



Prof. Andreas Eder
WS 2021/21

Übersicht

Motivation: Einführung

Motivation: biologische Grundlagen

Motivation als Druck: Triebtheorie

Motivation als Verstärker: Lerntheorie

Motivation als Kraft: Feldtheorie

Motivation als Zug: kognitive Theorien

Motive und Motivhierarchien

Leistungsmotivation

Ziele und Selbstregulation

Volition: Vom Wollen zum Handeln

Vorlesungsinhalt

- ▶ **Was ist Motivationspsychologie?**
 - ▶ Definition und Gegenstand
- ▶ **Wie wird erklärt?**
 - ▶ grundlegende Prinzipien und Begriffe
- ▶ **Wie wird Motivation gemessen?**
 - ▶ Messung von Motivation und Motivdiagnostik
- ▶ **Wie kann Motivation gefördert werden?**
 - ▶ Motivationale Probleme und Maßnahmen für Interventionen

Was ist Motivation?

- ▶ Kleinginna & Kleinginna (1981): 102 Definitionen
- ▶ Motivation is concerned with the problems of how behavior gets started, is energized, is sustained, is directed, is stopped, and what kind of subjective reaction is present in the organism while all that is going on (Jones, 1955).
- ▶ Motivation ist ein Prozess, der zwischen verschiedenen Handlungsmöglichkeiten auswählt, das Handeln steuert, auf die Erreichung motivspezifischer Zustände richtet und auf dem Weg dahin in Gang hält (Heckhausen, 1980).
- ▶ Diejenigen Prozesse, die zielgerichtetes Verhalten auslösen und aufrechterhalten (Mook, 1987).
- ▶ Motivation ist „so etwas wie eine milde Form der Besessenheit“ (DeCharms, 1979).

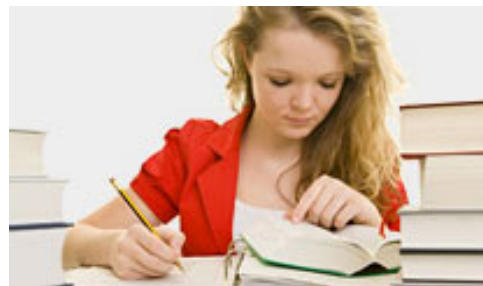
Motivationspsychologie

- ▶ Was soll erklärt werden?
 - ▶ ergebnisorientiertes, zielgerichtetes Verhalten (Handeln):
 - ▶ Richtung (Wahl)
 - ▶ Intensität (Anstrengung)
 - ▶ Beginn (Latenz)
 - ▶ Dauer (Persistenz)
 - ▶ besonders hoher Erklärungsbedarf bei auffälligem, normabweichenden Verhalten



Motivationspsychologie im Alltag

- ▶ Wie wird erklärt?
 - ▶ Alltag: Zuschreibung von Gründen (Verstehen)
 - ▶ Beschreibung einer Einzelperson: Person XY ist „verspielt“, „ehrgeizig“, „sozial“, „frustriert“, „gierig auf Belohnungen“, „ängstlich vor Bestrafungen“, „hat Spaß“, etc.
 - ▶ meist mangelnder Erklärungswert und Zirkularität



Motivationale Alltagserklärungen



Heider-Simmel Illusion

AN EXPERIMENTAL STUDY OF APPARENT BEHAVIOR

By FRITZ HEIDER and MARIANNE SIMMEL, Smith College

- Beschreibung auf **Wahrnehmungsebene** (Kreis bewegt sich in Rechteck, etc.)
- Beschreibung auf **Verhaltensebene** (laufen, flüchten, etc.)
- Beschreibung auf **sozialer Ebene/soziale Kausalitäten** (das große Dreieck ist eifersüchtig auf das kleine Dreieck, etc.)
- ▶ Spontane Zuschreibung von Intentionen und sozialen Absichten

Motivationspsychologie als Wissenschaft

- ▶ Erklären: Ursache-Wirkungs-Beziehungen (allgemeingültig)
 - ▶ Motive als theoretische Konstrukte zur Erklärung von
 - ▶ intraindividuelle Stabilität
 - ▶ interindividueller Variabilität
- ▶ Beschränkung auf wenige grundlegende Motive (Äquivalenzhypothesen)
- ▶ Spezifikation situativer Anregebungsbedingungen
- ▶ Unabhängige Erfassung von Motiven und zu erklärendem Verhalten
- ▶ Empirische Prüfung von Theorien motivationaler Vermittlungsprozesse
 - ▶ Direkte Manipulation der Vermittlungsprozesse (experimentell)
 - ▶ Messung kognitiver und affektiver Begleitprozesse (korrelativ)

