die sie erst durch die Instruktion aufmerksam gemacht werden, durch engagiertes Sozialverhalten zu verhindern. Die Konfrontation mit anschluss-thematischen Inhalten durch die Intervention führte bei ihnen sogar zu einem Anstieg von Angst. Sie werden zu der Auseinandersetzung mit einem Thema gezwungen, dass für ihre aktuellen Anliegen gar nicht von Bedeutung ist.

Für niedrig Anschlussmotivierte gelten die Annahmen des Modells und der Intervention also nicht einfach in schwächerer Form, sondern es gelten gänzlich andere Regeln. Eine differenzierte Betrachtung der Zusammenhänge von Zielsetzungen und Verhalten erfordert also die Berücksichtigung der *Richtung* und *Intensität* des Anschlussmotivs.

Während der Überprüfung der Hypothesen entstanden eine Reihe weiterer Ideen, die Gegenstand zukünftiger Untersuchungen sein könnten. Betrachten wir beispielhaft drei Vorschläge für weitere Untersuchungen.

Die grundlegende Annahme unseres Modells, dass Furcht in sozialen Situationen die Verhaltensregulation beeinträchtigt, wurde aus der Forschung zur Prüfungsangst abgeleitet (s. Hagtvet & Johnson, 1992). Hier sind es besorgniserregende Gedanken und

Misserfolgsbefürchtungen, die leistungshemmend wirken. Die Angst, von anderen in der eigenen *Leistung* negativ bewertet zu werden, ist der Angst, dass die eigene *Person* von anderen negativ beurteilt wird, ähnlich. Die Parallele ist zwar offensichtlich, jedoch nur durch wenige Untersuchungen empirisch gestützt (z.B. Arnold & Cheek, 1987). Um die Übertragung auf das Anschlussmotiv vollends zu rechtfertigen, bietet sich eine ergänzende Untersuchung an, die konkrete Zurückweisungsbefürchtungen direkt in den sozialen Situationen erfasst. Ähnlich wie in der Untersuchung Sokolowskis (1986), in der die Probanden während des Sozialszenarios auf operante Fragen unter anderem zu ihrem Befinden, ihren Gedanken und Erwartungen frei antworten konnten, könnten auch in unseren simulierten Sozialszenarien zusätzlich Gedankenstichproben Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter erhoben werden. So würde eine genauere Analyse gelingen, wie die furchtbezogenen Kognitionen aussehen und wann und wie sie auf konkrete Wahrnehmungs- und Verhaltensmaße Einfluss nehmen.

Die zweite Idee zum Modell ist eine thematisch umfangreichere Betrachtung sozialer Situationen. In unseren sozialen Szenarien haben wir uns bemüht, in erster Linie das Anschlussmotiv anzuregen. Dies scheint gelungen, da durch das zusätzlich erhobene Leistungs- und Machtmotiv das Verhalten nicht vorherzusagen war. Im Regelfall wird das Verhalten von Personen jedoch nicht nur durch *ein* Motiv bestimmt, zahlreiche andere Beweggründe sind ebenfalls relevant (McClelland, 1951). Das Ziel, mit seinen Arbeitskollegen eine gute Beziehung aufzubauen, kann zum Beispiel verfolgt werden, weil man auf der Suche nach Anschluss und positiven Sozialkontakten ist, aber auch, weil man sich durch das Bilden von sozialen Netzwerken andere Vergünstigungen, wie Unterstützung bei der Arbeit, verspricht oder weil man sich Gelegenheiten schaffen möchte, sozialen Einfluss auszuüben. Vielleicht sind auch zwei oder alle drei Beweggründe gleichzeitig wirksam. Wir könnten die von uns entwickelte und in den Untersuchungen als erfolgreich erwiesene Szenarientechnik weiter ausbauen, indem wir sie multithematisch gestalten, zusätzlich andere Motive miteinbeziehen und Motivkombinationen berücksichtigen.

Ein weiterer Vorschlag für eine Untersuchung verknüpft die Interventionsmaßnahme direkt mit den Modellannahmen. In unserer letzten Untersuchung konnten wir die Angst Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter über den Interventionszeitraum reduzieren. Wir könnten nun annehmen, dass der Angstrückgang auch spezifisch die Zurückweisungsfurcht betrifft. Wenn hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte in sozialen Situationen eine weniger starke Zurückweisungsfurcht empfinden würden, sollte auch der Verhaltensregulation durch Zielsetzungen weniger im Wege stehen. Um dies zu überprüfen, bedarf es einer Untersuchung

mit drei zeitlichen Abschnitten. In einem ersten Schritt müsste eine Basismessung stattfinden, die die Befunde zum Modell repliziert: Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte sollten die Zielsetzungen unmittelbar zur Wahrnehmungs- und Verhaltensregulation nutzen können, Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte nicht. Der zweite Schritt bestünde in einer Interventionsmaßnahme, die im Vergleich zu einer Kontrollgruppe wieder angstreduzierend wirken sollte. Nach der Intervention müsste überprüft werden, ob die Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierten nun den Zielsetzungen angemessener Wahrnehmungs- und Verhaltensmuster zeigen. Wenn sie ihre Ziele nach der Intervention besser zur Selbstregulation nutzen können als die Furchtmotivierten einer unbehandelten Kontrollgruppe und besser als zuvor bei der Basismessung, betrifft die Intervention nicht nur eine allgemeine Angst, sondern unmittelbar die Furcht in sozialen Situationen. Der Vergleich einer vor und nach der Intervention angestellten Motivmessung sollte dann eine Reduktion der Furcht-vor-Zurückweisung erkennen lassen.

## ZUSAMMENFASSUNG

Diese Arbeit zum Anschlussmotiv besteht aus zwei Teilen. Der erste Teil beinhaltet die Überprüfung eines hierarchischen Anschlussmotivationsmodells, das Unterschiede Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter in der Selbstregulation durch Zielsetzungen annimmt. Neben dem theoretischen Beitrag zur Anschlussmotivationsforschung soll ebenfalls ein methodischer Beitrag geleistet werden: Mit der Registrierung von Verhalten in simulierten Sozialszenarien, der Erfassung von Blickfixationen auf anschlussthematisches Bildmaterial und mit der Analyse motivthematischer Geschichten werden Methoden vorgestellt und überprüft, die valide anschlussthematische Wahrnehmungs- und Verhaltensmaße zu messen erlauben. Der zweite Teil der Arbeit stellt eine Interventionsmaßnahme vor, die das Befinden Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter verbessern soll. Fassen wir nacheinander die Modell- und Interventionshypothesen und die Ergebnisse ihrer empirischen Überprüfungen zusammen.

Unser Modell setzt voraus, dass sich Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte in sozialen Interaktionen annähernde *und* vermeidende Ziele setzen (Prämisse). Eine flexible Wahl konkreter Ziele, die direkt auf die Anforderungen der sozialen Situationen gemünzt sind, dient dem übergeordneten Motivziel Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierter nach harmonischen Beziehungen weit mehr als eine starre Zielsetzungsstrategie mit entweder Annäherungs- *oder* Vermeidungszielen. Eine erste Untersuchung findet dies bestätigt: Hoffnung-auf-Anschluss- und Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte setzen sich gleichermaßen Annäherungs- *und* Vermeidungsziele. Dennoch unterscheiden sie sich in der Angemessenheit sozialen Verhaltens. Wir erklären dies so, dass Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte ihre Zielsetzungen nicht zur Selbstregulation nutzen können (Modellhypothese II), weil Furcht entsteht, die die Umsetzung der Ziele blockiert. Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte hingegen richten sich an ihrer aktuellen Zielsetzung aus. Sie nehmen soziale Situationen im Sinne des Ziels wahr, setzen sich gedanklich mit ihr auseinander und initiieren schließlich zielkongruentes Verhalten.

