

## 2. Emotionale Prozesse

Emotionen zählten zu den umstrittensten Konstrukten in der Psychologie, und bis jetzt herrschen sehr unterschiedliche Ansichten darüber, was Emotionen eigentlich sind (HÄNZE, 1998). Hierbei ist zu beachten, dass zusätzlich zu dem Begriff „Emotion“ auch weitere Begriffe – z.B. „Gefühl“ oder „Stimmung“ – für emotionale Prozesse<sup>14</sup> verwendet werden. Trotz intensiver Forschung existieren bis heute sehr divergente Emotions- und Stimmungstheorien und damit einhergehende spezifische Definitionen der Begrifflichkeiten. Um diese Problematik angemessen zu berücksichtigen und zu verdeutlichen, nimmt in diesem Kapitel die Darstellung und Erörterung des aktuellen Forschungsstands einen breiten Raum ein. Eine weitere Ursache für die ausführliche Darstellung grundlegender Theorien zu Emotionen und emotionalem Erleben ist in der interdisziplinären Ausrichtung der vorliegenden Arbeit zu sehen. Anders als bei Arbeiten, die eindeutig dem Forschungsbereich „Emotionen“ zugeordnet werden und sich an entsprechende Experten richten, können im Rahmen dieser Arbeit grundlegende Annahmen, Theorien und Forschungsbefunde zu emotionalen Prozessen nicht als bekannt vorausgesetzt werden. Grundlegende Kenntnisse darüber, wie emotionale Prozesse generiert werden, sind für ein Verständnis der Grundannahmen dieser Arbeit zum Zusammenhang von emotionalen Prozessen und Interaktionsprozessen erforderlich.

Nach einer Differenzierung emotionaler Prozesse wird in diesem Kapitel getrennt für Emotionen und Stimmungen ein Überblick über den derzeitigen Forschungsstand gegeben. Ausführungen, die explizit auf das subjektive emotionale Befinden fokussieren, schließen sich an. Die Relevanz emotionaler Prozesse für kognitive Prozesse, insbesondere für Lern- und Leistungsprozesse, wird nachfolgend dargelegt. Eine Diskussion unterschiedlicher Methoden zur Erfassung des emotionalen Erlebens geht einer abschließenden kritischen Betrachtung der bisherigen Forschungspraxis sowie einer Formulierung daraus abzuleitender Forderungen für zukünftige Studien voran.

### 2.1 Differenzierung unterschiedlicher emotionaler Prozesse

*Everybody knows what an emotion is, until asked to give a definition (FEHR & RUSSEL, 1984 zitiert nach HOLODYSKI & FRIEDLMEIER, 1999, S. 2)*

In der einschlägigen deutschsprachigen Literatur werden unter anderem folgende Begriffe zur Beschreibung von emotionalen Prozessen verwendet:

Affekt, Affektivität, Erleben, Erlebnistönung, Gemütsbewegung, emotionale Gefühle, Gefühl, Gefühl im engeren Sinn, Gefühlszustand, Gefühlsregung, emotionale Befindlichkeit, Befinden, Wohlbefinden, Stimmung, Emotion

Allerdings fehlt in Veröffentlichungen oftmals eine Definition der verwendeten Begriffe (z.B. ABELE & RANK, 1993; KLAUER, SIEMER & STÖBER, 1991; OTTO, 2001; OTTO & HÄNZE, 1994). Würden alle zuvor genannten Begriffe in der wissenschaftlichen Diskussion identisch

---

<sup>14</sup> Der Begriff „emotionale Prozesse“ wird nachfolgend als Sammelbegriff für unterschiedliche emotional geprägte Prozesse verwendet. Zur Begründung des Begriffs „Prozess“ wird auf Punkt 2.7.1 verwiesen.

und einheitlich definiert, wäre das Fehlen einer Definition in Veröffentlichungen höchstens auf der formalen Ebene zu kritisieren. Jedoch ist die Divergenz bei der Verwendung und Definition der Begriffe, sofern eine solche vorgenommen wird, immens (s. BECKER, D., OLDENBÜRGER & PIEHL, 1987; SCHMIDT-ATZERT & HÜPPE, 1996). So werden teilweise die Begriffe „Emotion“ und „Stimmung“ (z.B. WEGGE & NEUHAUS, 2002), teilweise auch die Begriffe „Emotion“ und „Affektivität“ (z.B. BECKER, P., 2001) synonym verwendet. Nach OTTO (1994) können die Begriffe „Stimmung“, „Gefühlszustand“ und „Befinden“ synonym verwendet werden, wobei diese jedoch strikt von den Konstrukten „Gefühl“ und „Emotion“ zu differenzieren seien. An anderer Stelle (ULICH, D. & MAYRING, 1992, S. 29) wird betont, dass mit „Stimmung“ etwas anderes beschrieben wird bzw. diese etwas anderes darstellt als „Gefühlsregungen“. Von EWERT (1983) wird eine Differenzierung zwischen „Stimmung“, „Erlebnistönung“ und „Gefühl im engeren Sinn“ vorgenommen. Auch „Wohlbefinden“ kann in diese Begriffsreihe aufgenommen werden, da Wohlbefinden positive Gefühle und Stimmungen beinhalten soll (BECKER, P., 1991, S. 13) bzw. synonym für diverse emotionsbeschreibende Begriffe (Emotionen, Befinden, Stimmung, emotionale Befindlichkeit) verwendet wird (z.B. ABELE, 1991, 1999). Eine ähnliche willkürliche Verwendung von Begriffen ist in der englischsprachigen Fachliteratur zu verzeichnen, auch wenn hier die Anzahl der verwendeten Begriffe als geringer einzuschätzen ist. So werden sowohl in der Stimmungs- als auch der Emotionsforschung hauptsächlich die Begriffe „mood“, „affect“ und „emotion“ verwendet, wobei diese je nach Autor mal als Synonyme, mal als eigenständige, voneinander zu differenzierende Konstrukte verwendet werden. GOLLER (1995) beschreibt diese generelle Begriffsvielfalt und uneinheitliche Verwendung von Begriffen als „...babylonische Sprachverwirrung...“ (S. 30). Es ist somit angebracht, zunächst eine Differenzierung verschiedener emotionaler Prozesse vorzunehmen.

### 2.1.1 Stimmung und Emotion

Von vielen Forschern wird eine Differenzierung zwischen „Emotion“ und „Stimmung“ vorgenommen (vgl. SCHIMMACK & DIENER, 1997). Allerdings werden die Begriffe „Stimmung“ und „Emotion“ sehr unterschiedlich definiert und mal synonym, mal antonym für weitere der zuvor genannten emotionsbezeichnenden Begriffe (s. Punkt 2.1) verwendet. Werden die verschiedenen Begriffe und Definitionen berücksichtigt, so können zwei unterschiedliche Begriffskategorien gebildet werden:

Kategorie 1: Begriffe dieser Kategorie, zu denen „Stimmung“ und (emotionale) „Befindlichkeit“ gezählt werden, fokussieren auf das *subjektive Erleben* von unterschiedlichen emotional gefärbten Prozessen.<sup>15</sup> Nachfolgend wird der Begriff „Stimmung“ bis auf weiteres stellvertretend für alle Begriffe der Kategorie 1 verwendet.

---

<sup>15</sup> Betont werden muss, dass im Bereich der Stimmungsforschung nicht nur das subjektive Erleben als Bestandteil von Stimmungen angesehen wird (s. Punkt 2.3). Werden – insbesondere im Rahmen der Emotionsforschung – Stimmungen von Emotionen abgegrenzt, wird jedoch oftmals dieses Kriterium angeführt.

Kategorie 2: Bei Begriffen dieser Kategorie, zu denen „Emotion“ und „Gefühlsregung“ gezählt werden, bildet das subjektive Erleben nur *eine* von *mehreren* Komponenten, wobei die verschiedenen Komponenten gemeinsam eine Emotion bzw. eine Gefühlsregung bilden. Im Unterschied zur ersten Begriffsgruppe beinhalten Konstrukte dieser zweiten Begriffsklasse per Definition eine Antriebskomponente. Der Begriff „Emotion“ fungiert bis auf weiteres als Synonym für Begriffe der Kategorie 2.