Allgemeine Verhaltensprinzipien

▶ Hedonismus

- ▶ Streben nach Lust und Vermeiden von Unlust
- ▶ Günstige Affektbilanz durch Selbstregulation

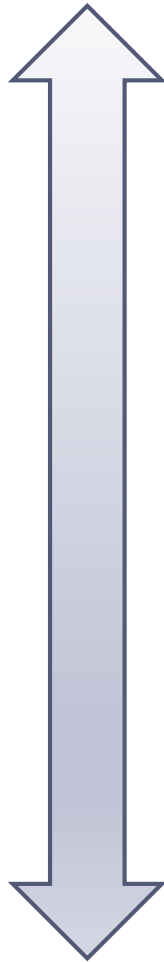
▶ Homöostase

- ▶ Aufrechterhaltung eines Gleichgewichtszustands
- ▶ Verringerung einer Diskrepanz zwischen einem IST-Wert und einem SOLL-Wert (Regelkreis)



Druck und Zug

Druck
(angetrieben)



- ▶ Instinkte
- ▶ Triebe
- ▶ Emotionen

▶ Kraft

- Instinkttheorien
- Triebtheorien
- Psychodynamische Theorien

▪ Feldtheorie

Zug
(angezogen)

- ▶ Anreize
- ▶ Ziele
- ▶ Sollwerte

- Erwartung-mal-Wert
- Attributionstheorien
- Kybernetische Ansätze

Grundlegende Begriffe

▶ **Motiv** (motive)

- ▶ zeitlich stabile Wahrnehmungs- und Bewertungsdisposition
- ▶ Inhaltsklasse von Handlungszielen (z.B. Macht, Anschluss, Leistung)
- ▶ Anregung durch passende situative Hinweise (Anreize)

▶ **Bedürfnis** (need)

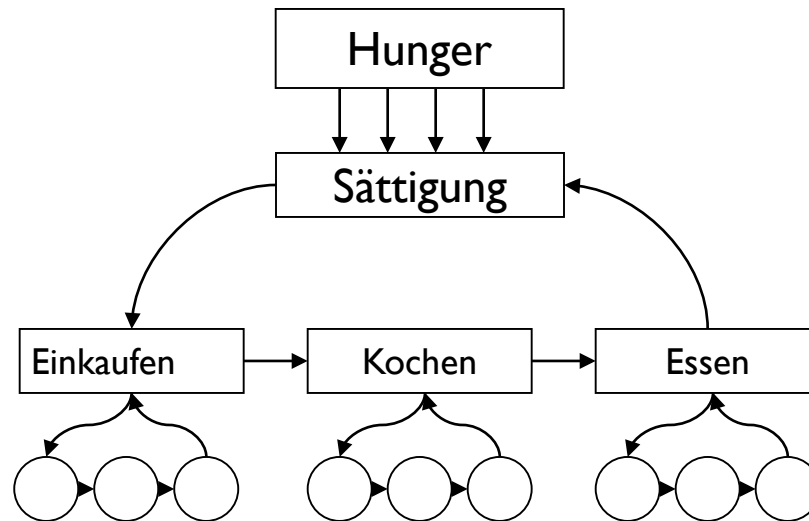
- ▶ (momentane) Mangelzustände und Wachstumsorientierungen
- ▶ (stabile) physiologische, psychologische und soziale Bedürfnisse

▶ **Trieb** (drive)

- ▶ aktivierende Anspannung, dessen Reduktion als befriedigend und lustvoll erlebt wird