Um diese Annahmen überprüfen zu können, haben wir Methoden zur realistischen Erfassung von Wahrnehmungs-, Bewusstseins- und Verhaltensmaßen entwickelt, die sich in anschließenden Untersuchungen bewährten: Wir operationalisierten die Wahrnehmung durch Blickfixationen auf anschlussthematische Szenarien und maßen die kognitive Beschäftigung mit dem Ziel durch Inhaltsanalysen anschlussthematischer Geschichten. In einer anderen Untersuchung haben wir mit Hilfe eines am PC simu-

lierten Sozialszenarios die Übereinstimmung des Verhaltens mit der Richtung der Zielsetzung überprüft. Wir maßen die von den Probanden gewählte Bewegungsrichtung in einzelnen sozialen Szenarien und die Verweildauer in zielrelevanten oder irrelevanten Situationen. Beide Untersuchungen bestätigen die Hypothesen: Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte blickten, äußerten Inhalte und verhielten sich anders, je nachdem ob sie ein Annäherungs- oder ein Vermeidungsziel verfolgten. Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte richteten hingegen weder ihre Wahrnehmung noch ihre Gedanken oder ihr Verhalten an der aktuellen Zielsetzung aus. Die Verhaltensregulation durch konkrete Teilzielsetzungen gelingt ihnen nicht.

Hieraus leitet sich eine weitere Modellhypothese ab: Aufgrund der Defizite in der Verhaltensregulation sollten Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte nur geringe Fortschritte bei ihren Zielen erreichen, Hoffnung-auf-Anschlussmotivierte müssten über große Zielfortschritte berichten (Modellhypothese I). Diese Annahme konnte nicht bestätigt werden, wofür wir theoretische Schwierigkeiten bei der Operationalisierung von Zielerfolgen verantwortlich machen.

Drei der insgesamt vier Untersuchungen trugen zur Bestätigung einer vierten Hypothese bei, nach der Furcht-vor-Zurückweisung mit beeinträchtigtem Wohlbefinden zusammenhängt (Modellhypothese IV). Unabhängig davon, ob Furchtmotivierte anslussthematische Annäherungs- oder Vermeidungsziele verfolgten, berichteten sie über schlechtes emotionales Befinden, über Depressivität, Angst in sozialen Situationen und über Somatisierungssymptome. Nicht die Richtung der Zielsetzung wirkt negativ auf das Befinden, sondern das Versagen, situationsspezifische Ziele in Verhalten umzusetzen. Im Umkehrschluss sollte sich das Wohlbefinden steigern, wenn die Effektivität der Zielumsetzung zunimmt.

Mit der Verbesserung des Befindens befasst sich der zweite Teil dieser Arbeit. Hier bringen wir gegenwärtige Bedürfnisse und negative Erfahrungen miteinander in Verbindung und leiten aus einer erfolgreichen Interventionsmaßnahme zur Befindensverbesserung (Pennebaker, 1997) eine Intervention konkret für hoch Anschlussmotivierte ab: Durch das Niederschreiben wichtiger selbstdefinierender Erinnerungen werden emotionale Ereignisse konkretisiert, anders repräsentiert und so verarbeitet. Es werden Ressourcen freigesetzt, was sich positiv auf das Befinden auswirkt. Hoch Anschlussmotivierte, für die anslussthematische Erinnerungen auch gegenwärtig von Bedeutung sind und die sich über den Prozess des Schreibens mit diesen auseinandersetzen, sollten nach einigen Wochen des Schreibens über geringere Angst, Depressivität und weniger Somatisierungssymptome berichten als vorher (Interventionshypothese I), sollten besseres Befinden angeben als hoch Anschlussmotivierte einer nicht schreiben-

den Kontrollbedingung und als niedrig Anschlussmotivierte beider Bedingungen (Interventionshypothese II). Zudem nehmen wir an, dass sie während des Interventionszeitraumes positiverer Stimmung sind als niedrig Anschlussmotivierte (Interventionshypothese III). In unserer Interventionsstudie schrieben ein Teil der Probanden über einen Zeitraum von 8 Wochen über anschluss thematische selbstdefinierende Erinnerungen, während ein anderer Teil der nicht schreibenden Kontrollbedingung zugeordnet wurde. Unsere Hypothesen bestätigten sich größtenteils: Hoch Anschlussmotivierte berichteten über geringere Angst und Depressivität als vor der Intervention und sie gaben weniger Angst an als hoch Anschlussmotivierte der Kontrollbedingung. Die negative Valenz der Erinnerung spielte für die Wirkung der Intervention nur für hoch Furcht-vor-Zurückweisungsmotivierte eine Rolle. Im Vergleich zu niedrig Furchtmotivierten, bei denen eine negative Erinnerungsvalenz auch eine schlechte Stimmung bedeutete, berichteten sie nach dem ersten Mal Schreiben über ihre anschluss thematischen Erinnerungen sofort eine deutliche Stimmungsverbesserung, die sie bis zum Ende des Behandlungszeitraumes hielten und die sogar höher als die der hoch Furchtmotivierten mit schwach negativen Erinnerungen lag.

In den vier Untersuchungen zum Modell und zur Intervention fanden sich auch unerwartete Befunde. Besonders hervorzuheben sind die Ergebnisse zu den niedrig Anschlussmotivierten. Zwei Untersuchungen fanden, dass sie sich nicht nach ihrer Zielsetzung richteten, sondern statt dessen eine Verhaltens- und Wahrnehmungsregulation *entgegen* der Zielsetzung zeigten. Sie verhielten sich bei einem Annäherungsziel also vermeidend und bei einem Vermeidungsziel aufsuchend. Wir erklärten dies so, dass das Erreichen eines Annäherungsziels für sie keinen hohen Wert besitzt und es so in konkreten sozialen Situationen an Energie zu dessen Umsetzung fehlt. Ein Vermeidungsziel hingegen weckt erst die Idee einer Zurückweisung, die auch sie als Bedrohung erleben und die sie durch verstärktes soziales Engagement zu vermeiden versuchen. In der Interventionsstudie findet sich ein Befund, der zu dieser Interpretation passt. Niedrig Anschlussmotivierte, für die gegenwärtig Anschluss thematik gar nicht von Bedeutung ist, werden durch die Aufforderung, anschluss thematische Erinnerungen aufzuschreiben, erst auf emotionale Erlebnisse aufmerksam gemacht, die kognitive Ressourcen binden, anstatt sie - wie bei den hoch Anschlussmotivierten - freizusetzen. Statt einer Angstreduktion kommt es entgegengesetzt zu einem Anstieg von Angst.

Die bestätigten Hypothesen sprechen für unser hierarchisches Anschlussmotivationsmodell und für die Wirksamkeit der Interventionsmaßnahme. Die positiven Resultate

mit den von uns entwickelten Methoden zur Erfassung anchluss-thematischer Wahrnehmungs- und Verhaltensmaße sprechen dafür, dass sich eine Präzisierung und Erweiterung der Vorgehensweisen lohnt.

## Literatur

- Aiken, L. & West, S. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, NJ: Sage.
- Ainsworth, M. D. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 709-716, 709-716.
- Arnold, A. P. & Cheek, J. M. (1986). Shyness, self-preoccupation and the Stroop color and word test. *Personality and Individual Differences*, 7, 571-573.
- Atkinson, J. W. (1957). Motivational determinants of risk-taking behavior. *Psychological Review*, 64, 359-372.
- Atkinson, J. W. (1964). *An introduction to motivation*. Princeton, N.J.: van Nostrand.
- Atkinson, J. W., Heyns, R. W. & Veroff, J. (1954). The effect of experimental arousal of the affiliation motive on thematic apperception. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 49, 405-410.
- Atkinson, J. W., Litwin, G.H. (1960). Achievement motive and test anxiety conceived as motive to approach success and motive to avoid failure. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 60, 52-63.
- Atkinson, J. W. & McClelland, D. C. (1948). The projective expression of needs. II. The effect of different intensities of the hunger drive on thematic apperception. *Journal of Experimental Psychology*, 38, 643-658.
- Atkinson, J. W. & Raphelson, A. C. (1956). Individual differences in motivation and behavior in particular situations. *Journal of Personality*, 24, 351-363.
- Atkinson, J. W. & Walker, E. L. (1956). The affiliation motive and perceptual sensitivity to faces. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 53, 38-41.
- Bandura, A. (1989). Self-regulation of motivation and action through internal standards and goal systems. In L. A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology* (pp. 19-85). Hillsdale: NJ: Erlbaum.
- Bargh, J. A. & Chartrand, T. L. (1999). The unbearable automaticity of being. *American Psychologist*, 54, 461-479.
- Barlow, D. H. (1988). Current models of panic disorder and a view from emotion theory. In A. J. Fances & R. E. Hales (Eds.), *American psychiatric press review of psychiatry*. Washington, D.C.: American Psychiatric Press.