Dass eine grundlegende Differenzierung zwischen Emotionen und Stimmungen allgemein anerkannt zu sein scheint, spiegelt sich darin wider, dass explizit von Emotionsforschung (vgl. IZARD, 1994; MERTEN, J., 2003) und Stimmungsforschung (vgl. ABELE, 1995; PEKRUN & JERUSALEM, 1996; SCHIMMACK, 1999) gesprochen wird und diese Bereiche inhaltlich verschiedene Forschungsschwerpunkte beinhalten. Trotzdem bereitet es Schwierigkeiten, die Begriffe „Stimmung“ und „Emotion“ exakt zu definieren bzw. voneinander zu differenzieren (SCHMIDT-ATZERT, 1996). Sollen die beiden Konstrukte unterschieden werden, so gelingt dies zumeist nur durch die Abgrenzung zueinander. Eine eigenständige Definition der beiden Konstrukte fehlt zumeist (s. hierzu auch Punkt 2.3.2). Bei einer genaueren Analyse erweisen sich alle Unterscheidungsmerkmale zwischen Stimmung und Emotion als fragwürdig (MEYER, W.U., SCHÜTZWOHL & REISENZEIN, 1997, S. 34). OTTO, EULER und MANDL (2000a, S. 13) erachten eine detaillierte, prinzipielle Unterscheidung zwischen Emotionen und Stimmungen *zur Zeit* für nicht sinnvoll. Von anderen Autoren wird in Frage gestellt, ob es zu einem späteren Zeitpunkt gelingen wird, valide Unterscheidungskriterien zu bestimmen (vgl. MEYER, W.U., SCHÜTZWOHL & REISENZEIN, 1993; MEYER, W.U. et al., 1997). Hierbei ist zu beachten, dass strikte Differenzierungsmerkmale nur dann zu finden sind, wenn es sich tatsächlich um zwei unterschiedliche Konstrukte handelt. Im Rahmen dieser Arbeit wird die Auffassung vertreten, dass die *Funktion* von Emotionen und Stimmungen und deren Auslösebedingungen so identisch sind, dass eine diesbezügliche Trennung der beiden Konstrukte nicht möglich bzw. sinnvoll ist. Nachfolgend werden dennoch Emotionen und Stimmungen getrennt voneinander erörtert. Ursache hierfür ist, dass die Emotionsforschung und die Stimmungsforschung als relativ autonome Forschungsgebiete anzusehen sind. Bevor unter Punkt 2.2.1.3 bzw. Punkt 2.3.1 die Begriffe „Emotion“ und „Stimmung“ präziser definiert werden, finden die für die nachfolgenden Ausführungen ausreichenden obigen kategorialen Definitionen Verwendung.

### 2.1.2 Gefühl

Das Konstrukt „Gefühl“ ist nach Auffassung vieler Autoren weder mit „Emotion“ noch mit „Stimmung“ identisch, jedoch enger mit dem Emotionsbegriff verknüpft als mit dem Stimmungsbegriff (ULICH, D. & MAYRING, 1992). So sind für SCHNEIDER (1992) sowohl Gefühle als auch Emotionen wertende Stellungnahmen zu Sachverhalten. Hier stellt sich jedoch die Frage, wie Stimmungen entstehen, wenn diese im Unterschied zu Emotionen und Gefühlen nicht als (Folgen von) Bewertungen angesehen werden. Von BRANDSTÄTTER (1990B) wird folgende Differenzierung zwischen „Gefühl“ und „Emotion“ vorgenommen: Emotionen beinhalten eher eine Ausdrucks- und Antriebskomponente (Mimik als Signalsystem, Handlungs-

tendenz), Gefühle beinhalten hingegen eher eine egozentrierte Eindruckskomponente (ich spüre, dass...). Nach dieser Unterscheidung sind Gefühle enger mit Stimmungen verbunden als mit Emotionen, da auch Stimmungen oftmals keine Ausdrucks- und Antriebsfunktion unterstellt wird, sondern diese nur das subjektive Erleben umfassen sollen. Dieser Unterschied spiegelt sich auch in der Herkunft der Begriff wider. So stammt das Wort „Emotion“ vom lateinischen „emovere“ (heraus bewegen, in Bewegung setzen) ab (DUDEN, 1994), wobei dieser Bedeutungskern im Rahmen der psychologischen Theorien eine Entsprechung in der Antriebskomponente findet. Der Begriff „Stimmung“ entstammt hingegen der musikalischen Fachterminologie und wurde bereits im 18. Jahrhundert als „unbestimmte Grundfassung der Seele“ definiert (ABELE, 1996, S. 91). Auf weitere Erörterungen des Begriffs „Gefühl“ wird verzichtet, da wiederum alle Differenzierungsmerkmale zu anderen emotionalen Prozessen fragwürdig erscheinen und in der einschlägigen Forschung „Gefühl“ als autonomes Konstrukt kaum mehr Berücksichtigung findet (s. ABELE, 1995; JERUSALEM & PEKRUN, 1999; MÖLLER & KÖLLER, 1996).

## 2.2 Emotionen

In diesem Kapitel wird auf Emotionen, im Sinne der unter Punkt 2.1.1 vorgenommenen Begriffsverwendung, fokussiert. Es ist bei den nachfolgenden Ausführungen zu berücksichtigen, dass Stimmungen im Rahmen eines eigenständigen Forschungsfelds erst seit gut zwanzig Jahren untersucht werden (vgl. SCHIMMACK, 1999); zuvor wurden Stimmungen fast ausschließlich innerhalb der Emotionsforschung thematisiert. Hieraus resultiert, dass insbesondere bei der Erörterung älterer Emotionstheorien sprachlich die obige Differenzierung zwischen Emotion und Stimmung nicht immer eingehalten werden kann.

Unterschiedliche Auffassungen bestehen bei verschiedenen Emotionstheorien insbesondere über die Funktion von Emotionen (adaptiv vs. dysfunktional) als auch darüber, wie Emotionen entstehen bzw. ob (und wenn ja in welchem Ausmaß) kognitive Prozesse zur Entstehung einer Emotion notwendig sind (s. LANTERMANN, 1983; SCHERER, 1984; WEINER, 1985; ZAJONC, 1980, 1994). Auch herrscht kein Konsens darüber, ob eine begrenzte Anzahl von Emotionen existiert (s. IZARD, 1977; SCHERER, 1984) und ob Emotionen als Zustand oder als Prozess zu bewerten sind (vgl. SCHERER, 1981). Hieraus lässt sich ableiten, wie schwierig es sich gestaltet, eine zutreffende Definition des Konstruktes „Emotion“ vorzunehmen. Bei existierenden Definitionen besteht zusätzlich das Problem, dass diese oftmals eng an bestimmte Emotionstheorien gebunden sind und daher jeweils nur einen bestimmten Aspekt des Phänomens „Emotion“ berücksichtigen (vgl. GOLLER, 1995; SPIES & HESSE, 1986). So ziehen PEKRUN und JERUSALEM (1996, S. 4) das Fazit, dass „Emotion“ im Vergleich zu „Kognition“ deutlich schwerer zu definieren sei, zumal auch ein gemeinsamer Kern der Begriffsverwendungen bei den unterschiedlichen Emotionstheorien nur schwer auszumachen sei.

Bevor unter Punkt 2.2.1.3 das Konstrukt „Emotion“ detaillierter definiert wird, soll in Anlehnung an SCHERER (1996) vorläufig die folgende Beschreibung ausreichen:

Emotionen sind Reaktionsmuster auf diskrete, auslösende Ereignisse, die mindestens die folgenden drei Komponenten beinhalten:

- eine subjektive Erlebenskomponente sowie
- neurophysiologische Reaktionsmuster (im zentralen und autonomen Nervensystem) und
- eine motorische Ausdruckskomponente (Mimik, Gestik, Stimme).

Nachfolgend wird ein kurzer Überblick zur historischen Entwicklung und zum aktuellen Stand der Emotionsforschung gegeben. Weiterhin wird aufgezeigt, dass durch aktuelle neurophysiologische Studien bereits als obsolet bezeichnete Emotionstheorien eine Wiederbelebung erfahren und somit derzeit die Heterogenität aktuell diskutierter Emotionstheorien einen neuen Höhepunkt erfährt.

