



Vorlesung WS 2016/17

Motivation, Emotion, Volition

Thomas Goschke

Allgemeine Informationen

Die Vorlesung gehört zum Modul Allgemeine Psychologie II

Informationen zur Klausur und Prüfungsliteratur finden Sie auf den Webseiten der Professur für Allgemeine Psychologie

Passwort für die Powerpointpräsentationen der Vorlesung:

noitavitom

Literaturempfehlungen

- Rudolph, U. (2013). *Motivationspsychologie kompakt*. Weinheim: Beltz.
- Brandstätter, V., Schüler, J., Puca, R. M. & Lozo, L. (2013). *Motivation und Emotion: Allgemeine Psychologie für Bachelor*. Berlin: Springer.
- Goschke, T. (2016). Volition und kognitive Kontrolle. In J. Müsseler & Rieger, M. (Hrsg.). *Allgemeine Psychologie (3. Aufl.)* Heidelberg: Spektrum Akademischer Verlag.
- Vertiefung einzelner Themen: Heckhausen, J. & Heckhausen, H. (2010). *Motivation und Handeln (4. Auflage)*. Berlin: Springer.

Gliederung der heutigen Vorlesung

- Gegenstand und Ziele der Motivationspsychologie
- Entwicklungsstufen und Ebenen der Verhaltenssteuerung
- Zentrale Fragen der Motivationspsychologie
- Zentrale Konzepte: Motiv, Motivation, Anreiz

Warum tut er das?



- Um aufgestaute Frustration über den Job abzureagieren?
- Weil er gelernt hat, dass es zu euphorischen Gefühlen führt?
- Wegen eines starken Neugiermotivs?
- Aufgrund eines angeborenen Sprunginstinkts?
- Aufgrund eines übersteigerten Bedürfnisses, andere zu beeindrucken?
- Weil er hofft, als nächster James-Bond-Darsteller entdeckt zu werden?
- Aus Langeweile?
- Um einen unbewussten Minderwertigkeitskomplex zu kompensieren?
- Aus einer momentanen Laune heraus?
- Um seine Höhenangst zu überwinden?

Was bestimmt unser Verhalten?

Alltagspsychologische Erklärungskonzepte

- Innere Determinanten
 - Gewohnheiten, Automatismen
 - Triebe, Bedürfnisse
 - Motive, Interessen
 - Emotionen
 - Wünsche, Ziele, Absichten, Pläne
 - Fähigkeiten, Fertigkeiten

- Äußere Determinanten
 - Reize, Situation
 - Instruktionen, Befehle, soziale Normen
 - Äußere Zwänge, Gewalt, Drohungen
 - Belohnung, Bestrafung

Gegenstand der Motivationspsychologie

„Der Gegenstand... der Motivationspsychologie ist, warum Menschen und subhumane Organismen so denken und sich so verhalten wie sie es tun" (Weiner, 1992, S. 1).

„Fragen nach der Motivation sind Fragen nach den Ursachen spezifischer Handlungen. Warum tut dieser Organismus ... das, was wir ihn gerade tun sehen? Das Studium der Motivation besteht in der Suche nach Prinzipien, die uns helfen zu verstehen, warum Menschen und Tiere unter bestimmten Umständen bestimmte Handlungen initiieren, auswählen oder fortsetzen" (Mook, 1987, S. 4).

"Die Motivationspsychologie befasst sich damit, **Richtung, Ausdauer** und **Intensität** von Verhalten zu erklären." (Rheinberg, 1997, S. 11).

Alltagspsychologische vs. wissenschaftliche Verhaltensklärung

- Im Alltag häufig zirkuläre Verwendung des Motivationsbegriffs
 - “Warum liest Martin bis tief in die Nacht Fachbücher?” - „Weil er sehr motiviert ist!“
 - “Woher weißt Du, dass Martin motiviert ist?” – „Weil er bis tief in die Nacht Fachbücher liest.“
- Wissenschaftliche Motivationspsychologie
 - Suche nach Bedingungsfaktoren und Ursachen des Verhaltens
 - Um Verhalten zu erklären, müssen Begriffe wie Motivation, Ziel oder Absicht *unabhängig vom zu erklärenden Verhalten* bestimmt werden
- Motivation = Sammelbegriff für Prozesse, die Verhalten energetisieren, auslösen und aufrechterhalten

Fünf erklärungsbedürftige Beobachtungen

- Verschiedene Menschen verhalten sich in der gleichen Situation unterschiedlich
 - *Welche personenseitigen Variablen bestimmen Verhalten? (z.B. Motive, Ziele, Absichten, Erwartungen)*

- Der gleiche Mensch verhält sich in verschiedenen Situationen unterschiedlich
 - *Welche situativen Variablen (z.B. Gelegenheiten, Anreize) bestimmen Verhalten?*