- Bischof, N. (1985). *Das Rätsel Ödipus*. München: Piper.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment (Attachment and loss)* (Vol. 1). New York: Basic Books.
- Boyatzis, R. E. (1972). *A two factor theory of affiliation motivation*. Harvard University: Unpublished doctoral dissertation.
- Boyatzis, R. E. (1973). Affiliation motivation. In D. C. McClelland & R. S. Steele (Eds.), *Human motivation: a book of readings* (pp. 252-276). Morriston: NJ: General learning press.
- Bruch, M. A. (1996). Cognitive interference and social interaction: the case of shyness and nonassertiveness. In I. B. Weiner (Ed.), *Personality and clinical psychology series. Cognitive interference*. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Bruner, J. & Goodman, C. (1947). Value and need as organizing factors in perception. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 47, 33-44.
- Bruner, J. S. & Postman, L. (1947). Emotional selectivity in perception and reaction. *Journal of Personality*, 16.
- Bruning, J. L., Capage, J. E., Kozuh, G. F., Young, P. F. & Young, W. E. (1968). Socially induced drive and range of cue utilization. *Journal of Personality and Social Psychology*, 9, 242-244.
- Brunstein, J. C. (1993). Personal Goals and subjective well-being: a longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65 (5), 1061-1070.
- Brunstein, J. C. (1995). *Motivation nach Mißerfolg. Die Bedeutung von Commitment und Substitution*. Göttingen: Hogrefe.
- Brunstein, J. C., Lautenschläger, U., Nawroth, B., Pöhlmann, K. & Schultheiß, O. (1995). Persönliche Anliegen, soziale Motive und emotionales Wohlbefinden. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 16 (1), 1-10.
- Brunstein, J. C. & Maier, G. W. (1996). Persönliche Ziele: Ein Überblick zum Stand der Forschung. *Psychologische Rundschau*, 47, 146-160.
- Brunstein, J. C., Schultheiss, O. C. & Grässmann, R. (1998). Personal Goals and emotional well-being: The moderating role of motive dispositions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75 (2), 494-508.
- Buss, D.M. (1991). Evolutionary personality psychology. *Annual Review of Psychology*, 42, 459-491.
- Byrne, D. (1961). Anxiety and the experimental arousal of affiliation need. *Journal of*

*Abnormal and Social Psychology*, 63, 660-662.

Byrne, D., McDonald, R. D. & Mikawa, J. (1963). Approach and avoidance affiliation motives. *Journal of Personality*, 31, 21- 37.

Cacioppo, J. T., Priester, J. R. & Berntson, G. G. (1993). Rudimentary determinants of attitudes: Arm flexion and extension have differential effects on attitudes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 5-17.

Calvin, A. D., Koons, P. B., Bingam, J. L. & Fink, H. H. (1953). A further investigation of the relationship between manifest anxiety and intelligence. *Journal of Consulting Psychology*, 19, 280-282.

Cameron, L. D. & Nicholls, G. (1998). Expression of stressful experiences through writing: Effects of a self- regulation manipulation for pessimists and optimists. *Health Psychology*, 17, 84- 92.

Cantor, N. (1994). Life task problem solving: Situational affordances and personal needs. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 235-243.

Cantor, N. & Zirkel, S. (1990). Personality, cognition, and purposive behavior. In A. Per-  
vin (Ed.), *Handbook of personality theory and research*. Guilford Press.

Carver, C. (1996). Some ways in which goals differ and some implications of these differ-  
ences. In P. Gollwitzer & J. Bargh (Eds.), *The psychology of action: Linking cognition  
and motivation to behavior* (pp. 645-672). New York: Guilford.

Carver, C. S. & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. Cambridge:  
Cambridge University Press.

Chen, M. & Bargh, J. A. (1999). Consequences of automatic evaluation: Immediate be-  
havioral predispositions to approach or avoid the stimulus. *Personality and Social Psy-  
chology Bulletin*, 25, 215-224.

Coates, E., Janoff-Bulman, R. & Alpert, N. (1996). Approach and avoidance goals:  
Differences in self-evaluation and well-being. *Personality and Social Psychology Bul-  
letin*, 22, 1057-1067.

Cohen, J. & Cohen, P. (1983). Applied multiple regression/ correlation analysis for the  
behavioral sciences. In *2nd edition*. Hillsdale: NJ: Erlbaum.

Constantian, C. A. (1981). *Attitudes, beliefs, and behavior in regard to spending time  
alone*. Harvard University, Department of Psychology and Social Relations: Unpub-  
lished doctoral dissertation.

- Conway, M. A. & Pleydell-Pearce, C. (2000). The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*, 107 (2), 261-288.
- Conway, M. A., Rubin, D. C., Spinnler, H. & Wagenaar, E. W. A. (1992). *Theoretical perspectives on autobiographical memory*. Dordrecht: Kluwer Academic.
- Corteen, R. S. & Wood, B. (1972). Autonomic responses to shock-associated words in an unattended channel. *Journal of Experimental Psychology*, 94, 308-313.
- Crowne, D. P. & Marlow, D. (1964). *The approval motive*. New York: Wiley.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper & Row.
- Darke, S. (1988). Anxiety and working memory capacity. *Cognition and Emotion*, 2, 145-154.
- Davidson, R. J., Ekman, P., Saron, C., Senulis, J. & Friesen, W. V. (1990). Approach/withdrawal and cerebral asymmetry: Emotional expression and brain physiology: I. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 330-341.
- Deci, E. L. (1971). Effects on externally-mediated rewards on intrinsic motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 18, 105-115.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. In R. A. Dienstbier (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation* (pp. 237-288). Lincoln: University of Nebraska Press.
- DePaulo, B. M. & Tang, J. (1994). Social anxiety and social judgment: The example of detection deception. *Journal of Research in Personality*, 28, 142-153.
- DeSteno, D. & Salovey, P. (1997). Structural dynamism in the concept of self: A flexible model for a malleable concept. *Review of General Psychology*, 1, 389-409.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1), 71-75.
- Durham, W. H. (1991). *Coevolution: genes, culture, and human diversity* (Vol. XXXII). Stanford, Calif.: Stanford University Press.
- Early, P. C. & Kanfer, R. (1985). The influence of component participation and role models on goal acceptance, goal satisfaction and performance. *Organizational Behavior*

*and Human Decision Process*, 36, 378-390.