Grundlegende Begriffe

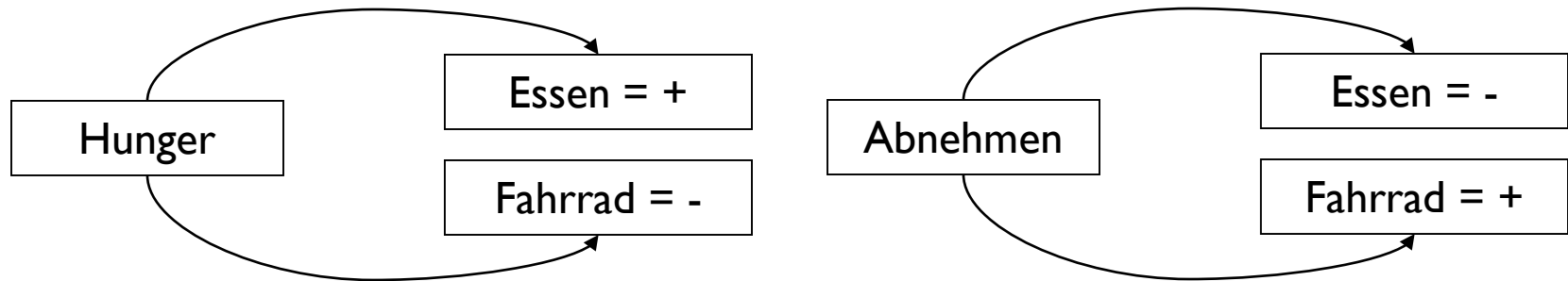
- ▶ **Ziel (goal)**
 - ▶ Anstreben einer positiv bewerteten Umweltveränderung (Endzustand) durch einen Verhaltensakt (Mittel)
 - ▶ hierarchisch in Ober- und Unterziele organisiert



Grundlegende Begriffe

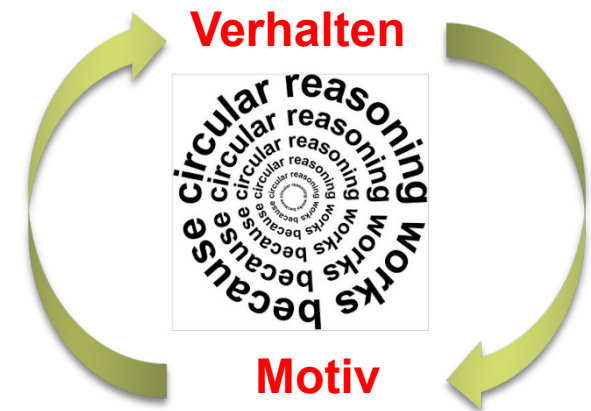
▶ **Anreiz** (incentive)

- ▶ „Wert“ eines Objekts oder einer Situation für eine Person
- ▶ affektive Reaktion auf bedürfnisrelevante Reize
- ▶ (intrinsische) Tätigkeits- und (extrinsische) Ergebnisanreize



Konzeptuelle Probleme

- ▶ Terminologische Verwirrung
 - ▶ Abgrenzung von Motiv, Trieb, Bedürfnis, Emotion etc.
- ▶ Problem der Motivklassifikation
 - ▶ Anzahl von Motiven?
- ▶ Richtiger Abstraktionsgrad
 - ▶ Welche Hierarchiestufe (Handlung? Aktion? Bewegung?) wird betrachtet?
- ▶ Gefahr der Zirkularität
 - ▶ Motive werden aus Verhalten erschlossen.
Motive erklären Verhalten.



Messung und Motivdiagnostik

Messung von Motivation (Verhalten)

1. **Aufmerksamkeit** (Konzentration, Aufgabenfokus)
2. **Anstrengung** (Krafteinsatz, Verhaltensintensität)
3. **Latenz** (Zeitspanne bis zur Aktion)
4. **Persistenz** (Hartnäckigkeit, Durchhaltevermögen)
5. **Wahlverhalten** (Handlungspräferenzen)
6. **Auftretenswahrscheinlichkeit** (Häufigkeit eines Verhaltens)
7. **Ausdrucksverhalten** (fazial, postural, vokal)
8. **Spezielle Verhaltensreaktionen** (z.B. Speichelfluss, penile Erektion, usw.)

