

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort: Inhalt, Aufbau und Lernziele .....	11
<b>1 Einführung: Wissenschaftstheoretische und methodische Grundlagen .....</b>	<b>19</b>
1.1 Sieben Quellen von Motivation und Emotion .....	21
1.1.1 Behaviorismus: Was man nicht messen kann, gibt es nicht? .....	22
1.1.2 Brauchen Motivation und Emotion eine Persönlichkeit? .....	24
1.1.3 Sieben Gründe „faul“ zu sein .....	26
1.2 Eigenschaft und Situation .....	28
1.2.1 Individuelle Unterschiede und Persönlichkeit .....	29
1.2.2 Gibt es stabile Persönlichkeitseigenschaften? .....	30
1.2.2.1 Untersuchung von Wechselwirkungen zwischen Person und Situation .....	33
1.2.2.2 Inter- versus intraindividuelle Ebene .....	39
1.2.2.3 Persönlichkeitsdynamik: Komplexität und Nichtlinearität in Kausalnetzwerken .....	43
1.3 Neurowissenschaftliche Untersuchung von Persönlichkeit .....	46
1.3.1 Neurowissenschaften und prozessorientierte Persönlichkeitspsychologie .....	46
1.3.2 Neurobiologische Grundlagen .....	49
1.3.3 Grundbegriffe der funktionellen Hirnanatomie .....	50
1.3.4 Spontan-EEG und ereigniskorrelierte Potenziale .....	52
1.4 Priming: Eine wichtige kognitionspsychologische Methode .....	54
Reflexionsaufgaben .....	54
<b>2 Elementare Kognition: Gewohnheiten, Assoziationslernen, Objektwahrnehmung und Verhaltenspriming .....</b>	<b>57</b>
2.1 Theoriegeschichte: Pawlow, Hull, Skinner .....	60
2.1.1 Pawlow und das Klassische Konditionieren .....	61
2.1.2 Gewohnheitslernen: Hulls <i>Principles of Behavior</i> .....	62
2.1.3 Operantes Konditionieren: Skinners radikaler Behaviorismus .....	64
2.2 Verhaltensroutinen .....	66
2.2.1 Intuitive Verhaltenssteuerung: Flexibel, spontan und oftmals vage .....	66
2.2.1.1 Sensumotorische Parallelverarbeitung .....	67
2.2.1.2 Sensumotorische Fusion .....	69
2.2.1.3 Sensumotorik: Bahnung und Emotionsansteckung .....	70

2.2.2	Objekterkennung: Genau, gründlich und manchmal zwanghaft .....	71
2.2.2.1	Gestaltgesetze: Woher wissen die Teile, dass sie zum Ganzen gehören? .....	72
2.2.2.2	Feldunabhängigkeit: Objekterkennung beeinflusst die Persönlichkeit .....	73
2.2.2.3	Aufmerksamkeit ist der „Leim“ der Merkmalsintegration .....	73
2.2.2.4	Wie objektiv ist die Objektwahrnehmung? .....	74
2.2.3	Ab- und Ankopplung von Objektwahrnehmung und Verhaltenssteuerung .....	76
2.2.4	Neurobiologische Grundlagen von intuitiver Verhaltenssteuerung und Objekterkennung .....	79
2.3	Konditionierung primärer Emotionen .....	84
	Reflexionsaufgaben .....	85
<b>3</b>	<b>Temperament: Aktivierung und Erregung .....</b>	<b>87</b>
3.1	Theoriegeschichte: Pawlow, Eysenck, Berlyne .....	91
3.1.1	Pawlows Erregungskonzept: Jeder Hund hat eine Persönlichkeit? ...	92
3.1.2	Persönlichkeitsdimensionen: Von den Großen Drei zu den Big Five .....	93
3.1.2.1	Eysencks Beitrag zur Persönlichkeitspsychologie .....	93
3.1.2.2	Das Fünf-Faktoren-Modell der Persönlichkeit .....	95
3.1.3	Berlyne: Neugier und Erregungsregulation .....	100
3.2	Globale Energie: Aktivierung und Erregung .....	101
3.2.1	Motorische Aktivierung: Wenn Personen impulsiv, opportunistisch oder launisch sind .....	105
3.2.2	Sensorische Erregung: Wenn Personen sensibel, genau oder nervös sind .....	112
	Reflexionsaufgaben .....	117
<b>4</b>	<b>Affekt und Anreizmotivation: Aufsuchung, Vermeidung und Objektbindung .....</b>	<b>119</b>
4.1	Theoriegeschichte: Freud, Lewin, Gray .....	125
4.1.1	Freuds Triebtheorie .....	125
4.1.2	Lewins Topologie des Lebensraums .....	127
4.1.3	Belohnungs- und Bestrafungsaffekte: Gray .....	130
4.2	Anreizmotivation: Bahnung und Hemmung des Verhaltens .....	130
4.2.1	Aufsuchen .....	131
4.2.1.1	Sucht und dopaminerge Substanzen .....	134
4.2.1.2	Anreizmotivation .....	137
4.2.1.3	Individuelle Unterschiede in der Anreizsensibilität .....	140