- Easterbrook, J. A. (1959). The effect of emotion on cue utilization and the organization of behavior. *Psychological Review*, 66, 183-201.
- Edwards, A. L. (1959). *Manual for the Edwards preference schedule*. New York: Psychological Corporation.
- Elliot, A. J. & Church, M. A. (1997). A hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72 (1), 218 - 232.
- Elliot, A. J. & Harackiewicz, J. (1996). Approach and avoidance achievement goals and intrinsic motivation: A mediational analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 461-475.
- Elliot, A. J. & McGregor, H. A. (1999). Test anxiety and the hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76 (4), 628-644.
- Elliot, A. J. & Sheldon, K. M. (1997). Avoidance achievement motivation: A personal goals analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 171-185.
- Elliot, A. J. & Sheldon, K. M. (1998). Avoidance personal goals and the personality-illness relationship. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75 (5), 1282-1299.
- Elliot, A. J., Sheldon, K. M. & Church, L. A. (1997). Avoidance personal goals and subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23 (9), 915-927.
- Elliot, A. J. & Thrash, T. M. (2002). Approach-avoidance motivation in personality: Approach and avoidance temperaments and goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (5), 804-818.
- Emde, R.N. (1982). *The development of attachment and affiliative systems*. NJ: Plenum.
- Emmons, R. A. (1986). Personal Strivings: An approach to personality and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (5), 1058-1068.
- Emmons, R. A. (1989). The personal striving approach to personality. In L. A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology* (pp. 87-126). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Emmons, R. A. (1991). Personal Strivings, daily life events, and psychological and physical well-being. *Journal of Personality*, 59 (3), 453-472.
- Emmons, R. A. & Colby, P. M. (1995). Emotional conflict and well-being: Relation to

perceived availability, daily utilization, and observer reports of social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68 (5), 947-959.

Emmons, R. A. & McAdams, D. P. (1991). Personal strivings and motive dispositions: exploring the links. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17 (6), 648-654.

Exline, R.V. (1962). Need affiliation and initial communication behavior in problem-solving groups characterized by low interpersonal visibility. *Psychological Reports*, 10 (1), 79-89.

Eysenck, M. W. & Calvo, M. G. (1992). Anxiety and performance: The processing efficiency theory. *Cognition and Emotion*, 6, 409-434.

Feeney, J. & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58 (2), 281-292.

Findlay, J. M., Walker, R. & Kentridge, R. W. (Eds.). (1995). *Eye movement research: mechanism, processes and applications*. Amsterdam: North Holland.

Fisher, D. F., Monty, R. A. & Senders, J. W. (Eds.). (1981). *Eye movements: cognition and visual perception*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.

Fiske, S.T. & Taylor, S.E. (1991). *Social cognition* (2.Aufl.). New York: McGraw-Hill.

Fliegel, S. (1994). *Verhaltenstherapeutische Standardmethoden*. Weinheim: Beltz: Psychologie Verlags Union.

Fortier, M. S., Vallerand, R. J. & Guay, F. (1995). Academic motivation and school performance: Toward a structural model. *Contemporary-Educational-Psychology*, 20 (3), 257-274.

Franke, G. (1995). *Die Symptom-Checkliste von Derogatis - deutsche Version - Manual*. Beltz Test.

French, E. G. (1955). Some characteristics of achievement motivation. *Journal of Experimental Psychology*, 50, 232-236.

French, E. G. (1956). Motivation as a variable in work partner selection. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 3, 96-99.

French, E. G. (1958). Development of a measure of complex motivation. In J. W. Atkinson (Ed.), *Motives in fantasy, action and society*. Princeton: NJ: Van Nostrand.

French, E. G. & Chadwick, I. (1956). Some characteristics of affiliation motivation. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 52, 296-300.

- Freud, S. (1920). *Jenseits des Lustprinzips* (Vol. XIII, pp. 1-69). London: Imago, 1947.
- Fries, S., Lund, B. & Rheinberg, F. (1999). Lässt sich durch gleichzeitige Motivförderung das Training des induktiven Denkens optimieren? *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie*, 13, 37-49.
- Gilchrist, J. C. & Nesberg, L. S. (1975). Need and perceptual change in need-related objects. *Journal of Experimental Psychology*, 44, 369-376.
- Gollwitzer, P. M. (1996). Das Rubikonmodell der Handlungsphasen. In J. Kuhl & H. Heckhausen (Hrsg.), *Enzyklopädie der Psychologie, Motivation und Emotion, Bd. 4 Motivation, Volition und Handlung* (pp. 531-582). Göttingen: Hogrefe.
- Gollwitzer, P. M. (1999). Implementation intentions: Strong effects of simple plans. *American Psychologist*, 54 (7), 493-503.
- Gollwitzer, P. M., Heckhausen, H. & Steller, B. (1987). *Motivational and volitional mindsets: Cognitive tuning toward deliberative versus implemental issues*. München: Max-Planck-Institut für psychologische Forschung.
- Gray, J. A. (1987). *The psychology of fear and stress (2nd ed.)*. Cambridge: University Press.
- Hagtvet, K. A. & Johnsen, T. B. (1992). *Advances in test anxiety research (Vol.7)*. Amsterdam: Swets & Zeitlinger.
- Hall, R. J., Rosenberger, M. A. & Monty, R. A. (1974). Cutaneous perception of heroin addicts: Evidence of an altered temporal process. *Bulletin of the Psychosomatic Society*, 3, 352-354.
- Hartung, J. & Schulte, D. (1994). Action and state orientation during therapy of phobic disorders. In J. Kuhl & J. Beckmann (Eds.), *Volition and personality: Action versus state orientation*. Göttingen/Seattle: Hogrefe.
- Hautzinger, M. (1994). Action control in the context of psychopathological disorders. In J. Kuhl & J. Beckmann (Eds.), *Volition and Personality: Action versus state orientation* (pp. 209-215). Seattle: Hogrefe.
- Hazan, C. & Shaver, P.R. (1994a). Deeper into attachment theory. *Psychological Inquiry*, 5, 68-79.
- Hazan, C. & Shaver, P.R. (1994b). Attachment as an organizational framework for research on close relationship. *Psychological Inquiry*, 5, 1-22.

- Heckhausen, H. (1989). *Motivation und Handeln*. Berlin: Springer.
- Heckhausen, H., Gollwitzer, P.M. (1987). Thought contents and cognitive functioning in motivational vs. volitional states of mind. *Motivation und Emotion*, 11, 101-120.
- Heckhausen, H., Gollwitzer, P. M. & Weinert, F. E. (1987). *Jenseits des Rubikons: Der Wille in den Humanwissenschaften*. Berlin: Springer.
- Hembree, R. (1988). Correlates, causes, effects, and treatment of test anxiety. *Review of Educational Research*, 58, 47-77.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: a theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319-340.
- Higgins, E. T. (1997). Beyond pleasure and pain. *American Psychologist*, 52, 1280-1300.
- Hoelscher, T. J., Klinger, E. & Barta, S. G. (1981). Incorporation of concern- and non-concern-related verbal stimuli into dream contents. *Journal of Abnormal Psychology*, 49, 88-91.
- Holmes, A. & Conway, M.A. (1999). Generation identity and the reminiscence bump: Memories for public and private events. *Journal of Adult Development*, 6, 21-34.
- Hull, C. L. (1943). *Principles of behavior*. New York: Appleton - Century- Crofts.
- Izard, C. E. (1977). *Human emotions*. New York: Plenum.
- Jackson, D. N. (1967). *Manual for the Personality Research Form*. Goshen: Research Psychology Press.
- James, W. (1890). *The principles of psychology* (Vol. 2). New York: Holt.
- King, L. A. (1995). Wishes, motives, goals and personal memories: relations of measures of human motivation. *Journal of Personality*, 63 (4).
- Klinger, E. (1971). *Structure and functions of fantasy*. New York: Wiley.
- Klinger, E. (1975). Consequences of commitment to and disengagement from incentives. *Psychological Review*, 82, 1-25.
- Klinger, E. (1977). *Meaning and void. Inner experience and incentives in peoples live*. Minnesota: University of Minnesota Press.
- Klinger, E. (1996). *The contents of thoughts: Interference as the downside of adaptive normal mechnismen in thought flow* (pp. 3-23). Mahaw, N.J: Lawrence Erlbaum Association.