Messung von Motivation (Physiologie)

1. **Hirnaktivitäten** (z.B. mesolimbisches System)
2. **Neurochemische Vorgänge** (z.B. dopaminerge Aktivität)
3. **Hormonelle Aktivitäten** (z.B. Kortisol, Ghrelin)
4. **Kardiovaskuläre Aktivitäten** z.B. Herzratenveränderung)
5. **Elektrodermale Aktivitäten** (z.B. Hautleitfähigkeit)
6. **Augenbewegungen** (z.B. Pupillengröße, Fixationsdauer)
7. **Skelettmuskulatur** (z.B. kinematische Parameter, Muskeltonus)

Messung von Motivation (verbal)

- ▶ direkte Meßverfahren (Selbstberichte, z.B. Interviews, Fragebögen)
- ▶ bewusste, verbalisierbare Vorlieben und Handlungspräferenzen
- ▶ Auch: Messung von sog. expliziten Motivanteilen

▶ Methodische Schwierigkeiten

- Problem der Qualia:
Intersubjektive (objektive)
Erfassung von subj. Inhalten
- Problem des (retrospektiven)
Selbstberichts: Beschränkung
auf verbalisierbare, bewusst
zugängliche Inhalte und
Beeinflussung durch sprachl.
Gepflogenheiten

Bitte bewerten Sie jedes Ziel bezüglich folgender Aussagen

Wie wichtig ist es für Sie...

	UNWICHTIG				WICHTIG
1. "von anderen akzeptiert zu werden"	1	2	3	4	5
2. "Ihre Fähigkeiten weiterzuentwickeln"	1	2	3	4	5
3. "ein aufregendes Leben zu führen"	1	2	3	4	5
4. "anderen zu helfen"	1	2	3	4	5
5. "Anerkennung und Liebe zu erhalten"	1	2	3	4	5
6. "Zeit mit anderen zu verbringen"	1	2	3	4	5
7. "finanzielle Sicherheit zu haben"	1	2	3	4	5
8. "Einfluss auf andere zu haben"	1	2	3	4	5
9. "sich immer zu verbessern"	1	2	3	4	5
10. "Abwechslung im Leben zu haben"	1	2	3	4	5
11. "für andere einzustehen"	1	2	3	4	5
12. "Liebe und Zuneigung zu geben"	1	2	3	4	5
13. "viele Freunde zu haben"	1	2	3	4	5
14. "genug Geld zu besitzen"	1	2	3	4	5

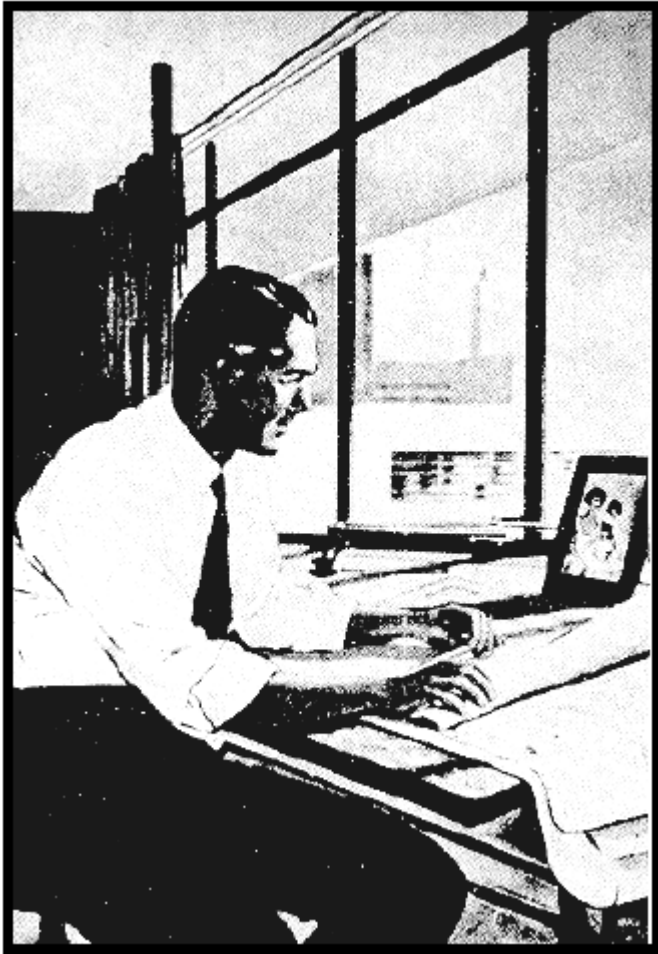
Motivdiagnostik

▶ Implizite Motivanteile

- ▶ Implizit = unbewusste affektive Vorlieben und Reaktionsformen
- ▶ der reflektierten Selbstbeobachtung nicht unmittelbar zugänglich
- ▶ zeigen sich in Situationen, die Freiraum für spontane, selbstinitiierte Handlungen und Interpretationen lassen
- ▶ Messung: indirekte (projektive) Meßverfahren
 - ▶ Mehrdeutige, interpretationsoffene Reizvorlagen
 - ▶ Offenes Antwortformat
 - ▶ Beispiel: Rorschach-Test, Thematischer Apperzeptionstest (TAT)