- Person und Situation interagieren
 - *Wie werden Motive durch situative Anreize angeregt?*
 - *Wie beeinflussen Motive die Interpretation einer Situation?*

- Menschen verfolgen mehrere Ziele gleichzeitig
 - *Wie werden Ziele zeitlich organisiert?*
 - *Wie werden Konflikte zwischen unvereinbaren Zielen gelöst?*

- Menschen tun nicht immer das, was sie sich vorgenommen haben
 - *Welche Prozesse liegen der Fähigkeit zugrunde, Absichten trotz innerer Widerstände (konkurrierende Gewohnheiten oder Motivationstendenzen) zu verwirklichen?*

Grundsätzliche Kontroversen

- Wie können geistige Prozesse (Motive, Wünsche, Ziele) die Bewegungen eines materiellen Körpers kontrollieren? (Leib-Seele-Problem)
- Haben wir einen freien Willen oder sind unsere Entscheidungen und Handlungen vollständig kausal determiniert?
- Sind wir rationale Wesen oder wird unser Verhalten durch irrationale oder unbewusste Motive bestimmt?
- Ist unser Verhalten erlernt und kulturell geprägt oder wird es durch angeborene genetische Dispositionen bestimmt? („nature-nurture-problem“)

Entwicklungsstufen der Verhaltenssteuerung



Should I stay or should I go?

Was tun?

Kognition im Dienste der Handlungssteuerung



Das Problem der Handlungsselektion

- ▣ Lebewesen müssen in jedem Moment entscheiden, *was als nächstes zu tun ist* und aus allen möglichen Verhaltensweisen eine auswählen, die förderlich für ihr Überleben, ihre Fortpflanzung und ihr Wohlergehen ist

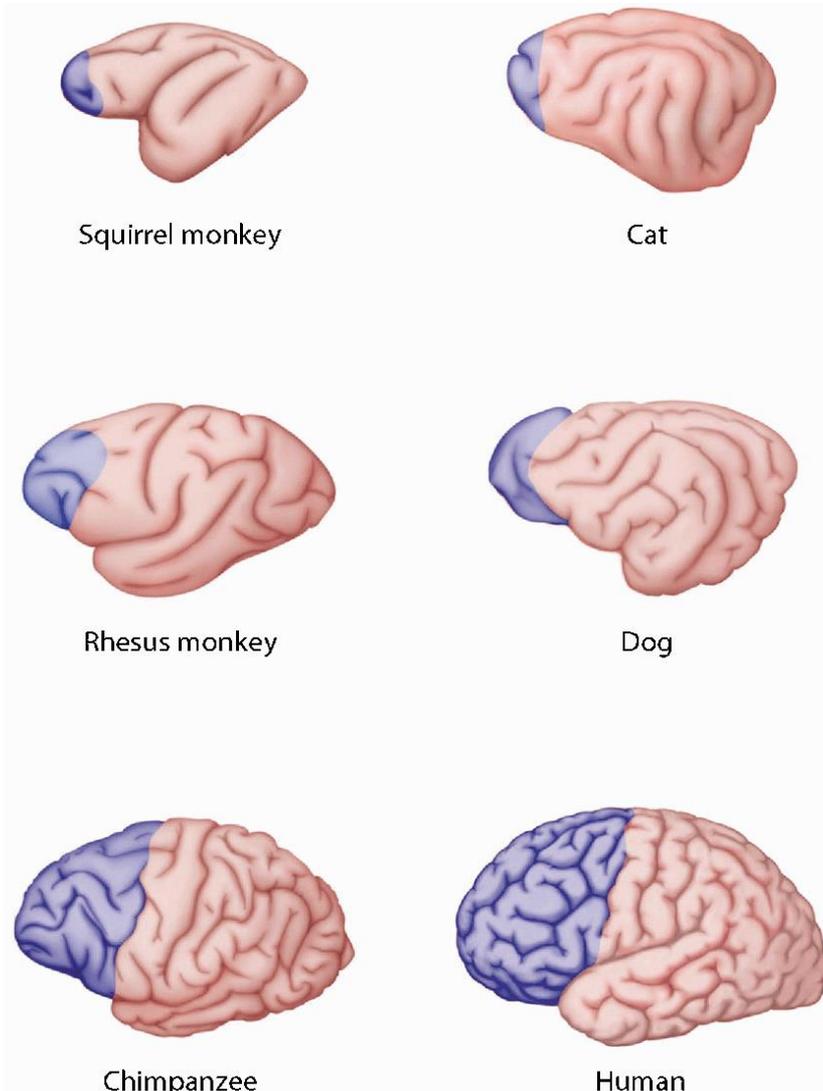
Multiple Randbedingungen

- ▣ Veränderliche, z.T. unvorhersehbare Umwelt
- ▣ Begrenzte Zeit und Ressourcen
- ▣ Widersprüchliche Ziele

