

## Fragen und Antworten zur Wiederholung

### Kapitel 12 – Motivation und Volition im Handlungsverlauf

#### 1. Welche vier Phasen unterscheidet das Rubikon-Modell der Handlungsphasen?

Antwort:

Unterschieden werden die prädezyonale, die postaktionale, die aktionale und die postaktionale Handlungsphase.

#### 2. Am Ende welcher Phase des Rubikon-Modells wird eine verbindliche Intention gebildet und somit „der Rubikon“ überschritten?

Antwort:

Am Ende der prädezyonalen Phase.

#### 3. Welche Effekte auf die Selbsteinschätzung werden durch die abwägende bzw. die planende Bewusstseinslage generiert?

Antwort:

Durch Induktion der planenden Bewusstseinslage erfolgt eine positivere Einschätzung der eigenen Person als durch Induktion der abwägenden Bewusstseinslage.

#### 4. Wie wird die planende Bewusstseinslage und wie die abwägende Bewusstseinslage experimentell manipuliert?

Antwort:

Für die Induktion jeder Bewusstseinslage gibt es zwei Möglichkeiten:

(1) Planende Bewusstseinslage:

1. Man lässt Versuchspersonen zwischen Alternativen wählen, d. h. eine Entscheidung treffen;
2. Man lässt Versuchspersonen verschiedene Handlungsschritte (wann, wo und auf welche Weise) „planen“, die dazu führen sollen, einen bestimmten Wunsch in die Tat umzusetzen.

(2) Abwägende Bewusstseinslage:

1. Versuchspersonen werden in einem Entscheidungsprozess unterbrochen;

2. Versuchspersonen wägen positive und negative kurz- und langfristige Folgen von Handlungen und Nichthandlungen ab.

### **5. Welche Effekte hat die abwägende Bewusstseinslage, welche Effekte die planende Bewusstseinslage auf die Informationsverarbeitung?**

Antwort:

Die abwägende Bewusstseinslage bewirkt, dass ein Handelnder sich generell mehr „abwägende“ Gedanken macht, abwägende Gedanken besser erinnern kann als planende Gedanken, generell sehr offen für Informationen ist (diese objektiv und unparteiisch verarbeitet), außerdem ist die Aufmerksamkeit breit gestreut; in der planenden Bewusstseinslage sind diese Effekte genau umgekehrt.

### **6. Nach Induktion welcher Bewusstseinslage werden Ziele eher realisiert?**

Antwort:

Nach Induktion der planenden Bewusstseinslage.

### **7. Welche Auswirkungen hat eine abwägende Bewusstseinslage auf die Einschätzung von Partnerschaften?**

Antwort:

Hängt vom Commitment des jeweils befragten Partners hinsichtlich seiner Partnerschaft ab: ist dieses hoch, dann wird nach Induktion einer abwägenden Bewusstseinslage der Partner positiver bewertet als nach Induktion einer planenden Bewusstseinslage; ist das Commitment niedrig, sind die Effekte genau umgekehrt.

### **8. Wie wird eine „Zielintention“ definiert?**

Antwort:

Zielintentionen sind erwünschte Endzustände, die ein Handelnder erreichen möchte; sie besitzen das Format „Ich will X erreichen!“

### 9. Wie wird ein „Vorsatz“ definiert?

#### Antwort:

Bei Vorsätzen handelt es sich um so genannte „Wenn- Dann-Pläne“, die spezifizieren, unter welchen Bedingungen man welches zielgerichtete Verhalten zeigen will.

### 10. Was will man mit Vorsätzen erreichen?

#### Antwort:

Besonders schwierig zu realisierende Zielintentionen sollen hinsichtlich ihrer Verwirklichung unterstützt werden.

### 11. Welche Moderatorvariablen gibt es hinsichtlich der Wirkung von Vorsätzen?

#### Antwort:

Es gibt folgende Moderatorvariablen:

- Schwierigkeitsgrad der zu realisierenden Zielintention,
- Commitment auf die Zielintention,
- Commitment auf den Vorsatz,
- Aktivierungsgrad der Zielintention.

### 12. Erfordert die Realisierung von Vorsätzen kognitive Ressourcen?

#### Antwort:

Die Realisierung von Vorsätzen basiert auf automatischen Prozessen und erfordert deshalb keine kognitiven Ressourcen.

### 13. Welche positiven Effekte können Vorsätze im Gesundheitsbereich haben?

#### Antwort:

Beispiele: Regelmäßige Einnahme von Vitaminpillen; Teilnahme an Krebsvorsorgeuntersuchungen; regelmäßiges Training von Hüftgelenkspatienten.

#### 14. Wie können unerwünschte Effekte wie Stereotypisierung anderer Personen durch Vorsätze verhindert werden?

Antwort:

- Indem man sich einen Vorsatz fasst, der entweder die Aktivierung oder die Anwendung des unerwünschten Verhaltens inhibiert;
- im „Wenn-Teil“ des Vorsatzes sollte entsprechend eine Situation oder ein Reiz spezifiziert werden, der eine Aktivierung bzw. eine Anwendung eines Stereotyps ziemlich wahrscheinlich macht;
- im „Dann-Teil“ des Vorsatzes sollte ein zielgerichtetes Verhalten definiert werden, das dazu in der Lage ist, das Stereotyp zu inhibieren (z. B. indem es individuierende Eindrucksbildungsprozesse startet oder bereits gestartete unterstützt).