### 2.2.1 Stand der Emotionsforschung

Innerhalb der psychologischen Forschung wurden Emotionen lange Zeit ausschließlich negative Effekte auf rationale Verhaltensweisen des Menschen unterstellt, wobei Kognition und Emotion zumeist als strikt voneinander getrennt ablaufende Prozesse angesehen wurden. Die negative Bewertung von Emotionen kann durch folgendes Zitat veranschaulicht werden:

„Die Nutzlosigkeit, ja sogar die Schädlichkeit des Gefühls ist allgemein bekannt. Nehmen wir einen Menschen, der die Straße überqueren will; wenn er Angst vor Autos hat, verliert er die Fassung und wird überfahren. Angst, Freude, Ärger – sie schwächen unsere Aufmerksamkeit und unser Urteil und lassen uns oft bedauerliche Handlungen begehen. Kurz – der Mensch in der Gewalt einer Leidenschaft verliert seinen Kopf.“ (CLAPAREDE, 1928, zitiert nach SCHÖNPFLUG & SCHÖNPFLUG, 1983, S. 379)

Nur wenige Jahre später bezeichnete der Psychologe MEYER (1933) Emotionen als „Unsinn“ und plädiert dafür, Emotionen ganz aus der psychologischen Forschung auszuklammern. Im Rahmen der kognitiven Wende wurde das subjektive Erleben zwar wieder als legitimer Forschungsbereich der Psychologie rehabilitiert (MEYER, W.U. et al., 1997), jedoch wurden Emotionen zu diesem Zeitpunkt nicht wesentlich positiver als zuvor betrachtet. So wurde 1978 der Mensch als „Irrläufer der Evolution“ bezeichnet (KOESTLER, 1978), da die (phylogenetischen) „alten“, affektiven Verhaltenssteuerungen als „unnötiger Ballast“ fast völlig getrennt von kognitiven, rationalen Verhaltenssteuerungen existieren würden. Dass die negative Bewertung von Emotionen innerhalb der psychologischen Forschung bis Anfang der 80er Jahre des 20. Jahrhunderts angehalten hat, kann durch das viel zitierte Fazit von SCHERER – Emotionen würden von vielen Psychologen als „...bedauerliche Unvollkommenheit einer ansonsten perfekten kognitiven Maschine...“ (1981, S. 306) angesehen werden – verdeutlicht werden. Dass zu diesem Zeitpunkt Emotionen und Kognition ebenfalls noch als strikt voneinander getrennte Forschungsbereiche ohne wesentliche Berührungspunkte verstanden wurden, kann durch folgendes Beispiel veranschaulicht werden: Ein vom Psychologen DÖRNER gestellter Forschungsantrag, in dem er Zusammenhänge von Denken und Emotionen analysieren wollte, wurde von der Deutschen Forschungsgemeinschaft in den 80er Jahren des 20. Jahrhunderts

mit der Begründung abgelehnt, er „...solle sich als „Denkforscher“ bitte nicht um Emotionen kümmern“ (DÖRNER, 1993, S. 12).

Angemerkt wird an dieser Stelle, dass von ZIMMER (1981) bereits Anfang der 80er Jahre des 20. Jahrhunderts von der „Vernunft der Gefühle“ gesprochen wurde. Allerdings hat es in Deutschland noch einige Jahre gedauert, bis innerhalb der scientific community relativ einheitlich von der negativen Bewertung der Emotionen Abstand genommen und zunehmend von einer wechselseitigen Beeinflussung von Emotion und Kognition ausgegangen wurde (vgl. BECKER, D. et al., 1987; KUHLE, 1983a; SPIES & HESSE, 1986). Als Vorreiter der zu diesem Zeitpunkt einsetzenden Renaissance der Emotionspsychologie gilt SCHERER (1981).

Durch die Wiederbelebung der psychologischen Emotionsforschung wurde in den letzten 20 Jahren eine Vielzahl von Forschungsprojekten im sozialpsychologischen und im neurophysiologischen Bereich initiiert, die zur Erweiterung der Erkenntnisse über das Konstrukt Emotion beitragen. Allerdings haben die Forschungsbemühungen bisher nicht zu einer allgemein anerkannten Theorie geführt (vgl. JERUSALEM & PEKRUN, 1999; ROST, 2001); vielmehr findet sich in der derzeitigen Emotionspsychologie eine fast unüberschaubare Vielfalt von Theorien (MERTEN, J., 2003). Nachfolgend ist es daher nicht möglich, unterschiedliche Emotionstheorien ausführlich zu erörtern, so dass nur wesentliche Merkmale verschiedener Ansätze skizziert werden können.

### 2.2.1.1 Emotionstheorien

Sollen bestimmte Ansätze unterschiedlicher Emotionstheorien<sup>16</sup> vorgestellt werden bzw. einzelne Emotionstheorien stellvertretend für bestimmte Ansätze erörtert werden, besteht folgende Problematik. Es existieren nicht nur sehr unterschiedliche, kaum vergleichbare Emotionstheorien, sondern ebenfalls auch sehr heterogene Klassifizierungen der psychologischen Emotionstheorien. So finden sich sowohl Systematiken, die sich hauptsächlich an den theoretischen Traditionen und historischen Zusammenhängen der Forschungsrichtung orientieren (s. CORNELIUS, 1996; MEYER, W.U. et al., 1997; ULICH, D. & MAYRING, 1992) als auch stärker inhaltlich geprägte Klassifikationen, wie die von SCHERER (1990) aufgestellte Systematik, welche in Tabelle 2 abgebildet wird.

---

<sup>16</sup> Im Rahmen dieser Arbeit werden soziologisch, anthropologisch und philosophisch orientierte Emotionskonzeptionen nicht berücksichtigt. Hierzu wird auf FIEHLER (1990) verwiesen.

Kognitive Komponente	Neuro-physiologische Komponente	Ausdrucks-komponente	Motivationale Komponente	Gefühls-komponente
Arnold	James/Lange	Darwin	Scott	Wundt
Lazarus	Duffy	Tomkins	Panksepp	Davitz
Weiner	Lindsley	Ekman	Darwin/Plutchik	Traxel
Bandura	Young	Izard	McDougall	Sartre
Ellsworth/Roseman/ Smith	Arnold	Lersch	Leeper	Hellmann
Frijda	Cannon	Klages	Buck	Heller
Solomon	Hebb	u.a.	Frijda	u.a.
Schachter/Mandler	Mac Lean		u.a.	
Berlyne	Papez			
Simonov	Pribram			
Leventhal	u.a.			
Bower				
Lang u.a.				

**Tabelle 2:** Systematik zur Klassifizierung von Emotionstheorien nach SCHERER (1990)

SCHERER (1990) berücksichtigt längst nicht alle bekannten Emotionstheorien, beispielsweise fehlen die Theorien von ZAJONC (1980) und LANTERMANN (1983). Dass die aufgeführten Emotionstheorien teilweise zwei Kategorien zugeordnet werden, macht deutlich, dass zum Teil mehr als einer Komponente eine besondere Relevanz zugesprochen wird.

Nachfolgend werden drei unterschiedliche Ansätze thematisiert, die sich insbesondere hinsichtlich der Annahmen zur Generierung emotionaler Prozesse unterscheiden. Dies ist sinnvoll, da im Rahmen dieser Arbeit die Entstehungsbedingungen für emotionale Prozesse von besonderer Relevanz sind. Für die drei Ansätze werden nachfolgend Theorien ausgewählt und kurz skizziert, die als prototypisch für den jeweiligen Ansatz gelten können. Für eine detaillierte Übersicht unterschiedlicher Ansätze und Theorien wird auf andere Autoren (z.B. MEYER, W. U., SCHÜTZWOHL & REISENZEIN, 2001) verwiesen. Zu beachten ist bei den nachfolgenden Ausführungen, dass unterschiedliche Emotionstheorien zum Teil mehr als einem Ansatz zugeordnet werden können und daher auch eine andere als die nachfolgende Zuordnung möglich wäre.