Kognition im Dienste der Handlungssteuerung

- ▣ In der Evolution haben sich zunehmend komplexe Mechanismen zur Lösung des Problems der Verhaltensselektion herausgebildet
- ▣ Auch „höhere“ kognitive Funktionen sind evolutionäre Antworten auf das Problem der adaptiven Verhaltensselektion

Gehirnevolution und Verhaltenssteuerung



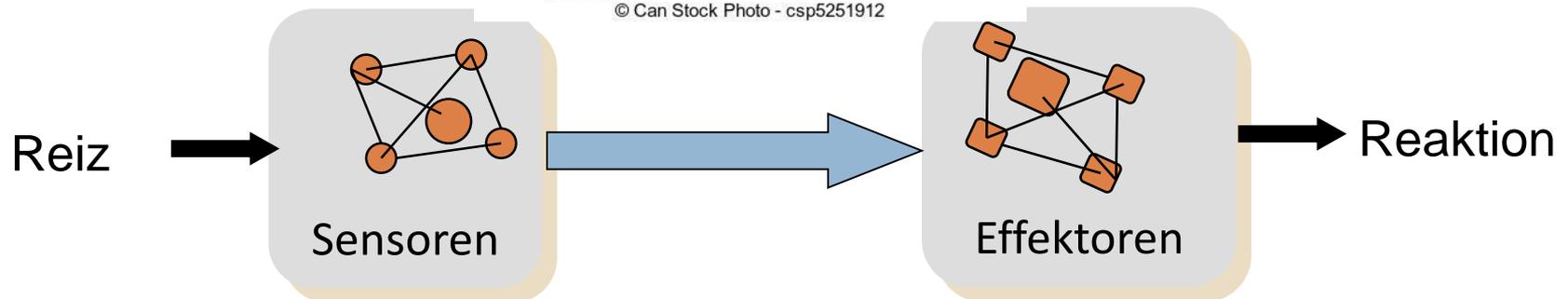
- Expansion von neokortikalen Assoziationsfeldern, insb. des Frontalhirns
- Abnehmende Bedeutung angeborener Reflexe und Instinkte
- Zunehmende Komplexität von Systemfunktionen, die zwischen Wahrnehmung und Motorik vermitteln

Ebene 1: Reflexe und Instinkte

- Angeborene Reaktionsprogramme, die durch spezifische Reizbedingungen ausgelöst werden
- Stereotyper Ablauf
- können zielgerichtet erscheinen, sind aber unflexibel, stereotyp und laufen ohne Einsicht oder Voraussicht ab
- Anpassungen an invariante Umweltbedingungen („Artgedächtnis“)



© Can Stock Photo - csp5251912



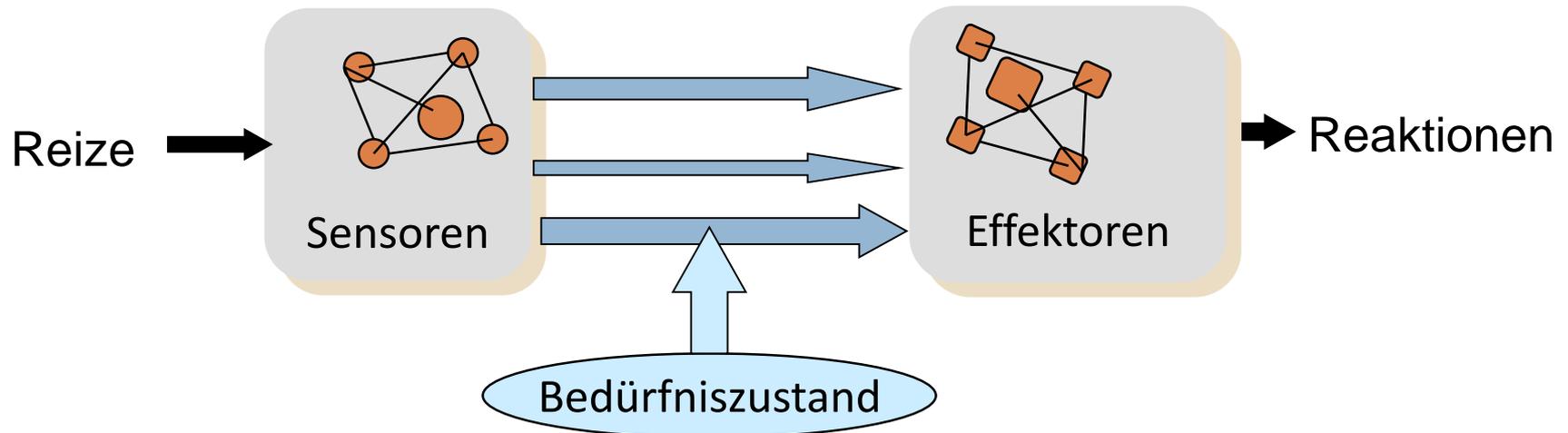
Warum tut er das?