Thematischer Auffassungstest (TAT)



Starkes Leistungsmotiv

Geschichte 1

Herbert Smith hatte es endlich geschafft: Nach langen Jahren harter Arbeit warf sein Unternehmen endlich Gewinn ab. Niemand hatte anfangs geglaubt, dass sich mit selbstbiegenden Strohhalmen – einer Erfindung, die Smith selbst gemacht hatte – tatsächlich ein Geschäft machen ließe. Aber die vielen langen Nächte in seiner Forschungsabteilung hatten sich gelohnt.

Starkes Anschlussmotiv

Geschichte 2

Immer wieder schweiften die Gedanken von Herbert Smith von seiner Arbeit ab. Wenn er doch endlich Feierabend haben könnte! Er freute sich schon darauf, abends noch mit den Kindern zu spielen und dann noch mit seiner Frau ausgehen zu können. Leben hieß für ihn nicht arbeiten: Sein Leben bestand im Zusammensein mit seiner Familie.

- ▶ Geschichten zu 10 Bildtafeln
- ▶ Qualitative Antwortanalyse
- geringe Objektivität & Reliabilität
- Weiterentwicklung: Picture Story Exercise (<https://osf.io/pqckn/>)

Multi-Motiv-Gitter (MMG)

- ▶ semi-projektives Verfahren
- ▶ 14 Lebenssituationen
- ▶ Antwortkategorien für mehrere Motive + Fülleritems
- ▶ hohe Retest-Reliabilität ($r > .80$)
- ▶ geringe Verfälschung durch soziale Erwünschtheit



	JA	NEIN
<i>Hier kann das eigene Ansehen verloren gehen</i>		
<i>Sich hierbei den Erfolg zutrauen</i>		
<i>Hier kann man leicht vom anderen zurückgewiesen werden</i>		
<i>Bei diesen Aufgaben an mangelnde Fähigkeiten denken</i>		
<i>Die Macht anderer befürchten</i>		
<i>Man fürchtet, den anderen zu langweilen</i>		

Implizite und explizite Motivanteile

- ▶ Multi-Motiv-Gitter (MMG) & Fragebogen (Personality Research Form, PRF)
- ▶ schwache oder keine Korrelation zwischen MMG und PRF
 - ▶ unterschiedliche Motivanteile
- ▶ PFR, aber nicht MMG, korreliert mit realem und idealem Selbstbild
 - ▶ verzerrte Selbstanalyse durch Ideal-Selbst

Tab. 5.2 Interkorrelationen der Kennwerte des MMG und des PRF (N = 94). Hoffnung auf Anschluss (HA), Hoffnung auf Erfolg (HE) und Hoffnung auf Kontrolle (HK), Furcht vor Zurückweisung (FZ), Furcht vor Misserfolg (FM), Furcht vor Kontrollverlust (FK)

		MMG					
		HA	HE	HK	FZ	FM	FK
PRF	A	.22*	.20	.16	-.05	-.07	.04
	L	.09	.23*	.14	-.19	-.11	-.21
	D	-.10	.10	.22*	-.14	-.16	-.02

Tabelle 3. Korrelationen der Selbst-Bild-Skalierungen (differenziert nach Real-, Ideal- und Moral-Selbst) für die drei Motive Anschluss, Leistung und Macht mit den MMG-Kennwerten Hoffnung auf Anschluss (HA), Hoffnung auf Erfolg (HE) und Hoffnung auf Kontrolle (HK) sowie den PRF-Kennwerten (N = 94)

		Selbst-Bild der Motive			
		Motiv	Real-Selbst	Ideal-Selbst	Moral-Selbst
MMG	HA		.12	.07	.03
	HE		.15	.13	.01
	HK		.07	.10	.06
PRF	A		.52**	.29**	.07
	L		.39**	.27**	-.05
	D		.60**	.47**	.16