- Klinger, E., Barta, S. G. & Maxeiner, M. (1980). Motivational correlates of thought content frequency and commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 6, 1222-1237.
- Koestner, R., Hellman, C., Budd, M., Borysenko, J. Z., Weinberger, J. & McClelland, D. C. (1988). *Affiliative trust and health improvement in response to a stress reduction program*. McGill University, Department of Psychology, Montreal, Canada: Unpublished manuscript.
- Kosslyn, S.M., Cacioppo, J.T., Davidson, R.J., Hugdahl, K., Lovallo, W.R., Spiegel, D. & Rose, R. (2002). Bridging psychology and biology. The analysis of individuals in groups. *American Psychologist*, 57 (5), 341-351.
- Krug, S. & Hanel, J. (1976). Motivänderung: Erprobung eines theoriegeleiteten Forschungsprogramms. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 8, 274-287.
- Krug, S. & Lecybyl, R. (1999). Die Wirkung experimentell variierten Lehrerverhaltens auf Unterrichtswahrnehmung, Lernbereitschaft und Leistung von Schülern. In F. Rheinberg & S. Krug (Eds.), *Motivationsförderung im Schulalltag*. Hogrefe.
- Kuhl, J. (1998). Wille und Persönlichkeit: Funktionsanalyse der Selbststeuerung. *Psychologische Rundschau*, 49, 61-77.
- Kurosawa, K. & Harackiewicz, J. (1995). Test anxiety, self-awareness, and cognitive interference: A process analysis. *Journal of Personality*, 63(4), 931-951.
- Lang, P.J. (1980). Behavioral treatment and bio-behavioral assessment: Computer Applications. In J. H. Johnson & T. A. Williams (Ed.), *Technology in mental health and care delivery systems* (pp. 119-137). Norwood, NJ: Ablex.
- Langens, T. A. (2002). *Tagträume, Anliegen und Motivation*. Göttingen: Hogrefe.
- Langens, T. A. & McClelland, D. C. (1997). Implicit motives, explicit motives and emotional well-being. *Poster presented at the 105th Convention of the American Psychological Association*.
- Lansing, J. B. & Heyns, R. W. (1959). Need for affiliation and four types of communication. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 58, 365-372.
- Laufen, A. (1967). *Validierungsschlüssel des TAT- Verfahrens zur Erhebung der Anschlussmotivation*. Bochum: Psychologisches Institut der Ruhr-Universität: Unveröffentlichte Dissertation.

- Lawrence, P.R. & Lorsch, J.W. (1967). New management job: The integrator. *Harvard Business Review*, 45 (6), 142-151.
- Leon, M. R. & Revelle, W. (1985). Effects of anxiety on analogical reasoning: A test of three theoretical models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 1302-1315.
- Levine, R., Chein, I. & Murphy, G. (1942). The relation of the intensity of a need to the amount of perceptual distortion. *Journal of Psychology*, 13, 283-293.
- Lewin, K. (1931). *Die psychologische Situation bei Lohn und Strafe*. Leipzig: Hirzel.
- Lewin, K. (1935). *A dynamic theory of personality*. New York: McGraw Hill.
- Lewin, K. (1946). Behavior and development as a function of the total situation. In L. Carmichael (Ed.), *Manual of child psychology*. New York: Wiley.
- Liebert, R. M. & Morris, L. W. (1967). Cognitive and emotional components of test anxiety: A distinction and some initial data. *Psychological Bulletin*, 20, 975-978.
- Little, B. (1983). Personal projects: A rationale and method for investigation. *Environment and Behavior*, 15, 273-309.
- Little, B. (1989). Personal projects analysis: Trivial pursuit, magnificent obsessions, and the search for coherence. In D. Buss & N. Cantor (Eds.), *Personality psychology: Recent trends and emerging directions* (pp. 15-31). New York: Springer-Verlag.
- Litwin, G. H. (1970). Climate and motivation: An experimental study. In D. A. Kolb, I. M. Rubin & J. M. Intyre (Eds.), *Organizational psychology* (pp. 109-122). Englewood Cliffs.
- Locke, E. A. & Latham, G. P. (1984). *Goal setting: A motivational technique that works*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Locke, E. A. & Latham, G. P. (1990). *A theory of goal setting and task performance*. Englewood Cliffs: NJ: Prentice Hall.
- Ludwig, R. P. & Lazarus, P. J. (1983). Relationship between shyness in children and constricted cognitive control as measured by the Stroop Color-Word Test. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51, 386-389.
- Lundy, A. C. (1981). *Situationally evoked schema sets in TAT-based research: A cognitive explanation for differential TAT validity*. Harvard University: Unpublished Doctoral Dissertation.
- Luria, A. R. & Vinogradova, O. S. (1959). An objective investigation of the dynamics of semantic systems. *British Journal of Psychology*, 50, 89-105.

- Mandler, G. & Sarason, S. B. (1952). A study of anxiety and learning. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 47, 166- 173.
- Maslow, A. (1954). *Motivation and Personality*. New York: Harper.
- Mayr, E. (1974). Behavior programs and evolutionary strategies. *American Scientist*, 62, 650-659.
- McAdams, D. P. (1982). Intimacy motivation. In A. J. Stewart (Ed.), *Motivation and society* (pp. 133-171). San Francisco: Jossey-Bass.
- McAdams, D. P., Hoffman, B. J., Mansfield, E. D. & Day, R. E. (1996). Themes of agency and communion in significant autobiographical scenes. *Journal of Personality*, 64, 339-377.
- McArthur, L.Z. (1981). What grabs you? The role of attention in impression formation and causal attribution. In E. T. Higgins, C. P. Herman & M. P. Zanna (Eds.), *Social Cognition: The Ontario Symposium* (Vol. 1, pp. 201-246). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- McClelland, D. C. (1951). *Personality*. New York: Dryden Press.
- McClelland, D. C. (1971). *Assessing human motivation*. Morristown: NJ: General learning press.
- McClelland, D. C. (1979). Inhibited power motivation and high blood pressure in men. *Journal of Abnormal Psychology*, 88, 182-190.
- McClelland, D. C. (1985). How motives, skills, and values determine what people do. *American Psychologist*, 40 (7), 812-825.
- McClelland, D. C. (1987). *Human Motivation*. Cambridge: Cambridge University Press.
- McClelland, D. C., Alexander, C. & Marks, E. (1982). The need for power, stress, immune function and illness among male prisoners. *Journal of Abnormal Psychology*, 91 (1), 61-70.
- McClelland, D. C., Atkinson, J. W., Clark, R. A. & Lowell, E. L. (1953). *The achievement motive*. New York: Appleton- Century-Crofts.
- McClelland, D. C., Constantian, C., Pilon, D. & Stone, C. (1982). Effects of child-rearing practices on adult maturity. In D. C. McClelland (Ed.), *The development of social maturity*. New York: Irvington.
- McClelland, D. C. & Kirshnit, C. (1982). *Effects of motivational arousal on immune function*. Harvard University, Department of psychology and social relations: Unpublished manuscript.

- McClelland, D. C., Koestner, R. & Weinberger, J. (1989). How do self-attributed and implicit motives differ? *Psychological Review*, 96 (4), 690-702.
- McClelland, D. C., Patel, V. Stier, D. & Brown, D. (1987). The relationship of affiliative arousal to dopamine release. *Motivation and Emotion*, 11, 51-66.
- McClelland, D. C. & Pilon, D. A. (1983). Sources of Adult motives in patterns of parent behavior in early childhood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44 (3), 564-574.
- McDougall, W. (1908). *An introduction to social psychology*. London: Methuen.
- McDougall, W. (1928). *Grundlagen einer Sozialpsychologie*. Jena: Fischer.
- McKay, J. (1987). *Trust vs. cynism: The relationship of affiliative orientation to immuno-competence and illness frequency*. Harvard University, Cambridge, MA.: Unpublished doctoral dissertation.
- McKeachie, W. J. (1961). Motivation, teaching methods, and college learning. In M. R. Jones (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation*. Lincoln: University of Nebraska Press.
- McNair, D. M., Lorr, M., Dropplemann, L. F., Biehl, B., Dangel, S. (1981). Profile of Mood States. Ein Verfahren zur Messung von Stimmungszuständen. Selbstbeurteilungsskala. Deutsche Bearbeitung von Biehl, B. & Dangel, S. In Collegium Internationale Psychiatriae Salarum (CIPS) (Hrsg.), *Internationale Skalen für Psychiatrie*. Weinheim: Beltz.
- Mehrabian, A. (1970). Some determinants of affiliation and conformity. *Psychological Review*, 27, 19-29.
- Mehrabian, A. & Ksionzky, S. (1974). *A theory of affiliation*. Toronto: Lexington Books.
- Miller, N. (1944). Experimental studies of conflict. In J. McV. Hunt (Ed.), *Personality and the behavior disorders*. New York: Dryden Press.
- Moffitt, K. H. & Singer, J. (1994). Continuity in the life story: self-defining memories, affect, and approach/avoidance personal strivings. *Journal of Personality*, 62, 21-43.
- Monty, R. A., Hall, R. J. & Rosenberger, M. A. (1975). Eye movement responses of heroin addicts and controls during word and object recognition. *Neuropharmacology*, 14, 693-702.
- Monty, R. A. & Senders, J. W. (1976). *Eye movements and psychological processes*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.