- Aufgrund eines angeborenen Sprunginstinkts
- Wegen einer genetischen Anlage zur Suche nach Aufregung

Ebene 2: Bedürfnisgesteuertes Verhalten

- Modulation von Verhaltensdispositionen durch physiologische Bedürfnisse (Mangel an Futter, Wasser, Schlaf etc.)
- Bedürfnisse = Abweichungen von einem inneren Sollwert (z.B. Körpertemperatur, Glukosekonzentration), die sich in einem aversiven Triebzustand manifestieren
- Bedürfnisse setzen Mechanismen zur Wiederherstellung des Sollwerts in Gang (Homöostase)
 - automatische Regulation (z.B. Transpiration bei Überhitzung)
 - instrumentelles Verhalten (z.B. Suche nach Futter)



Warum tut er das?

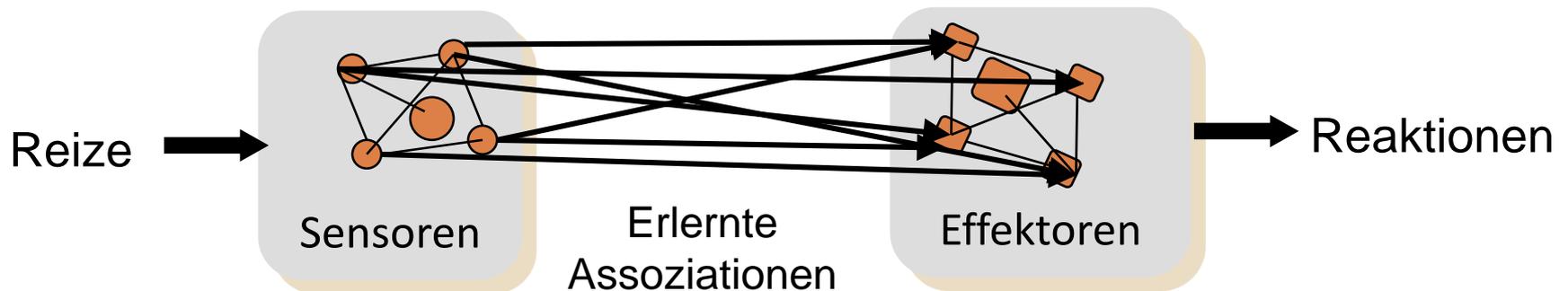


- Aus Langeweile
- Weil er ein Bedürfnis nach erhöhter Erregung hat

Ebene 3: Assoziatives Lernen

- Veränderung von Verhaltensdispositionen aufgrund individueller Lernerfahrungen
- Anpassung an veränderliche Umweltbedingungen

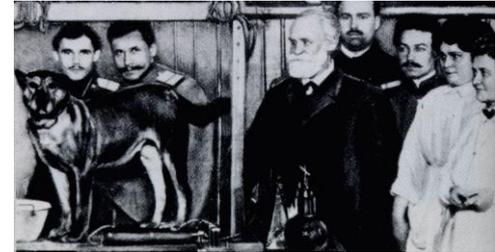
→ Vorlesung Lernen und Gedächtnis



Ebene 3: Assoziatives Lernen

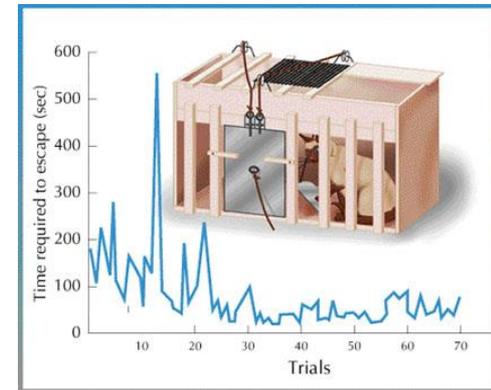
■ Pavlovsches Lernen: Bedingte Reflexe

- Assoziationen zwischen prädiktiven Signalreizen (CS) und motivational relevanten Konsequenzen (US)
- Auslösung adaptiver (angeborener) emotionaler und motorischer Reaktionen (CR) in Vorbereitung auf motivational relevante Reize



■ „Modellfreies“ instrumentelles Lernen: Gewohnheiten (*habits*)