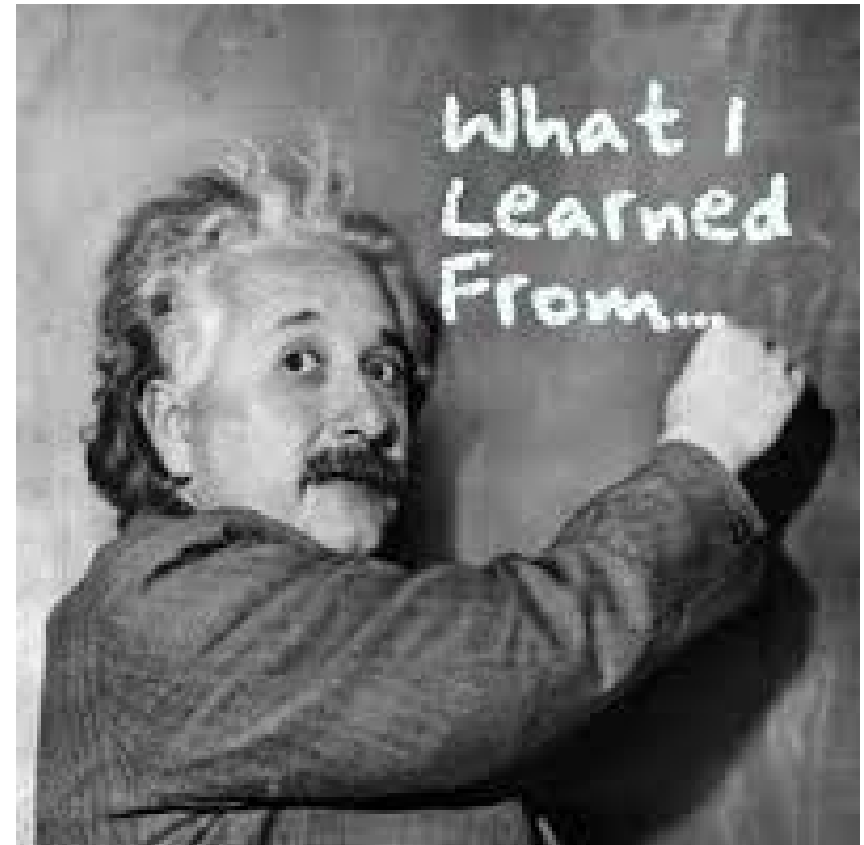
Langens et al. (2005)

Anmerkung: A = Anschluss, L = Leistung, D = Dominanz (Macht); ** p < .01 (zweis. Fragest.)

Implizite und explizite Motivanteile

Take-Home Message:

Fragebögen und Selbstberichte haben eine eher kognitive Grundlage und bilden die bewusst zugänglichen und kontrollierbaren Aspekte der Motive ab, wogegen projektive Verfahren die bewusst weniger zugänglichen, spontanen und an Affekte gebundenen Motivfacetten abbilden.