- Mowrer, H. O. (1939). A stimulus-response analysis of anxiety and its role as a reinforcing agent. *Psychological Review*, 46, 553- 565.
- Mowrer, H. O. (1960). *Learning theory and behavior*. New York: Wiley.
- Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality*. New York: University Press.
- Neumann, R. & Strack, F. (2000). Approach and avoidance: The influence of proprioceptive and exteroceptive cues on encoding of affective information. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79 (1), 39-48.
- Noujaim, K. (1968). *Some motivation determinants of effort allocation and performance*. Massachusetts Institute of Technology: Unpublished doctoral dissertation.
- Nuttin, J. (1984). *Motivation, planning, and action: A relational theory of behavior dynamics*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Pennebaker, J. W. (1991). Self-expressive writing: Implications for health, education, and welfare. In P. Belanoff, P. Elbow & S. I. Fontaine (Eds.), *Nothing begins with N: New Investigations of freewriting* (pp. 157-172). Carbondale: Southern Illinois Press.
- Pennebaker, J. W. (1997). *Opening up. The healing power of expressing emotions*. New York: Guilford Press.
- Pennebaker, J. W. & Francis, M. (1996). Cognitive, emotional and language processes in disclosure. *Cognition and Emotion*, 10, 601-626.
- Pennebaker, J. W., Kiecolt-Glaser, J. & Glaser, R. (1988). Disclosure of traumas and immune function: Health implications for psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56 (2), 239-245.
- Pennebaker, J. A., Colder, M. & Sharp, L. M. (1997). Accelerating the coping process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 528-537.
- Pennebaker, J. W. & Seagal, J. D. (1999). Forming a story: a health benefits of narrative. *Journal of Clinical Psychology*, 55 (10), 1243-1254.
- Pervin, L. A. (1982). The stasis and flow of behavior: Toward a theory of goals. In M. M. Page (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation* (pp. 1-53). Lincoln: University of Nebraska.
- Pervin, L. A. (1989). *Goal concepts in personality and social psychology*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Pifczyk, A. & Kleinbeck, U. (2000). Zum Einfluss leistungs- und anschlussthematischer

Variablen auf die Arbeitsmotivation und die Arbeitszufriedenheit in einem an-schluss-thematisch geprägten Arbeitsfeld. *Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie*, 44 (2), 57-68.

Pomplum, M., Rieser, H., Ritter, H. & Velichkowsky, B. M. (1997). Augenbewegungen als kognitionswissenschaftlicher Forschungsgegenstand. In R. H. Kluwe (Hrsg.), *Strukturen und Prozesse intelligenter Systeme*. Wiesbaden: Deutscher Universitäts-Verlag GmbH.

Prescott, D. A. (1938). *Emotion and the educative process*. Washington, D.C.: American Council on Education.

Puca, R. M. & Schmalt, H. D. (2001). The influence of the achievement motive on spontaneous thoughts in pre- and postdecisional action phases. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27 (3), 302-308.

Rheinberg, F. (2000). *Motivation* (3.Auflage). Stuttgart: Kohlhammer.

Rheinberg, F. (1989). *Zweck und Tätigkeit*. Göttingen: Hogrefe.

Roney, C., Higgins, E. T. & Shah, J. (1995). Goals and framing: How outcome focus influences motivation and emotion. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 1151-1160.

Rosenfeld, H. M. (1964). Social choice conceived as a level of aspiration. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 68, 491-499.

Ruvolo, A. & Markus, H. (1992). Possible selves and performance: The power of self-relevant imagery. *Social Cognition*, 10, 95-124.

Ryan, R. M., Sheldon, K. M., Kasser, T. & Deci, E. L. (1996). All goals are not created equal: An organismic perspective on the nature of goals and their regulation. In P. M. Gollwitzer & J. A. Bargh (Eds.), *The psychology of action: Linking cognition and motivation to behavior* (pp. 7-26). New York: The Guilford Press.

Sadella, E., Burroughs, J., Kelley, H. H., DePaulo, B. M., Hoover, C. W., Webb, W., Kenny, D. A. & Oliver, P. V. (1991). Social cognition. In W. A. Lesko (Ed.), *Readings in social psychology* (pp. 32-63). Needham Heights, MA, US: Allyn & Bacon.

Sarason, I. G. (1960). Empirical findings and theoretical problems in the use of anxiety scales. *Psychological Bulletin*, 57, 403- 414.

Sarason, J. G. (1980). *Test anxiety: theory, research and application*. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.

- Sarason, I. G. (1988). Anxiety, self-preoccupation and attention. *Anxiety research*, 1, 3-7.
- Sarason, I. G., Sarason, B. R. & Pierce, G. R. (1994). Cognitive interference: At the intelligence-personality crossroads. In D. Saklofske & M. Zeidner (Eds.), *International handbook of personality and intelligence* (pp. 2- 34). New York: Plenum.
- Sartory, G. (1997). *Angststörungen: Theorien, Befunde, Diagnostik und Behandlung*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Schacher, S. (1959). *The psychology of affiliation*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Scheier, M.F., Weintraub, J.D. & Carver, C.S. (1986). Coping with stress: Divergent strategies of optimists and pessimists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1247-1264.
- Schmalt, H. D. (1973). Die GITTER-Technik - ein objektives Verfahren zur Messung des Leistungsmotivs bei Kindern. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 5, 231-252.
- Schmalt, H. D. (1976). *Das LM- Gitter. Ein objektives Verfahren zur Messung des Leistungsmotivs bei Kindern. Handanweisung*. Göttingen: Hogrefe.
- Schmalt, H.-D., Sokolowski, K. & Langens, T. (1994). *Die Entwicklung eines Verfahrens zur Messung der Motive Leistung, Macht und Anschluß mit der Gitter-Technik* (Vol. 5). Bergische Universität Gesamthochschule Wuppertal: Wuppertaler Psychologische Berichte.
- Schneider, K. & Schmalt, H. D. (2000). *Motivation*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Schroeder, J.E. (1995). Interpersonal perception skills: Self-concept correlates. *Perceptual and Motor Skills*, 80, 51-56.
- Schwarzer, R. & Jerusalem, M. (1992). Advances in anxiety research: a cognitive process approach. In K. A. Hagtvet & T. B. Johnson (Eds.), *Advances in test anxiety research* (pp. 2 - 17). Amsterdam: Swets & Zeitlinger.
- Selye, H. (1976). *Stress in health and disease*. Woburn, M.A.: Butterworth.
- Sheldon, K. M. & Elliot, A. J. (1998). Not all personal goals are personal: comparing autonomous and controlled reasons for goals as predictors of effort and attainment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24 (5), 546-557.
- Sheldon, K. M. & Elliot, A. J. (1999). Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: the self-concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology*,

76 (3), 482-497.