- Erwerb von relativ fixen, nur langsam veränderlichen Reiz-Reaktions-Assoziationen als Folge von Belohnungen und Bestrafungen
- Ausführung vormals belohnter Reaktionen, auch wenn diese nicht länger zu einer Belohnung führen → Insensitivität gegenüber Verstärker-Devaluation
- („modellfreies“ Lernen)



■ „Modellbasiertes“ instrumentelles Lernen: Zielgerichtetes Verhalten

- Assoziationen zwischen Reizen, Reaktionen und Konsequenzen
- Kontrolle von Reaktionen durch die mit ihnen assoziierten Konsequenzen



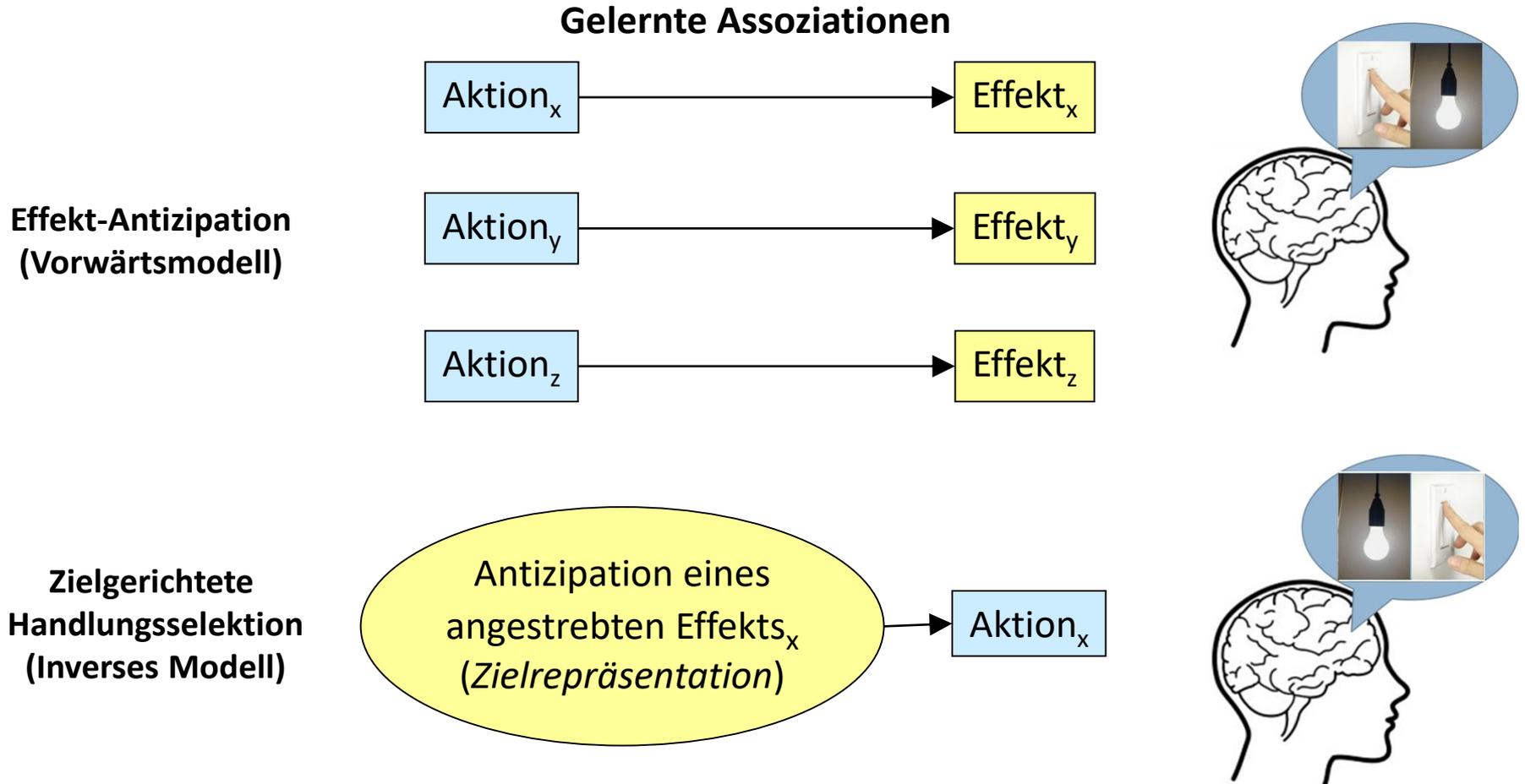
Warum tut er das?