4.2.1.4	Basisbedürfnisse und Homöostase: Hunger, Durst und Thermoregulation .....	141
4.2.2	Vermeiden .....	142
4.2.2.1	Funktionsmerkmale des Bestrafungssystems .....	143
4.2.2.2	Bestrafungswirkungen: Intelligente Bewältigung .....	145
4.3	Affektive Vermittlung von Belohnung und Bestrafung .....	145
4.3.1	Emotionen als motivationale Regelgrößen .....	146
4.3.2	Positive und negative Affekte: Gegenpole einer Dimension oder zwei separate Dimensionen? .....	148
4.3.3	Zusammenhang zwischen Affekt und elementarer Kognition .....	154
	Reflexionsaufgaben .....	155
<b>5</b>	<b>Stressbewältigung und Regression: Top-down- versus Bottom-up-Steuerung .....</b>	<b>157</b>
5.1	Theoriegeschichte: Triebunterdrückung und Regression in Freuds Theorie .....	161
5.1.1	Regression und psychosexuelle Entwicklungsphasen .....	162
5.1.2	Angst und Verdrängung: Von der Traumatheorie zur Triebunterdrückungstheorie (und zurück) .....	165
5.2	Stressbewältigung: Progression und Regression .....	169
5.2.1	Progression: Rationale Modulation von Emotion und Verhalten .....	171
5.2.2	Regression: Dysfunktionale Stressfolgen .....	175
5.2.2.1	Emotionale und psychosomatische Störungen .....	176
5.2.2.2	Affektregulationsfähigkeit .....	181
5.2.2.3	Adaptivität von Affektregulationsstrategien .....	188
5.2.3	Zur Entwicklung integrativer Kompetenz: Die Dialektik von Progression und Regression .....	191
	Reflexionsaufgaben .....	193
<b>6</b>	<b>Motive: Erfahrungsnetzwerke um Bedürfniskerne .....</b>	<b>195</b>
6.1	Theoriegeschichte: McDougall, Murray, McClelland, Atkinson .....	203
6.1.1	Zielgerichtete Motivation durch Instinkte: McDougall .....	204
6.1.2	Projektion und Motivmessung: Murray .....	204
6.1.3	Von den sozialen Folgen der Motive bis zu ihren biologischen Grundlagen: McClelland .....	206
6.1.4	Von der Modellierung der Leistungsmotivation bis zur Mathematik der Handlungsdynamik: Atkinson .....	207
6.2	Motive: Haben oder Sein .....	211
6.2.1	Wirkungsorientierte Motive: Leistung und Macht .....	213
6.2.1.1	Das Leistungsmotiv .....	214