### 2.2.1.1.1 Evolutionsbiologische Ansätze

Der Pionier der evolutionsbiologischen Ansätze war DARWIN (1872/2000), der die von ihm zu Erklärung der Entstehung von Arten entwickelte Theorie auf Emotionen übertrug. Die Entstehung von Emotionen kann diesem Ansatz zufolge nur durch die phylogenetische Entwicklung des Menschen verstanden werden. In dieser stammesgeschichtlichen Entwicklung des Menschen müssen Emotionen aus evolutionsbiologischer Sicht einen Selektionsvorteil darstellen, z.B. in der Art, dass sie eine schnelle Reaktion auf Umweltereignisse erlauben. DARWIN (ebd.) zufolge kommt dem Ausdrucksverhalten eine besondere Relevanz zu, wobei dieses als Rudiment adaptiver Verhaltensweisen zu verstehen sei; so solle beispielsweise das Hochzie-

hen der Augenbraue ursprünglich zum schärferen Sehen beigetragen haben. Im Lauf der Phylognese wandelte sich die Funktion des mimischen Ausdrucks in der Art, dass dieser eine Schutz- und vor allem eine kommunikative Signalfunktion besäße und somit zur Regulation von Interaktionen in Sozialverbänden beitrage (MEYER, W.U. et al., 1997). So deutet beispielsweise oftmals ein bestimmter mimischer Emotionsausdruck eine bestimmte Handlungsabsicht an. Durch dieses Signal können andere Personen ihr Verhalten wiederum auf die geplanten Handlungen abstimmen, welches dazu führen kann, dass die ursprünglich geplante Handlung gar nicht mehr ausgeführt werden muss. Beispielsweise kann ein wütender Gesichtsausdruck – als Signal für eine Bereitschaft zum Angriff – oft bereits dazu führen, dass eine andere Person sich zurückzieht und die geplante Handlung (Angriff) von der wütenden Person gar nicht mehr ausgeführt werden muss.

Aus Beobachtungen und Befragungen zog DARWIN (1872/2000) das Fazit, dass bestimmte Emotionen mit bestimmten mimischen Ausdrücken gekoppelt seien, wobei diese Kopplung angeboren sei. Von anderen evolutionsbiologisch orientierten Emotionspsychologen (EKMAN, 1984; EKMAN & FRIESEN, 1971; IZARD, 1977; PLUTCHIK, 1962) wurde hieraus die These abgeleitet, dass nur eine bestimmte Anzahl von Basisemotionen existiert und diese klar voneinander differenziert werden können. Je nach Theorie wird von unterschiedlichen Basisemotionen ausgegangen; für einen Überblick über die von unterschiedlichen Autoren postulierten Basisemotionen wird auf ORTONY und TURNER (1990) verwiesen. Gemeinsam ist den unterschiedlichen evolutionsbiologischen Emotionstheorien, dass sie Emotionen als angeborene Reaktionsmuster betrachten, wobei insbesondere die motorischen Programme zum mimischen Ausdruck als phylogenetisch bestimmt angesehen werden.

Dass in verschiedenen Studien (s. SCHNEIDER, K. & DITTRICH, 1989) eine große Übereinstimmungen des mimischen Ausdrucksverhalten primärer Emotionen bei Menschen und nicht-menschlichen Primaten belegt werden konnte, scheint diese Annahmen zu bestätigen. Studien, in denen der mimische Affektausdruck von Kleinkindern und blind geborenen Säuglingen bzw. Kleinkindern<sup>17</sup> untersucht wurde, deuten ebenfalls – wenn auch mit Einschränkungen – darauf hin, dass bestimmte Emotionen mit bestimmten mimischen Ausdrücken einhergehen und dass das mimische Ausdrucksverhalten angeborenen Ursprungs ist (s. CARLSON, 2004, S. 413ff.).

Als bekannteste Studie zur Überprüfung der Universalitätshypothese des mimischen Affektausdrucks kann die *Fore*-Studie von EKMAN und FRIESEN (1971) gelten. In dieser Studie wurden als Probanden Angehörige des *Fore*-Stammes,<sup>18</sup> ausgewählt, die zum Zeitpunkt der Studie fast noch keinen Kontakt zu Menschen aus westlichen Kulturkreisen hatten. Erwachsenen und Kindern des *Fore*-Stammes wurden je drei Fotos mit Gesichtern vorlegt, wobei die Gesichter jeweils den für eine Emotion typischen mimischen Ausdruck darstellten („Emotions-

---

<sup>17</sup> Weil blinde Erwachsene vermutlich genug Beschreibungen des mimischen Ausdrucks gehört und sensorisch wahrgenommen haben, wäre eine Einbeziehung blinder Erwachsener nicht sinnvoll. Durch die Einbeziehung blinder Säuglinge und Kleinkinder kann weitgehend ausgeschlossen werden, dass die gezeigten Verhaltensweisen als Imitation häufig beschriebener bzw. gefühlter Verhaltensweisen gelten können.

<sup>18</sup> Stamm aus Neuguinea.



gesichter“). Diese Emotionsgesichter sollten von den Probanden einer kurzen Schilderung einer emotionalen Situation zugeordnet werden. Bis auf „Angst“ (fear) wurden alle von EKMAN und FRIESEN (ebd.) postulierten Basisemotionen (happiness, sadness, anger, surprise, disgust, fear) mit einer Rate von 65% bis 100% richtig zugeordnet bzw. erkannt, wobei die Rate zumeist am oberen Ende dieses Wertebereiches lag. Ebenso konnten auch amerikanische College-Studenten erfolgreich die von Fore dargestellten Emotionsgesichter bestimmten emotionalen Situationen zuordnen. Diese Ergebnisse scheinen ebenfalls eine kulturunabhängige Verknüpfung zwischen Basisemotionen und mimischem Ausdrucksverhalten zu bestätigen, auch wenn insgesamt bedeutsame kulturelle Unterschiede in den Erkennungsraten bestehen (s. ROST, 2001). Von FRIDLUND (1991) wird kritisch angemerkt, dass der mimische Ausdruck *ausschließlich* als Signalsystem zwischen Individuen zu verstehen sei und keinen Zusammenhang zu emotionalen Prozessen aufweisen müsse.

Vermutlich nicht zuletzt aufgrund der Ergebnisse der kulturvergleichenden Studien haben die meisten Vertreter von evolutionsbiologischen Emotionstheorien auch additive Modelle entwickelt. Diese beinhalten zumeist, dass phylogenetisch entstandene, genetisch festgelegte Grundemotionen existieren, die eine überlebensdienliche Funktion hatten. Für die Auslösung und Kontrolle dieser Basisemotionen seien jedoch bestimmte soziale und kulturell geprägte Lernprozesse relevant (z.B. EKMAN, 1988). Dabei sollen sich diese Lernprozesse in „display rules“ widerspiegeln, die als Regeln für einen adäquaten Ausdruck von Emotionen in Abhängigkeit von der Situation verstanden werden können. Kulturelle Unterschiede im Affektausdruck werden in diesen additiven Modellen durch *kulturspezifische* „display rules“ begründet.

Die grundlegende Kritik an evolutionsbiologischen Emotionstheorien bezieht sich einerseits auf methodische Mängel einiger Studien (RUSSELL, 1994). Die Grundannahme, dass mit spezifischen Emotionen ein spezifisches Ausdrucksverhalten einhergeht, wird jedoch kaum bezweifelt. Die zweite Annahme evolutionsbiologischer Emotionstheorien – die Entstehung von bestimmten Emotionen ist an *bestimmte* auslösende Reize gebunden – wird hingegen kritischer diskutiert. Dies liegt unter anderem daran, dass diese Annahme im Widerspruch dazu steht, dass Individuen, die in *identischen* Kulturkreisen aufgewachsen sind, in *vergleichbaren* Situationen unterschiedlich reagieren bzw. einen unterschiedlichen mimischen Emotionsausdruck zeigen. So ist es durchaus möglich, dass eine Person X in einer Situation mit der Emotion „Ärger“ reagiert, während Person Y in der gleichen Situation mit der Emotion „Angst“ reagiert (vgl. ULICH, D. & MAYRING, 1992, S. 37).

Abschließend kann festgehalten werden, dass die Existenz von angeborenen Basisemotionen mit spezifischen Ausdrucksverhalten nicht grundsätzlich in Frage gestellt wird, sondern oftmals nur der biologische Anteil als deutlich überbewertet angesehen wird. Aktuelle Befunde der neurophysiologischen Forschung können als Beleg für die Existenz von Basisemotionen interpretiert werden (s. Punkt 2.2.1.2). Eine weitere kritische Erörterung evolutionstheoretischer Emotionstheorien kann im Rahmen dieser Arbeit nicht erfolgen, so dass hierfür auf MEYER, W.U. et al. (1997) verwiesen wird.