- Weil er in der Vergangenheit gelernt hat, dass riskante Aktionen euphorische Gefühle auslösen

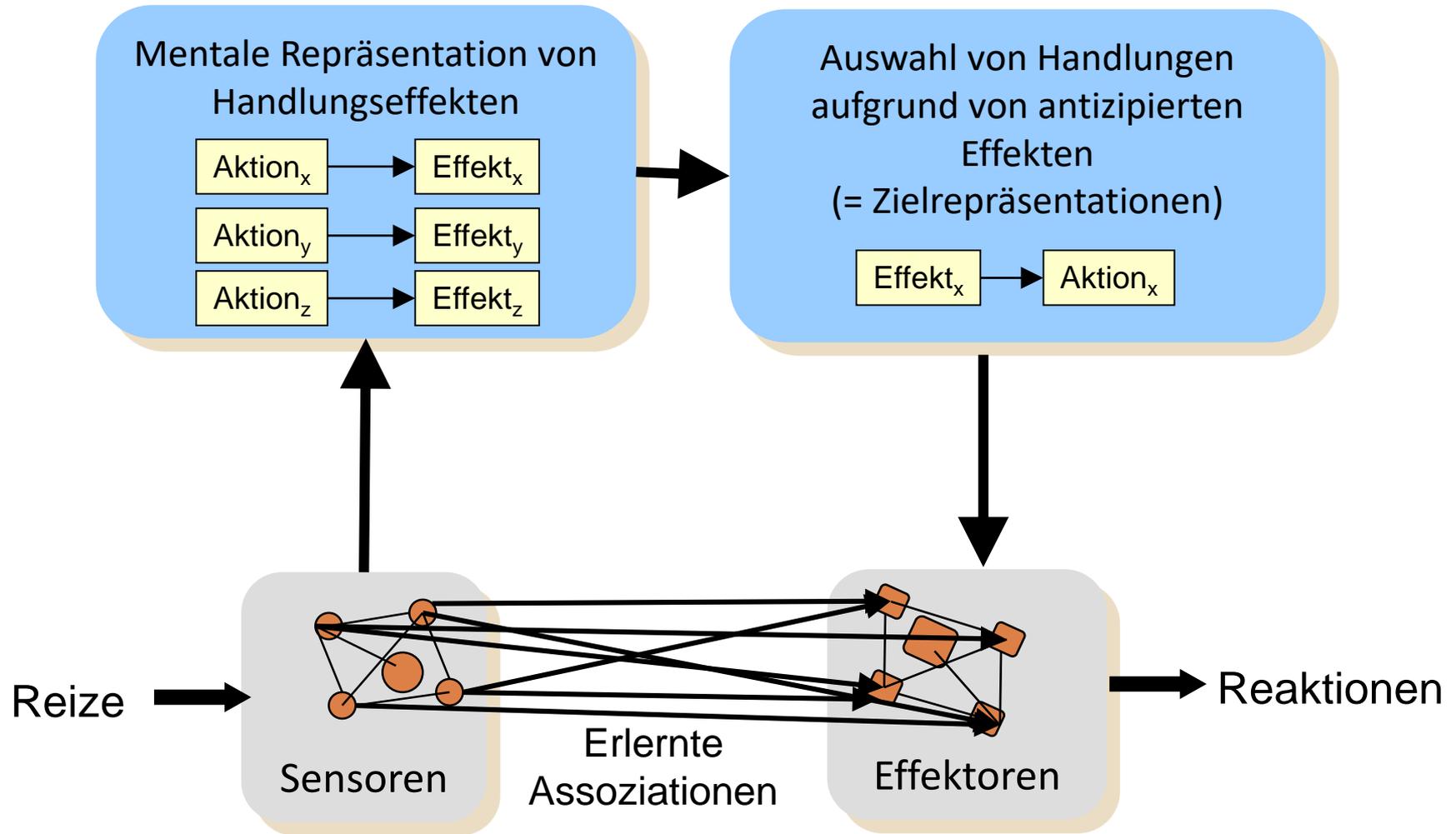
Ebene 4: Intentionale Handlungssteuerung

Effekt-Antizipation und Zielrepräsentationen



Ebene 4: Intentionale Handlungssteuerung

Effekt-Antizipation und Zielrepräsentationen



Warum tut er das?



- Weil er das Ziel hat, James-Bond-Darsteller zu werden und der Überzeugung ist, dass er auf diese Weise dem Ziel näher kommt

Ebene 4: Zukunftsorientierte Verhaltensselektion aufgrund antizipierter zukünftiger Konsequenzen

- Im Verlauf der Ontogenese lernen wir zunehmend komplexere Handlungs-Effekt-Assoziationen
 - Antizipation von beliebig weit in der Zukunft liegenden Handlungseffekten
 - Abwägen der Erreichbarkeit und Wünschbarkeit alternativer Ziele
 - Planen komplexer Handlungssequenzen („Probehandeln“)
 - Hierarchische Organisation von Zielen
- Zukunftsorientierte Verhaltensselektion
- Flexibilität des Verhaltens