- Sheldon, K. M. & Kasser, T. (1998). Persuing personal goals: skills enable progress, but not all progress is beneficial. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24 (12), 1319-1331.
- Shipley, T. E. & Veroff, J. (1952). A projective measure of need for affiliation. *Journal of Experimental Psychology*, 43, 349-356.
- Singer, J. A. (1990). Affective responses to autobiographical memories and their relationship to long-term goals. *Journal of Personality*, 58, 535-563.
- Singer, J. A. & Moffitt, K. H. (1991-1992). An experimental investigation of specificity and generality in memory narratives. *Imagination, Cognition and Personality*, 11, 233-257.
- Singer, J. A. & Salovey, P. (1993). *The remembered self. Emotion and memory in personality*. New York: The Free Press.
- Sokolowski, K. (1986). *Kognitionen und Emotionen in anschlussThematischen Situationen*. Bergische Universität-Gesamthochschule Wuppertal: Dissertation.
- Sokolowski, K. (1992). Entwicklung eines Messverfahrens zur Messung des Anschlussmotivs. *Diagnostica*, 38, 1-17.
- Sokolowski, K. (1996). Emotionale und motivationale Einflussfaktoren in einer anschlussThematischen Konfliktsituation. *Zeitschrift für Experimentelle Psychologie*, XLIII (3), 461-482.
- Spera, S. P., Buhrfeind, E. D. & Pennebaker, J. W. (1994). Expressive writing and coping with job loss. *Academy of Management Journal*, 37, 722-733.
- Spielberger, C. (1972). Anxiety as an emotional state. In C. Spielberger (Ed.), *Anxiety: Current trends in theory and research* (Vol. 1, pp. 23-49). New York: Academic Press.
- Stern, W. (1935). *Allgemeine Psychologie auf personalistischer Grundlage*. Haag: Martinus Nijhoff.
- Stumpf, H., Angleitner, A., Wieck, T., Jackson, D. N. & Beloch-Till, H. (1985). *Deutsche Personality Research Form (PRF). Handanweisung*. Hogrefe, Verlag für Psychologie.
- Terhune, K. W. (1968). Motives, situation and interpersonal conflict within prisoner's dilemma. *Journal of Personality and Social Psychology*, 8 (3), 22-24.
- Wainer, H. A. & Rubin, I. M. (1969). Motivation of research and development entrepreneurs: Determinants of company success. *Journal of Applied Psychology*, 53 (3), 178.

- Walker, E. L. & Heyns, R. W. (1962). Conformity and conflict of needs. In E. L. Walker & R. W. Heyns (Eds.), *Anatomy for conformaty* (pp. 54-68). Belmont: CA: Wadsworth.
- Watson, D. & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluation anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33, 448-457.
- Wegner, D. (1994). Ironic process of mental control. *Psychological Review*, 101, 34-52.
- Weiner, B. (1974). *Achievement motivation and attribution theory*. Morristown, N.J.: General Learning Press.
- Winton, E. C., Clark, D. M. & Edelman, R. J. (1995). Social anxiety, fear of negative evaluation and the detection of negative emotion in others. *Behaviour Research and Therapy*, 33, 193-196.
- Winter, D. G. (1973). *The power motive*. New York: Free Press.
- Winter, D. G. (1991). *Manual for scoring motive imagery in running text (3rd edition)*. Unpublished manuscript: University of Michigan.
- Woike, B. (1994a). The use of differentiation and integration processes: Empirical studies of "separate" and "connected" ways of thinking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 142-150.
- Woike, B. (1994b). Vivid recollection as a technique to arouse implicit motive-related affect. *Motivation and Emotion*, 18, 335-349.
- Woike, B., Gershkovich, I., Piokowski, R. & Polo, M. (1999). The role of motives in the content and structure of autobiographical memory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46 (4), 600-612.
- Wurf, E. & Markus, H. (1991). Possible selves and the psychology of personal growth. In R. Hogan (Series Ed.) & D. Ozer, J. M. Healy & A. Steward (Vol. Eds.), *Perspectives in personality* (Vol 3A: Self and emotion, pp. 39-62). London: Kingsley.
- Yarbus, A. L. (1967). *Eye movement and vision (Trans. by B.Haigh)*. New York: Plenum Press.
- Youngleson, M. L. (1973). The need to affiliate and self-esteem in institutionalized children. *Journal of Personality and Social Psychology*, 26 (2), 280-286.
- Zarantonello, M., Slaymaker, F., Johnson, J. & Petzel, T. (1984). Effects of anxiety and depression on anagram performance, ratings of cognitive interference and the negative subjective evaluation of performance. *Journal of Clinical Psychology*, 40, 20-25.

## **Anhang**

- |                 |          |   |
|-----------------|----------|---|
| <b>Anhang 1</b> | Bild 1-6 | Bildmaterial und Analyseeinheiten der Blickfixationsanalyse   |
| <b>Anhang 2</b> | Bild 1-6 | Auszug aus dem Bildmaterial einer der simulierten Sozialszenarien: <ul style="list-style-type: none"><li>- „Partyszenario“: Entscheidungsbild II (Bild 1-3)</li><li>- „Partyszenario“: Entscheidungsbild III (Bild 4-6)</li></ul> |

Der detaillierte Aufbau und das ausführliche Bildmaterial der simulierten Szenarien „Partyszenario“ und „Uniszenario“ können bei Bedarf bei der Autorin angefordert werden:

Julia Schüler, Bergische Universität Wuppertal, Fachbereich 3/Psychologie, S.12.19  
Gaußstr. 20, 42097 Wuppertal  
JuliaSchueler@aol.com

**Bild 1 mit Analyseeinheiten**



Analyseeinheit 1 und 2: Die Betrachtung dieser Analyseeinheiten wird als Blickfixationen auf menschliche Bildinhalte verrechnet.

Analyseeinheit 3 – (1+2): Die Betrachtung dieser Analyseeinheit wird als Blickfixationen auf nicht-menschliche Bildinhalte verrechnet.

**Bild 2 mit Analyseeinheiten**



Analyseeinheit 1,2 und 3: Dauer der Blickfixationen auf menschliche Bildinhalte

Analyseeinheit

$4 - (1+2+3)$ : Dauer der Blickfixationen auf nicht-menschliche Bildinhalte

**Bild 3 mit Analyseeinheiten**



Analyseeinheiten 1: Dauer der Blickfixationen auf menschliche Bildinhalte

Analyseeinheit 2 – 1: Dauer der Blickfixationen auf nicht-menschliche Bildinhalte