### 2.2.1.1.2 Peripheralistische Emotionstheorien

Die Emotionspsychologie wurde nachhaltig von der Vorstellung geprägt, dass Emotionen mit der Wahrnehmung propriozeptiver Rückmeldungen peripherer Körperreaktionen identisch sind bzw. durch diese ausgelöst werden (KUHL, 1983a). Dabei sollte insbesondere die Wahrnehmung von Veränderungen im zentralen oder peripheren Nervensystem – aber auch Veränderungen in bestimmten körperlichen Organen (z.B. Drüsen, Gefäßen, Haut) und des Gesichtsausdrucks – zu bestimmten Emotionen führen. Als Wegbereiter der peripheralistischen Ansätze gilt WILLIAM JAMES, dessen Ansatz ein Jahr später vom Physiologen CARL LANGE aufgegriffen und geringfügig modifiziert wurde (s. KUHL, ebd.). Aufgrund der großen Ähnlichkeit beider Modelle wird traditionell von der James-Lange-Emotionstheorie gesprochen. Die Grundannahme dieser Theorie kann wie folgt zusammengefasst werden: Menschen zittern nicht, weil sie Angst haben, sondern Menschen erleben Angst, weil sie zittern. Durch diese Kurzformel wird deutlich, dass Emotionen nicht als *Reaktion* auf Umweltereignisse angesehen werden, sondern als mittelbare Reaktion auf die *Perzeption* körperlicher Veränderungen.

Von JAMES wird der Gesichtsausdruck explizit als emotionsgenerierende Quelle ausgeschlossen (s. SCHERER, 1990). Dagegen wird der mimische Ausdruck bei ausdruckspsychologischen Ansätzen (z.B. GELLHORN, 1964) als ursächlich für die Entstehung von Emotionen angesehen. Die Grundannahme dieser „facial-feedback-Hypothese“ kann wie folgt erörtert werden. Genetisch vorprogrammierte Erregungsmuster im limbischen System werden durch externe oder interne Ereignisse aktiviert. Diese Erregungsmuster generieren durch die Sendung von Impulsen zu den Gesichtsmuskeln genetisch vorprogrammierte Gesichtsausdrücke. Über afferente Bahnen werden die Aktivitäten der Gesichtsmuskeln an die sensorischen Zentren der Großhirnrinde rückgemeldet. Erst diese Verarbeitung der Rückmeldung führt zum bewussten Erleben der Emotion (vgl. CARLSON, 2004). Eine abgeschwächte Variante dieser Hypothese besagt, dass eine Person ihren emotionalen Zustand durch *willentlich* expressives Verhalten über facial feedback bis zu einem gewissen Grad verändern kann (vgl. CARLSON, ebd.). Eine dritte Variante besagt, dass der Einfluss von facial feedback durch die Bewertung der aktuellen Situation und die eigene Entwicklungsgeschichte emotionaler Selbstregulation beeinflusst wird (IZARD, 1990).

Ergebnisse einer Meta-Studie (LAIRD, 1984) scheinen die erste, starke Variante der facial-feedback-Hypothese zu belegen. Auch eine Studie von SOUSSIGNAN (2002) belegt, dass differentielle Gesichtsmuskelkonfigurationen unterschiedliche Effekte auf das emotionale Erleben und physiologische Zustände haben. Allerdings ist zu berücksichtigen, dass Emotionen nicht immer mit entsprechenden mimischen Veränderungen einhergehen müssen. So findet beispielsweise ein Unterdrücken von typischen Emotionsausdrücken statt, wenn verhindert werden soll, dass die soziale Umwelt wahrnehmen kann, wie sich die Person fühlt (z.B. beim „Verhandlungspoker“). Andererseits können auch emotionspezifische Mimiken gezeigt werden, ohne dass die dazugehörigen Emotionen erlebt werden. So zeigen Forschungsergebnisse, dass der emotionale Gesichtsausdruck von einer Person bewusst eingesetzt wird, also vorge-

täuscht wird, um ein bestimmtes soziales Ziel (Aufmerksamkeit, Mitgefühl etc.) zu erreichen (s. BÄNNINGER-HUBER & VON SALISCH, 1994; IZARD, 1977).

Viel Aufmerksamkeit erhielt neben den ausdruckspsychologischen Ansätze auch die Zweifaktoren-Theorie von SCHACHTER und SINGER (1962). Diese besagt, dass spezifische Emotionen aus der Interaktion der erlebten Aktivität des autonomen Nervensystems und der kognitiven Interpretation dieser Aktivität entstehen. Dieser Theorie zufolge führt die Perzeption des eigenen unspezifischen Erregungszustandes zu dem Bedürfnis, die Ursache der eigenen Erregung zu benennen. Individuen werden aktiv nach einer Erklärung ihrer eigenen Erregung suchen, wenn die aktuelle Situation keinen Hinweis auf die Ursache der eigenen Erregung liefert. Diese Annahme wurde zumindest teilweise in dem klassischen Adrenalin-Experiment bestätigt (SCHACHTER & SINGER, ebd.). Kritisiert werden bei dieser Studie jedoch methodische Mängel; weiterhin konnten auch die Ergebnisse dieser Studie nicht repliziert werden (MARSHALL & ZIMBARDO, 1979). Trotzdem wurde die Zweifaktoren-Theorie von vielen enthusiastisch aufgenommen, nicht zuletzt deshalb, da erstmals wieder kognitiven Determinanten eine wesentliche Rolle innerhalb von Emotionstheorien zugeschrieben wurde.

Trotz überwiegend widersprüchlicher und mehrdeutiger Befunde wurden peripheralistische Ansätze lange weiter verfolgt, wenn auch nachfolgende Theorien im Vergleich zu der von JAMES (s. KUHLE, 1983) vertretenden Position als deutlich abgeschwächer – hinsichtlich der emotionsauslösenden Wirkung von physiologischen Veränderungen – bezeichnet werden können. So wurde 1980 von LEVENTHAL die „Vorwärtsmeldungs“-Hypothese aufgestellt, die als letzter weit verbreiteter peripheralistischer Ansatz gelten kann. Anders als die zuvor aufgestellten Theorien, bei denen die *afferenten* Informationen von der Gesichtsmuskulatur als emotionsauslösend betrachtet werden, geht LEVENTHAL (1980) davon aus, dass die zeitlich früher vorliegenden *efferenten* Informationen über die auszuführende Mimik als emotionsauslösend anzusehen sind.<sup>19</sup>

Peripheralistische Ansätze wurden lange als überholt angesehen. Es wurde davon ausgegangen, dass periphere Prozesse (mimischer Ausdruck, Veränderung des Nervensystems etc.) Emotionen vermutlich modulieren können, diese in der Regel aber nicht ausreichen, um Emotionen hervorzurufen (s. GOLLER, 1995). Aktuelle Ergebnisse neurophysiologischer Experimente deuten hingegen an, dass Emotionen doch durch die Wahrnehmung von Veränderungen im zentralen oder peripheren Nervensystem ausgelöst werden können. So sehen ANDERS et al. (2004) die Ergebnisse ihrer Studie explizit als Bestätigung der James-Lange Theorie an (s. Punkt 2.2.1.2).

---

<sup>19</sup> Zusätzlich zu diesem ausdrucksmotorischen Emotionssystem werden zwei weitere Emotionssysteme postuliert, ein schemaabhängiges sowie ein kognitiv-begriffliches, wobei dem expressiv-motorischen Emotionssystem eine herausragende Position eingeräumt wird.

### 2.2.1.1.3 Kognitive Emotionstheorien

Die wesentliche Gemeinsamkeit kognitiver Emotionstheorien besteht darin, dass Emotionen als Folge komplexer kognitiver Urteilsprozesse aufgefasst werden, wobei die Gesamtheit der Bewertungsprozesse zumeist als (kognitives) *appraisal* bezeichnet wird. Sehr heterogen sind hingegen die Annahmen darüber, wie viele unterschiedliche Bewertungsschritte zur Emotionsgenerierung erforderlich sind und ob Kognition immer als bewusster, zielgerichteter Denkprozess aufzufassen ist (s. MANDL & HUBER, 1983).