Motivationsförderung

Diagnoseschema

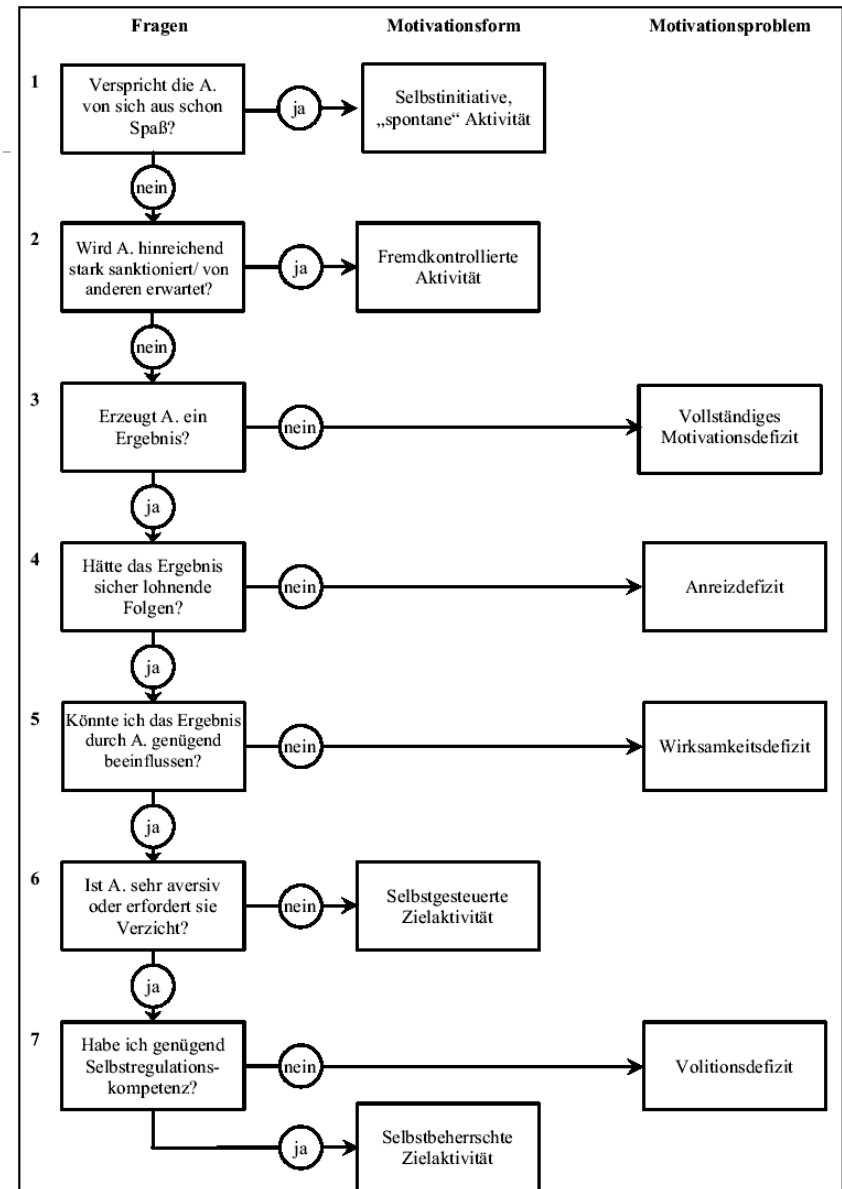
4 Motivationsprobleme:

1. Vollständiges Motivationsdefizit
2. Anreizdefizit
3. Wirksamkeitsdefizit
4. Volitionsdefizit

Interventionen:

Interessensförderung,
Imaginationstraining, Reappraisal-
Training, Zielvereinbarungen,
Training der Selbstregulation
(Fokussierung, Entspannung) u.v.m.

Rheinberg (2004)



(A = Aktivität)

Motivationstraining

- ▶ Ansatzpunkte: i. Anreizstruktur ii. Motivstruktur
 - a. Anpassung der Anreiz- an die Motivstruktur (Aufgabe→Person)
 - ▶ Bsp.: Leistungssport im Team oder einzeln
 - b. Anpassung der Motivstruktur an die Anreizstruktur (Person→Aufgabe)
 - ▶ Anforderungsanalysen, Veränderung von Motivkomponenten



Vertiefende Literatur

- ▶ Einführung in die Motivationspsychologie
 - ▶ Rothermund & Eder (2011), Kapitel 1 (S. 11-20)
- ▶ Biologische Grundlagen von Motivation und Emotion
 - ▶ Reeve (2009), Kapitel 3 (S. 47-72)

Videoquellen

- Folie 7: <https://www.youtube.com/watch?v=sx7IBzHH7c8>



Primärliteratur

- Heider, F., & Simmel, M. (1944). An experimental study of apparent behaviour". *American Journal of Psychology*, 13, 243-259.
- Langens, T.A., Schmalt, H.-D., & Sokolowski, K. (2005). Motivmessung: Grundlagen und Anwendungen. In R. Vollmeyer & J. Brunstein (Hrsg.), *Motivationspsychologie und ihre Anwendung*. Verlag W. Kohlhammer.
- Kleinginna, P. R., & Kleinginna, A. M. (1981). A categorized list of motivation definitions, with a suggestion for a consensual definition. *Motivation and Emotion*, 5(3), 263–291.
- Rheinberg, F. (2004). *Motivationsdiagnostik*. Hogrefe.



Nächste VO: Biologische Grundlagen