Antizipation von Handlungseffekten als Grundlage von Willenshandlungen



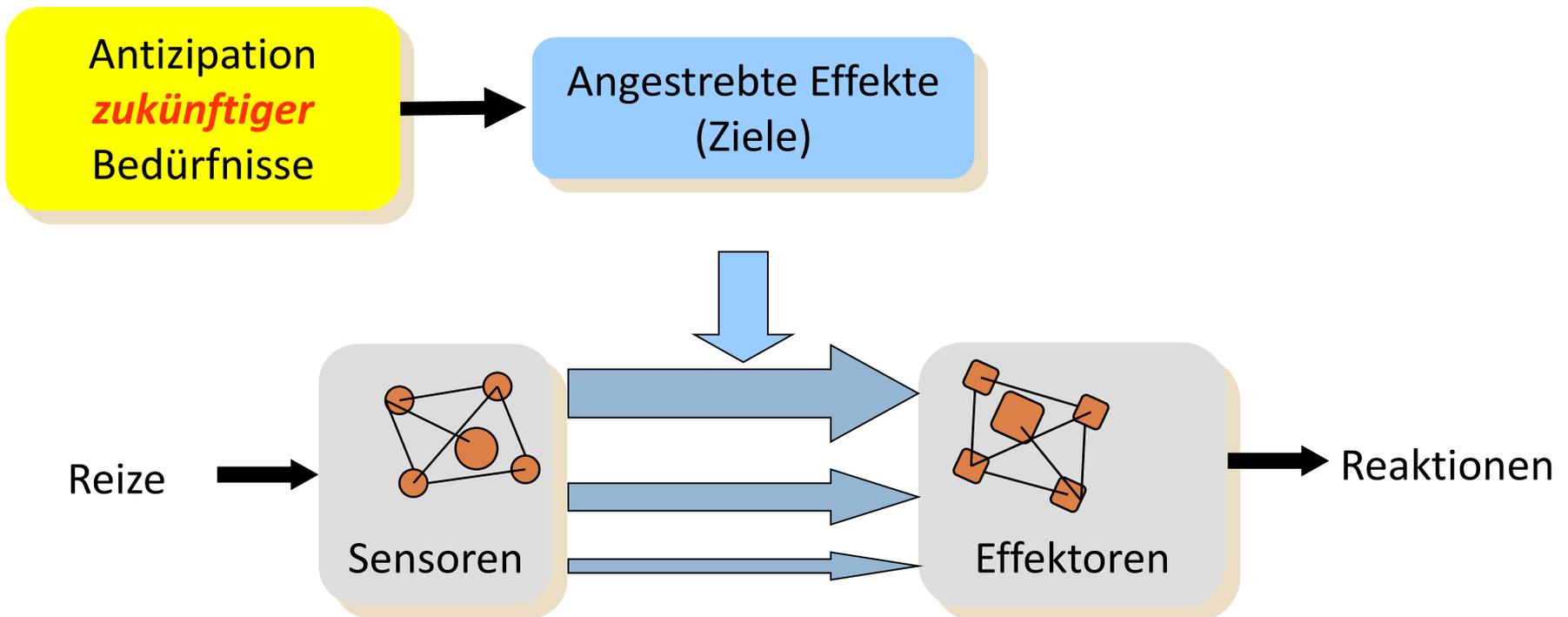
“When a particular movement, having once occurred in a random, reflex or involuntary way, has left an image of itself in the memory, then the movement can be desired again, proposed as an end, and deliberately willed.”

“I trust that I have now made clear what that "idea of a movement" is which must precede it in order that it be voluntary... It is the anticipation of the movement's sensible effects, resident or remote, and sometimes very remote indeed.”

(William James, 1890, Vol.2)

Ebene 5: Bedürfnisantizipation, Volition und Selbstkontrolle

- *Antizipation zukünftiger Bedürfnisse* → Ausrichtung des Verhaltens an zukünftigen Bedürfnissen, die aktuell noch gar nicht bestehen
- *Selbstkontrolle und Belohnungsaufschub* → Unterdrückung/Aufschub aktueller Bedürfnisse zugunsten der Befriedigung antizipierter Bedürfnisse und langfristiger Ziele



Ebene 5: Bedürfnisantizipation und Selbstkontrolle

- Bildung präventiver Ziele
 - Ausrichtung des Verhaltens an antizipierten zukünftigen Bedürfnissen, die aktuell noch gar nicht bestehen
- Selbstkontrolle und Volition
 - Unterdrückung von momentanen Bedürfnissen, Gewohnheiten oder emotionalen Impulsen zugunsten langfristiger Ziele (Belohnungsaufschub)
 - Inkaufnahme kurzfristiger Verschlechterungen der aktuellen Bedürfnislage