Ansätze, die Emotionen als Folge kognitiver Bewertungsprozesse auffassen, wurden bereits lange vor der „kognitiven Wende“ vertreten. So war beispielsweise LINDWORSKY bereits 1923 der Meinung, dass Gefühle aus der bewussten Reflexion über ein eingetretenes Ereignis resultieren (zitiert nach KUHL, 1983a, S. 17). Weiterhin wird in diesem Ansatz die Auffassung vertreten, dass positive Emotionen durch die Erreichung eines angestrebten Handlungsergebnisses ausgelöst werden. Diese Annahme über den Zusammenhang zwischen positiven Emotionen bzw. positiver Stimmung und dem Erreichen von Handlungszielen findet sich in nahezu allen kognitiven Emotionstheorien zumindest implizit wieder. Obwohl bereits in den 20er Jahren des 20. Jahrhunderts kognitive Bewertungstheorien zur Erklärung von Emotionen existierten, wird innerhalb der Emotionspsychologie zumeist ARNOLD (1960) als Begründerin dieser Theorien angesehen. Im Gegensatz zu später aufgestellten Theorien (s.u.) geht ARNOLD (ebd.) von *einem appraisal* aus, wobei nur zwischen *Nutzen* und *Schaden* differenziert wird. Der emotionale Prozess selbst besteht ihrer Auffassung nach aus drei Schritten: Wahrnehmung der Situation, Bewertung der Situation (potentieller Schaden/Nutzen) und einer konkreten Emotion in Abhängigkeit vom Bewertungsergebnis. Anhand eines klassischen Beispiels können diese Schritte wie folgt verdeutlicht werden: In Situation A wird ein Bär im Wald wahrgenommen, in Situation B ein Bär im Zoo. Situation A wird so bewertet werden, dass ein Schaden für das Individuum für möglich gehalten wird (Angriff und Verletzung durch den Bär), worauf mit der Emotion „Angst“ und Vermeidungsverhalten (Flucht) reagiert wird. Situation B wird hingegen Interesse und Freude auslösen und zu Annäherungsverhalten führen, da die Situation potentiell nützlich und nicht schädlich bewertet wird. ARNOLD (ebd.) geht davon aus, dass der Bewertungsprozess ein rascher, wahrnehmungsähnlicher Vorgang ist, der ohne komplexe, abstrakte Beurteilungs- und Inferenzleistungen auskommt.

Die Überlegungen von ARNOLD (1960) wurden von LAZARUS und seinen Mitarbeitern (AVERILL, OPTON & LAZARUS, 1969; LAZARUS, 1991) aufgegriffen, die hieraus ein kognitiv-handlungstheoretisches Stress-Modell entwickelten und dieses auch auf die Entstehung von Emotionen anwendeten. Anders als ARNOLD (ebd.) geht LAZARUS (1966; 1991) von mehreren sukzessiven Bewertungsschritten aus, wobei er zwischen primärem und sekundärem appraisal unterscheidet. Die primären Bewertungsschritte beziehen sich darauf, welche Relevanz die Situation für das Individuum besitzt und ob die Situation zur Beeinträchtigung von individuellen Zielen führt. Die sekundären Bewertungsschritte umfassen die Bewertung der Folgen des Ereignisses, die Verursacher und die individuellen Möglichkeiten, auf die Folgen Einfluss zu nehmen. Einzelne Bewertungsschritte können mehrfach durchlaufen werden. Zusätzlich zu den komplexen kognitiven Bewertungsprozessen beinhalten Emotionen nach LAZARUS (ebd.)

immer eine physiologische und motivationale Komponente, wobei diese drei Komponenten von Individuen nicht als separate Reaktionen erlebt werden, sondern als das Phänomen „Gefühl“. Weiterhin geht LAZARUS (ebd.) davon aus, dass die Ergebnisse der Bewertungsprozesse zu unterschiedlichen Kernthemen zusammengefasst werden können, die wiederum konkreten Emotionen zugeordnet werden können, wobei jede Emotion mit einem spezifischen physiologischen Erregungsmuster gekoppelt ist. Somit besteht eine Analogie zu Emotionstheorien, die von konkreten Basisemotionen und Emotionsfamilien ausgehen (z.B. EKMAN & FRIESEN, 1971). Die Besonderheit des Ansatzes von LAZARUS (ebd.) kann darin gesehen werden, dass er einer der ersten ist, der die Relevanz individueller Bedürfnisse bzw. Motive<sup>20</sup> für die Entstehung von Emotionen *explizit* hervorhebt. Da immer ein primäres appraisal für die Entstehung von Emotionen erforderlich ist, können Emotionen nur entstehen, wenn die Ereignisse Relevanz für die Befriedigung von individuellen Bedürfnissen besitzen. Anders ausgedrückt: Ein Individuum wird nicht emotional reagieren, wenn es die Relevanz, die Ereignisse für seine Bedürfnisbefriedigung besitzen, nicht (bewusst) erkennt bzw. diese keine Relevanz besitzen (LAZARUS, 1991). Diese Annahme wird durch neurophysiologische Studien gestützt (s. Punkt 2.2.1.2).

Die Annahme von LAZARUS (1966; 1991), die Emotionsgenese sei zwingend von kognitiven Prozessen abhängig, wurde von ZAJONC (1980) bestritten, woraus sich die so genannte „Emotions-Kognitions-Debatte“ entwickelte. ZAJONC (1980; 1994) vertritt die These, dass Emotionen und Kognition zwar miteinander interagieren können, jedoch zwei unterschiedliche Systeme darstellen, wobei Emotionen auch ohne kognitive Beteiligung generiert werden können. Verantwortlich hierfür sei das „emotionale Anpassungssystem“, durch welches Reize auch ohne vorherige kognitive Prozesse Emotionen auslösen könnten. Für diese Annahme sprechen Ergebnisse neurophysiologischer Studien (CARLSON, 2004). So lösen als emotional negativ zu bezeichnende Wörter eher eine Hirnrindenreaktion aus, wenn diese subliminal dargeboten werden (ca. 4-10 Msek. lang, d.h. unter der Wahrnehmungsschwelle) als wenn diese supraliminal (2 Sek.) dargeboten werden. Studien von ÖHMANN (1992; 1993) konnten zeigen, dass weder das Lernen eines emotionsauslösenden konditionierten Reizes noch die Auslösung einer konditionierten emotionalen Reaktion von einer bewussten Reizverarbeitung abhängig sind, die Konditionierung nicht-emotionaler Reize hingegen eine supraliminale Darbietung erfordert. ZAJONC (1980; 1994) selbst schränkt jedoch ein, dass nur „einfache“<sup>21</sup> Emotionen – wie z.B. „Schreck“ – ohne vorherige kognitive Bewertungen entstehen können. Für die Entstehung von „komplexen“ Emotionen – wie z.B. „Scham“ – seien hingegen zuvor kognitive Bewertungsprozesse erforderlich, wodurch „komplexe“ Emotionen „langsamer“ entstehen. Grundsätzlich blieb jedoch der Widerspruch zu LAZARUS (ebd.), der eine kognitive Bewertung als unabdingbar für die Emotionsgenerierung ansieht. Erst nach dem PLUTCHIK (1980) aufzeigen konnte, dass weder LAZARUS noch ZAJONC die Begriffe „Emotion“ und „Kogniti-

---

<sup>20</sup> Eine Differenzierung zwischen Motiv und Bedürfnis wird an dieser Stelle nicht vorgenommen, auch wenn im engeren Sinne beide Konstrukte voneinander zu trennen sind (s. Punkt 3.1).

<sup>21</sup> Für eine Begründung einer Differenzierung zwischen einfachen und komplexen Emotionen wird auf PEKRUN (2000) verwiesen.

on“ definiert haben, entspannte sich der Disput, da der Widerspruch hauptsächlich auf eine unterschiedliche Definition von kognitiven Prozessen reduziert wurde. Die unterschiedliche Ansicht bezüglich Kognition bezog sich hauptsächlich darauf, ob eine kognitive Bewertungen auch unbewusst, nichtreflexiv und automatisch erfolgen kann oder nicht bzw. ob es erlernte oder angeborene Bewertungsprozesse sind. ZAJONC beschäftigte sich zudem überwiegend mit emotionalen Prozessen, die eher positiven und negativen Stimmungen entsprechen (s. Punkt 2.1.1), LAZARUS hingegen mit spezifischen Emotionen wie z.B. Ärger, Trauer, Angst etc. (s. MERTEN, 2003, S. 111). Auch wenn diese Emotions-Kognitions-Debatte wenig zur Klärung des Verhältnisses zwischen „Denken“ und „Fühlen“ beitragen hat, kann sie als konstruktiv angesehen werden, da sie die Notwendigkeit verdeutlicht hat, beide Konstrukte exakt zu definieren.