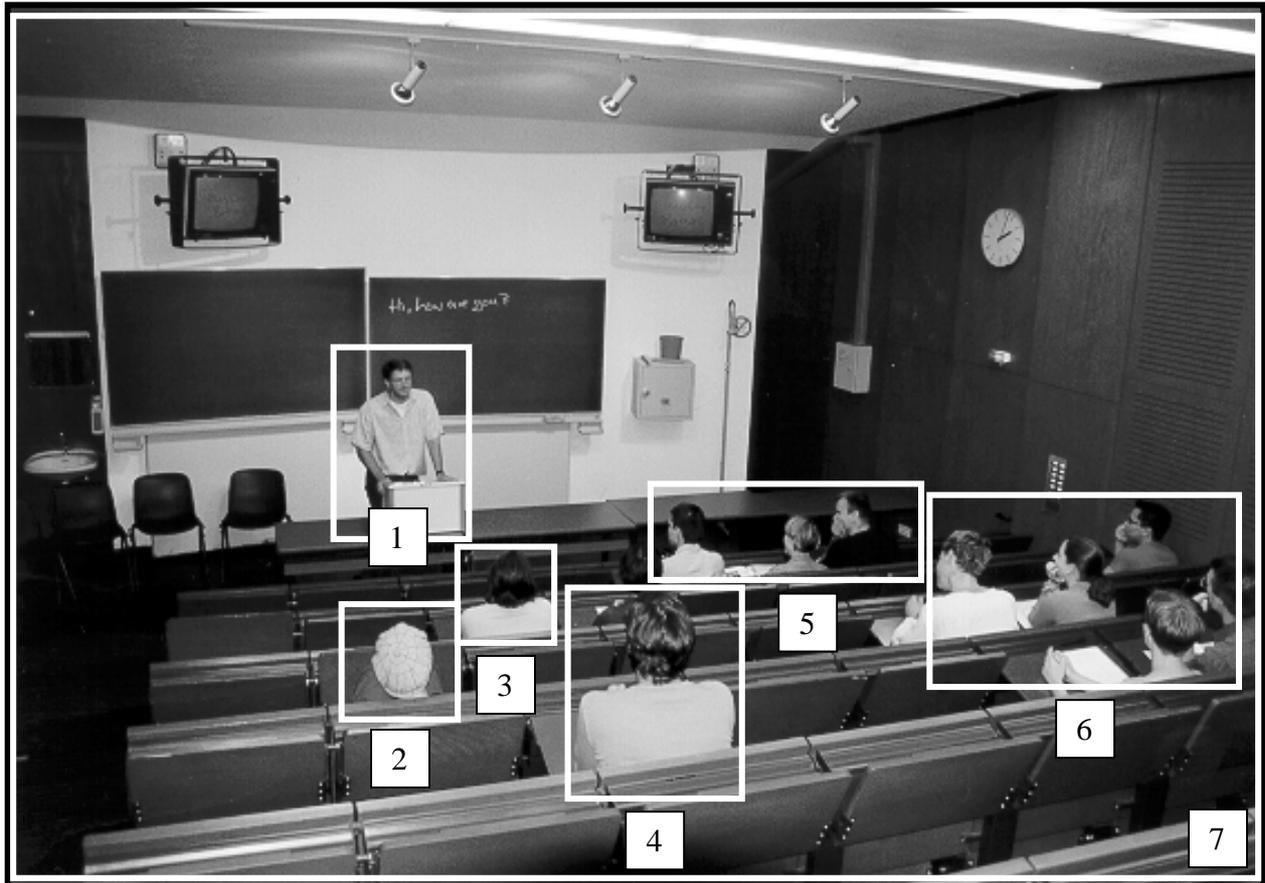
**Bild 4 mit Analyseeinheiten**



Analyseeinheiten 1 und 2: Dauer der Blickfixationen auf menschliche Bildinhalte

Analyseeinheit 3 – (1+2): Dauer der Blickfixationen auf nicht-menschliche Bildinhalte

**Bild 5 mit Analyseeinheiten**



Analyseeinheiten

1,2,3,4,5 und 6:

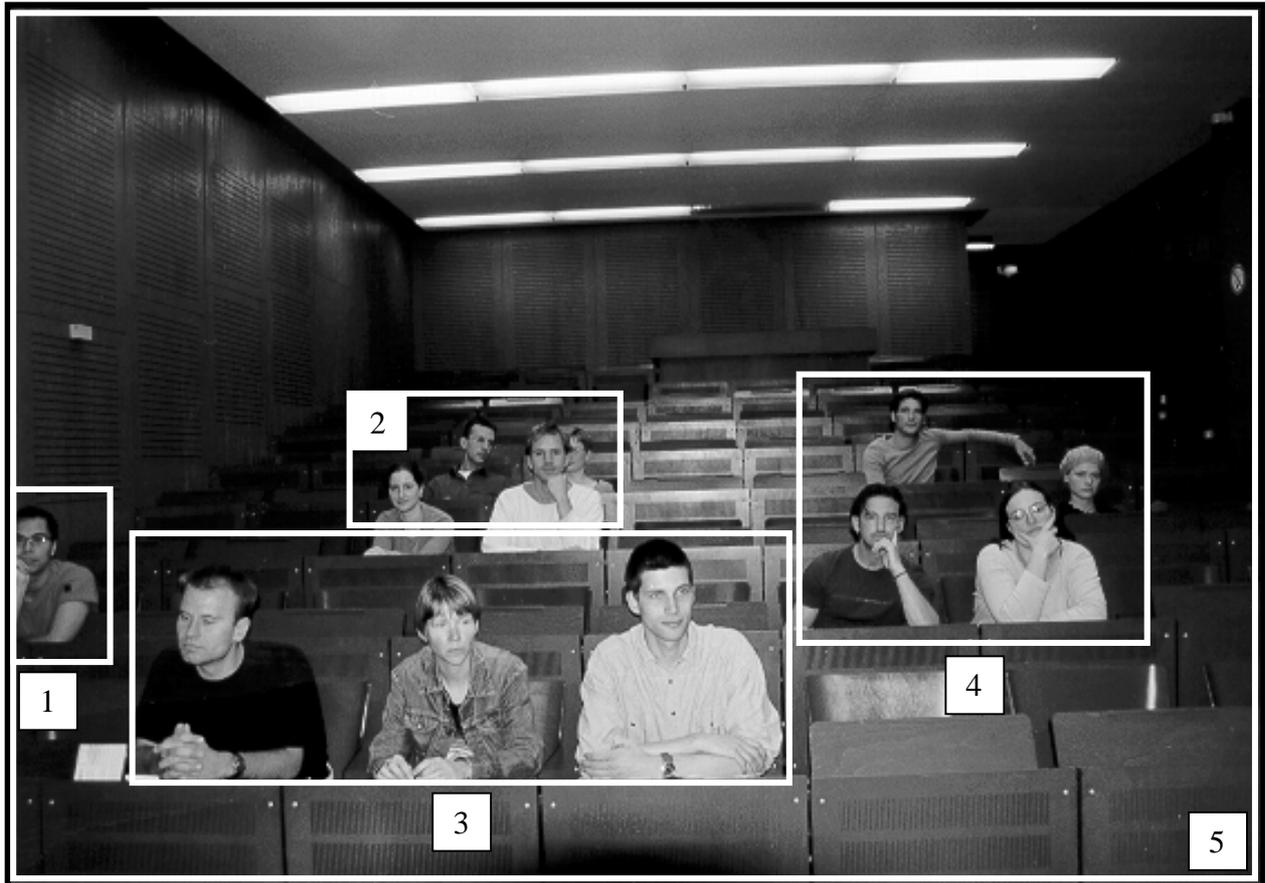
Dauer der Blickfixationen auf menschliche Bildinhalte

Analyseeinheit

$7 - (1+2+3+4+5+6)$ :

Dauer der Blickfixationen auf nicht-menschliche Bildinhalte

**Bild 6 mit Analyseeinheiten**



Analyseeinheiten

1,2,3 und 4:

Dauer der Blickfixationen auf menschliche Bildinhalte

Analyseeinheit

$5 - (1+2+3+4)$ :

Dauer der Blickfixationen auf nicht-menschliche Bildinhalte

**"Partyszenario": Entscheidungsbild II**



1.

2.

- Wahlalternativen: 1. Wahlbild II.1: meidende Tendenz  
2. Wahlbild II.2: annähernde Tendenz

**Wahlbild II.1**



Halten Sie sich solange auf, wie Sie wollen. Bei Mausklick sehen Sie eine andere Perspektive.

**Bewertungsbild zu Wahlbild II.1**



**Wahlbild II.2**



Halten Sie sich solange auf, wie Sie wollen. Bei Mausklick sehen Sie eine andere Perspektive.

**Bewertungsbild zu Wahlbild II.2**



**"Partyszenario": Entscheidungsbild III**



1.

2.

3.

- Wahlalternativen:
- 1. Wahlbild III.1: annähernde Tendenz
  - 2. Wahlbild III.2: meidende Tendenz
  - 3. Wahlbild III.3: meidende Tendenz

**Wahlbild III.1**



Bleiben Sie hier, solange Sie möchten. Was Sie sehen, wenn Sie sich umdrehen, zeigt sich bei Mausklick.

**Bewertungsbild zu Wahlbild III.1**



Wahlbild III.2



Bleiben Sie hier, solange Sie möchten. Was Sie sehen, wenn Sie sich umdrehen, zeigt sich bei Mausklick.

Bewertungsbild zu Wahlbild III.2