Ebene 5: Bedürfnisantizipation und präventive Selbstkontrolle



Herbert Draper: *Ulysses and the Sirens* (1909)

Ebenen der Verhaltenssteuerung: Zusammenfassung

Reflexe und Instinkte	Angeborene Reaktionsprogramme, die in fixer Weise durch spezifische Reizbedingungen ausgelöst werden
Motiviertes Verhalten	Modulation von Reaktionsdispositionen durch aktuell angeregte Bedürfnisse / Triezustände
Assoziatives Lernen	Erfahrungsabhängige Veränderung von Assoziationen zwischen Reizen, Reaktionen und Konsequenzen
Intentionale Handlungen	Antizipationen u. Bewertung von zukünftigen Handlungseffekten Zielgerichtetheit und Planung
Volition und Selbstkontrolle	Antizipation zukünftiger Bedürfnisse Volition und Selbstkontrolle Unterdrückung aktueller Motivationstendenzen oder Gewohnheiten zugunsten langfristiger Ziele

Ebenen der Verhaltenssteuerung

Reflexe und Instinkte

- Angeborene Reaktionsprogramme, die in fixer Weise durch spezifische Auslösereize aktiviert werden und Anpassungen an invariante Umweltbedingungen darstellen

Bedingte Reflexe

- Klassisch konditionierte Reaktionen, die durch Signalreize ausgelöst werden und den Organismus auf biologisch relevante unkonditionierte Reize vorbereiten

Gewohnheiten

- Reiz-Reaktions-Assoziationen, die aufgrund belohnender oder bestrafender Verhaltenskonsequenzen durch modellfreies instrumentelles Lernen erworben werden

Zielgerichtetes Verhalten

- Verhalten, das auf inneren Modellen der Relationen zwischen Reizen, Reaktionen und Konsequenzen beruht, die durch modellbasiertes instrumentelles Lernen erworben werden

Intentionale (willentliche) Handlungen

- Zielgerichtetes Verhalten, das sich durch folgende Merkmale auszeichnet:
 - *Zukunftsorientierung*: Antizipation zukünftiger Verhaltenskonsequenzen
 - *Reizunabhängigkeit*: Handlungsselektion aufgrund mental repräsentierter Ziele
 - *Sprachliche Repräsentation* von Absichten und Reaktionsregeln
 - *Flexibilität*: Schnelle Umkonfigurierung und Anpassung von Reaktionsdispositionen an wechselnde Ziele oder Aufgaben
 - *Hierarchische Struktur* von Zielen und Unterzielen
 - *Handlungsplanung*: Generieren und mentales Durchspielen neuer Handlungssequenzen

Volition und Selbstkontrolle

- Selbstregulatorische Strategien, die die Verwirklichung von Absichten trotz konkurrierender Gewohnheiten und Motivationstendenzen fördern und auf folgenden Fähigkeiten beruhen:
 - *Bedürfnisantizipation*: Fähigkeit, eigene zukünftige Motivationszustände zu antizipieren
 - *Metakognitives Wissen* über Strategien, mit denen die eigenen motivationalen und handlungssteuernden Prozesse beeinflusst werden können
 - *Präventive Selbstverpflichtung*: Einschränkung eigener zukünftiger Handlungsspielräume, um antizipierte Versuchungen zu vermeiden oder die Wahrscheinlichkeit zu reduzieren, dass man einer Versuchung nachgibt

Einige Anwendungsfelder der Motivationspsychologie

- Arbeits- und Organisationspsychologie
 - Zielsetzung; Selbstverpflichtung; Zielakzeptanz; Leistungs- vs. Machtmotivation

- Klinische Psychologie, Psychotherapie, Gesundheitspsychologie
 - Motivation und Selbstregulation bei psych. Störungen (z.B. Depression; Sucht; Essstörungen)
 - Motivationale Bedingungen des emotionalen Wohlbefindens

- Pädagogische Psychologie
 - Lernmotivation, Selbstkontrolle und selbstreguliertes Lernen

- Forensische Psychologie
 - Bedingungen von Gewalt und Hilfeleistung
 - Persönliche Verantwortung und Willensfreiheit

Überblick über die Vorlesung

Motivation

- Evolutionspsychologische Ansätze
- Triebtheoretische Ansätze
- Aktivierungstheoretische Ansätze
- Implizite und explizite Motive
- Erwartung-Wert-Theorien und Leistungsmotivation

Volition

- Volitionstheorien
- Kognitive Kontrolle und willentliche Handlungssteuerung

Emotion

- Struktur und Klassifikation von Emotionen
- Basisemotionen
- Theorien der Emotionsgenese
- Emotions-Kognitions-Interaktionen
- Affektive Neurowissenschaft