Als letzter Ansatz wird nachfolgend das Komponentenprozessmodell von SCHERER thematisiert (SCHERER, 1984; SCHERER, BANSE & WALLBOTT, 2001), in das eine Vielzahl von zuvor in der Emotionspsychologie entwickelten Modellvorstellungen zur Emotionsgenerierung eingegangen sind. Für SCHERER (ebd.) resultieren Emotionen aus der Synchronisation aller Systeme des organistischen Funktionierens, welches folgende fünf unterschiedliche Komponenten umfasst: Kognition, physiologisches arousal, Motivation, motorischer Ausdruck und subjektives Erleben. Der kognitiven Bewertung wird eine besondere Relevanz zugeschrieben, da diese die Subsysteme beeinflussen soll, die wiederum in komplexen multiplen Feedback- und Feed-Forward-Prozessen organisiert seien. Ein wesentlicher Unterschied zu anderen Bewertungstheorien besteht darin, dass von drei strukturellen Verarbeitungsebenen (begriffliche Ebene, Ebene der Schemata und sensomotorische Ebene) ausgegangen wird, die jeweils eine serielle Abfolge von unterschiedlichen Reizprüfschritten pro Verarbeitungsebene enthalten (LEVENTHAL & SCHERER, 1987). Die Reizprüfschritte werden auch als „Stimulus-Evaluations-Checks“ (SEC) bezeichnet; die vier Hauptkriterien des Bewertungsprozesses werden jeweils in mehrere Unterschritte unterteilt.

Die vier Hauptkriterien des Bewertungsprozesses können nach SCHERER et al. (2001) wie folgt skizziert werden:

- *Bewertung der Relevanz*: Dies beinhaltet die Prüfung der Neuartigkeit (novelty), der intrinsischen hedonistischen Qualität (intrinsic pleasantness) und der Relevanz für eigene Ziele bzw. Bedürfnisse (goal relevance).
- *Bewertung der Implikationen*: Hier wird eine Bewertung hinsichtlich der Verursachung (internal, external, natural agents) vorgenommen als auch eine Einschätzung dahingehend, mit welcher Wahrscheinlichkeit mögliche Folgen des zu bewertenden Ereignisses eintreten werden (outcome probability). Ebenfalls umfasst dieser Prozess die Einschätzung, ob das Ereignis für das Erreichen individueller Ziele bzw. Bedürfnisse hinderlich oder förderlich ist (goal conduciveness) und wie hoch die Dringlichkeit einer angemessenen Reaktion bewertet wird (goal urgency).
- *Bewertung des Coping-Potentials*: Im Anschluss an die zuvor genannten Bewertungsschritte wird eine Einschätzung dahingehend erfolgen, ob das Ereignis generell als kon-

trollierbar angesehen werden kann (control) und ob das Individuum selbst das Ereignis oder die daraus resultierenden Konsequenzen beeinflussen kann (power). Fällt die letzte Bewertung negativ aus, so erfolgt zusätzliche eine Einschätzung dahingehend, ob die eigenen Ziele an die nicht veränderbaren Ereignisse angepasst werden können (adjustment).

- *Bewertung der Verträglichkeit:* Abschließend wird das Ereignis mit externalen (von der sozialen Bezugsgruppe gesetzten) und internalen (vom Individuum selbst gesetzten) Standards hinsichtlich Moral, Legitimität, Billigung und Gerechtigkeit abgeglichen, wobei diese Bewertung insbesondere Relevanz für „höhere“ Emotionen wie Schuld, Scham und Verachtung besitzt.

Je nach dem, wie das Ergebnis der einzelnen Bewertungsschritte ausfällt, entstehen nach SCHERER et al. (ebd.) unterschiedliche Emotionen. Da durch die Kombination unterschiedlicher Bewertungsergebnisse der einzelnen Unterschritte eine sehr große Anzahl möglicher Varianten besteht, sind diesem Modell zufolge – anders als bei den meisten zuvor skizzierten Theorien – prinzipiell immens viele Emotionen möglich.

### **2.2.1.2 Neuro- und psychophysiologische Befunde**

Erkenntnisse aus der Neuro- und Psychophysiologie zu emotionalen Prozessen können im Rahmen dieser Arbeit nur exemplarisch dargestellt werden, da sowohl eine Erörterung spezifischer neurophysiologischer Emotionsmodelle (z.B. LEDOUX, 1993) als auch ein umfassender Überblick über entsprechende Forschungsergebnisse den Rahmen dieser Arbeit bei weitem übersteigen würden. Für eine Zusammenfassung aktueller neuro- und psychophysiologischer Befunde wird auf RÖSLER (1998) verwiesen. Die nachfolgenden Ausführungen können jedoch verdeutlichen, dass neurophysiologische Studien zu einem erheblichen Erkenntnisgewinn geführt haben, jedoch nicht zur Verifizierung bestimmter Emotionstheorien. Vielmehr haben entsprechende Befunde zur Bestätigung einzelner Annahmen *unterschiedlichster* Ansätze und insbesondere zur Wiederbelebung bereits als obsolet angesehener Annahmen geführt.

Wurden beispielsweise peripheralistische Ansätze lange Zeit als falsifiziert angesehen, zeigt eine aktuelle Studie (ANDERS et al., 2004), dass Emotionen aufgrund von neuroanatomischen Veränderungen im Bereich der Großhirnrinde, in dem körpereigene Veränderungen repräsentiert und verarbeitet werden, entstehen. Diese Ergebnisse werden von ANDERS et al. selbst explizit als Bestätigung der James-Lange-Theorie (s. Punkt 2.2.1.1.2) interpretiert. Auch Ergebnisse der Neurophysiologie scheinen zu belegen, dass hormonelle Signale aus der Körperperipherie Emotionen auslösen oder zumindest wesentlich beeinflussen können. So kommen WAGNER und BORN (2000) aufgrund der Ergebnisse unterschiedlicher Studien zu dem Fazit, dass Gefühle vermutlich durch physiologische Veränderungen bzw. Prozesse generiert werden. Diverse andere neurophysiologische Studien (s. LEDOUX, 1996) belegen, dass Emotionen auch ohne bewusste kognitive Bewertung entstehen können. Ergebnisse verschiedener Experimente (s. BECHARA, DAMASIO, DAMASIO & LEE, 1999) zeigen, dass antizipatorische emotionale Reaktionen möglich sind, bevor eine Abschätzung möglicher Folgen kognitiv er-

folgen kann. Diese Befunde scheinen die Annahme von ZAJONC (1980; 1994) zu bestätigen, dass Emotionen durch angeborene affektive Bewertungsmechanismen (und somit ohne kognitive Bewertungsprozesse) generiert werden können.

Auch die Annahme, dass spezifische Emotionen mit spezifischen mimischen Ausdrücken einhergehen – welches für die Universalitätshypothese spricht (s. Punkt 2.2.1.1.1) – kann als bestätigt angesehen werden. So führen „echte“ mimische Emotionsausdrücke einerseits zu anderen Muskelkontraktionen als eine simulierte emotionsspezifische Mimik; andererseits werden „echte“ Emotionsausdrücke durch spezielle und andere neuronale Schaltkreise gesteuert als „falsche“ (vorgetäuschte) Emotionsausdrücke. Dies kann anhand von Studien zu zwei neurologischen Erkrankungen mit komplementären Symptomen verdeutlicht werden (s. CARLSON, 2004, S. 440 ff.): Die Parese der Willkürmimik wird durch eine Schädigung der Gesichtregion des primären motorischen Cortex oder der Verbindung dieser mit dem motorischen Kern des VII Hirnnervs hervorgerufen. Personen mit dieser Störung können nicht mehr alle mimischen Muskeln *willentlich* bewegen, also z.B. nicht mehr „falsch“ lachen, da sie aufgrund der Läsion eine Gesichtshälfte nicht mehr willentlich bewegen können. Beim „echten“ Lachen bewegen sich hingegen trotz der Läsion beide Gesichtshälften völlig normal. Die Parese der emotionalen Mimik resultiert aus Schädigungen anderer Hirnareale (z.B. Insula im Bereich des präfrontalen Cortexes, der weißen Substanz im Frontallappen). In Folge dieser Störung können Personen zwar *willentlich* ihre mimischen Muskeln bewegen und somit emotionstypische Mimiken zeigen bzw. vortäuschen, nicht mehr möglich ist es jedoch, dass bei „echten“ Emotionen diese automatisch bzw. unwillkürlich mit den typischen emotionalen mimischen Ausdrücken einhergehen. So erleben Personen mit dieser Störung beispielsweise die Emotion „Freude“, ohne dass sich dies in einem freudigen Gesichtsausdruck widerspiegeln kann.