6.2.1.2	Das Machtmotiv .....	218
6.2.2	Sein und Erleben: Beziehungs- und Selbstentwicklungsmotive .....	223
6.2.2.1	Das Beziehungsmotiv: Von der Abhängigkeit zur persönlichen Begegnung .....	224
6.2.2.2	Das Freiheitsmotiv: Von der Unabhängigkeit zur sozial-integrativen Selbstentwicklung .....	229
6.3	Testtheoretische Überlegungen und der Operante Motivtest .....	230
	Reflexionsaufgaben .....	234
<b>7</b>	<b>Sinn und Ziele: Kognitive Quellen der Handlungssteuerung .....</b>	<b>235</b>
7.1	Theoriegeschichte: Jung, Kelly, Frankl .....	237
7.1.1	Kognitive Verarbeitungsstile: Jung .....	237
7.1.2	Kognitive Konstrukte: Kelly .....	240
7.1.3	Sinnerleben: Frankl .....	242
7.1.4	Intelligenz: Die Messung kognitiver Fähigkeiten .....	244
7.1.4.1	Methoden der Intelligenzdiagnostik .....	245
7.1.4.2	Einige Ergebnisse der Intelligenzforschung .....	246
7.2	Kognition: Analytisch versus holistisch .....	246
7.2.1	Analytische Verarbeitung: Konkrete Ziele, Planen, Monosemantik ...	249
7.2.1.1	Begriffsbestimmung: Motive, Ziele, Absichten .....	250
7.2.1.2	Von der Zielbildung zur Umsetzung: Selektions- und Realisationsmotivation .....	251
7.2.1.3	Aufsuchungs- und Vermeidungsziele .....	254
7.2.1.4	Kausalattribution und Heckhausens rationales Handlungsmodell .....	258
7.2.2	Holistische Verarbeitung: Allgemeine Ziele, Sinn, Kreativität .....	261
7.2.2.1	Lebensziele .....	267
7.2.2.2	Aufsuchen und Vermeiden: Wohlbefinden und Gesundheit .....	268
7.3	Integrativer und reduktiver Bewusstseinsbegriff .....	269
7.3.1	Bewusstsein durch Mehrebenen-Verarbeitung .....	270
7.3.2	Reduktives (Ich-zentriertes) versus integratives Bewusstsein .....	271
7.3.3	Zum Anpassungswert des Bewusstseins .....	272
	Reflexionsaufgaben .....	275
<b>8</b>	<b>Selbststeuerung: Ich und Selbst .....</b>	<b>277</b>
8.1	Theoriegeschichte: Erikson, Kohut, Rogers .....	282
8.1.1	Erikson: Epigenetische Stufen der Selbstentwicklung .....	282
8.1.2	Kohut: Selbstentwicklung durch Widerspiegeln .....	285
8.1.3	Rogers: Wie funktioniert die „voll funktionstüchtige Persönlichkeit“? .....	286

8.2	Volition: Zentrale Steuerung von Gedanken, Gefühlen und Verhalten .....	290
8.2.1	Selbstkontrolle: Wille als Selbstdisziplin .....	295
8.2.1.1	Analytische Verarbeitung und Selbstkontrolle .....	300
8.2.1.2	Automatische Verarbeitung und Handlungsabschirmung .....	302
8.2.2	Selbstregulation: Wille als freies Selbstsein .....	305
8.2.2.1	Von der Selbstkontrolle zur Selbstregulation: Zielinternalisierung und Selbstbestimmung .....	308
8.2.2.2	Diskrepanzen zwischen impliziten und expliziten Motiven als Indikatoren geringer Selbstregulation .....	312
8.3	Selbststeuerung von Emotionen .....	319
8.3.1	Selbstkontrollierte Bewältigung von Affekten und Stress: Bewusst und oft anstrengend .....	320
8.3.2	Selbstregulierte Bewältigung von negativem Affekt und Stress: Intuitiv und „von selbst“ .....	322
	Reflexionsaufgaben .....	333
<b>9</b>	<b>Integration und Ausblick .....</b>	<b>335</b>
9.1	Verhaltens- und erfahrungsorientierte Verarbeitung auf sieben Systemebenen .....	340
9.1.1	Ebene 1: Intuitive Verhaltenssteuerung und Objekterkennung .....	346
9.1.2	Ebene 2: Aktivierung und Erregung .....	347
9.1.3	Ebene 3: Positiver und negativer Affekt .....	348
9.1.4	Ebene 4: Progression und Regression .....	349
9.1.5	Ebene 5: Wirkungsorientierte und erlebnisorientierte Motive .....	350
9.1.6	Ebene 6: Logisch-sequenzielles Denken und ganzheitlich-paralleles Auffassen .....	350
9.1.7	Ebene 7: Selbstkontrolle und Selbstregulation .....	351
9.2	Interaktionen zwischen den Systemebenen .....	355
9.2.1	Absichten, Ziele und Ideale: Warum sind sie präsenter bei Menschen, die sie nicht realisieren? .....	356
9.2.2	Ganzheitliches Erleben: Komplexe Leistungen und die Dämpfung negativen Affekts .....	358
9.2.3	Die Theorie der Persönlichkeits-System-Interaktionen .....	359
9.2.3.1	Willensbahnung durch positiven Affekt und Absichtsaktivierung ....	363
9.2.3.2	Selbstentwicklung durch konfrontative Bewältigung negativen Affekts .....	366
9.2.4	Persönlichkeitsstörungen: Eine psychofunktionale Interpretation .....	377
9.3	Anwendung: Funktionale Systemdiagnostik .....	380
	Reflexionsaufgaben .....	390

<b>Anhang</b> .....	<b>391</b>
Literatur .....	393
Glossar .....	446
Lösungshinweise zu den Reflexionsaufgaben .....	458
Ergänzende Übungsaufgaben .....	471
Lösungshinweise zu den ergänzenden Übungsaufgaben .....	473
Sachregister .....	476