Ebenfalls liegen Befunde vor, die als Hinweise für die Existenz von Basisemotionen interpretiert werden können. So geht PANKSEPP (1992) davon aus, dass eine begrenzte Anzahl von übergeordneten integrativen neuronalen Systemen im Hirn existieren, die physiologische, behaviorale und psychologische emotionale Reaktionen auslösen und deren zeitliche Synchronisation bestimmen. Als belegt könnten dabei unterscheidbare neuronale Systeme für das Wut-, Angst-, Erwartungs- und Paniksystem gelten, wobei diese Systeme genetisch vorbestimmt seien (PANKSEPP, ebd.). Aus der psychophysiologischen Forschung liegen auch Befunde vor, die eine emotionsspezifische physiologische Aktivität zu belegen scheinen und somit auch als Hinweis auf Basisemotionen angesehen werden können (vgl. VOSSEL & ZIMMER, 2000). So kann zumindest für die Emotionen „Angst“ und „Ärger“ davon ausgegangen werden, dass diese mit spezifischen physiologischen Veränderungen (systolischer und diastolischer Blutdruck, Atemfrequenz, Hautleitfähigkeit etc.) einhergehen. Ob eine Person Angst oder Ärger erlebt, könnte somit heute bereits relativ sicher nur anhand von physiologischen Daten festgestellt werden.

Die zuvor dargestellten neurophysiologischen Forschungsergebnisse liefern Hinweise für die Gültigkeit der Annahmen bestimmter Emotionstheorien. Letztendlich kann bislang eine allgemein anerkannte Emotionstheorie auch auf Grundlage dieser Forschungsergebnisse nicht



formuliert werden. So ist noch nicht eindeutig geklärt, wie bzw. ob die drei Emotionskomponenten „Gefühl“, „Ausdruck“ und „physiologische Veränderungen“ synchron entstehen bzw. welche Wechselwirkungen zwischen diesen Komponenten existieren. Relativ eindeutig ist hingegen die Befundlage zur Relevanz von Emotionen für Individuen bzw. für ihr Handeln. Die Befunde zeigen, dass der durch Schädigungen spezifischer Hirnareale resultierende Mangel an Emotionalität in einer Situation, die für das Individuum bedeutsam ist, negative Folgen für die betroffenen Individuen hat. Zur weiteren Erläuterung werden nachfolgend exemplarisch entsprechende Ergebnisse dargelegt. Für ein besseres Verständnis der folgenden Erörterungen wird auf die Relevanz des limbischen Systems hingewiesen. Dieses bewertet, vereinfacht ausgedrückt, Ereignisse und Handlungsfolgen anhand einer „Lust-Unlust-Dimension“ und trägt somit zur Genese emotionaler Prozesse bei. Von besonderer Relevanz ist die Amygdala, die zum limbischen System gehört und aus mehreren Kernen besteht, die jeweils eine unterschiedliche Funktion besitzen. Dem Zentralkern der Amygdala kommt die Aufgabe zu, anderen Hirnregionen, die für den Ausdruck der verschiedenen Komponenten emotionaler Reaktionen verantwortlich sind, unter anderem Informationen<sup>22</sup> zur Bewertung der aktuellen Situation zukommen zu lassen (s. CARLSON, 2004, S. 78ff.). Die Amygdala besitzt somit eine besondere Relevanz für die Emotionsgenese.

Zur Verdeutlichung der Relevanz emotionaler Prozesse für das Handeln von Individuen kann das Paradigma der konditionierten Vermeidung beitragen. Als unkonditionierter Reiz wird in entsprechenden Studien, in denen Ratten als Versuchstiere verwendet werden, oftmals eine leichte elektrische Reizung der Pfoten verwendet. Ein Signalton dient als konditionierter Reiz, der im konditionierten Zustand eine Hemmung laufender Verhaltensweisen (*freezing*) bzw. Furchtreaktionen hervorruft. Bei Schädigungen der Amygdala ist ein solches Aversionslernen nicht mehr möglich, weil die emotionale Bewertung der Situation nicht erfolgt bzw. weil das emotionale Erleben nicht mit Situationsmerkmalen gekoppelt wird. Dies trifft nicht nur auf Ratten zu: Auch bei Menschen mit Amygdalaläsionen kann keine konditionierte emotionale Reaktion hervorgerufen werden (BECHARA, TRANEL, DAMASIO, ADOLPHS, ROCKLAND & DAMASIO, 1995). Ist eine solche Konditionierung nicht mehr möglich, kann dies im alltäglichen Leben Nachteile für das Individuum haben, welches durch folgendes vereinfachtes Beispiel veranschaulicht werden kann: Eine Person öffnet die Motorhaube eines Autos und hakt diese in die Halterung ein, um Frostschutzmittel in den Kühler einfüllen zu können. Plötzlich gibt die Halterung, in der die Motorhaube eingehakt ist, ein knarrendes Geräusch von sich. Kurz darauf löst sich die Halterung und die Motorhaube fällt der Person auf den Kopf. Die Person erleidet keine schweren Verletzungen, jedoch hat der Unfall eine schmerzhafte Beule zur Folge. Der schmerzhafte Reiz wird dabei auch eine nichtspezifische Reaktion ausgelöst haben, die vom vegetativen Nervensystem gesteuert wird. Beispielsweise wird die Herzfrequenz und der Blutdruck angestiegen sein. Nach einiger Zeit wird die Halterung in der Werkstatt repariert. Ein Mechaniker sichert der Person zu, dass die Halterung nun befestigt ist und bittet die Person, zum Beweis hierfür die Motorhaube zu öffnen und einzuhaken. Während die

---

<sup>22</sup> Dies geschieht durch Neurone im Zentralkern, die Axone zu den anderen Hirnregionen besitzen.

Person dies befolgt und sich über den Motor beugt, gibt die Halterung wieder ein knarrendes Geräusch von sich. Die Person wird sofort nachdem sie das Geräusch gehört hat, sehr wahrscheinlich ihren Kopf schnellstens aus dem Motorraum ziehen. Das emotionale Erleben der Person wird dabei mit „Schreck“ zutreffend bezeichnet werden können, als physiologische Reaktionen werden beispielsweise auch wieder der Blutdruck und die Herzschlagfrequenz ansteigen. Ursache hierfür ist das knarrende Geräusch, das eine emotionale Reaktion ausgelöst hat. Würde bei der Person eine Läsion der Amygdala vorliegen, so würde sie auf das knarrende Geräusch vermutlich nicht reagieren und könnte hierdurch erneut Schaden erleiden.

Das limbische Systems bzw. die Amygdala ist auch für das *soziale* Verhalten von besonderer Bedeutung. Affen, denen die Amygdala entfernt wurde, beachteten beispielsweise nicht mehr die Rangfolge innerhalb ihrer Gruppe und waren auch insgesamt in ihren Sozialleben stark beeinträchtigt (ROTH, 1997). Bei Menschen kann eine Läsion bestimmter Hirnregionen dazu führen, dass sie die emotionale Mimik ihrer Mitmenschen nicht mehr interpretieren können oder den emotionalen Gehalt von Sätzen wie „Er war mürrisch und sie weinte“ nicht mehr bestimmen können (s. CARLSON, 2004, S. 436). Die hieraus resultierenden negativen Konsequenzen können wie folgt verdeutlicht werden. Emotionen besitzen eine Signalfunktion (s. Punkt 2.2.1.1), wobei die „emotionalen Signale“ innerhalb eines Kulturkreises durch allgemeingültige Interpretationsmuster von allen Menschen – mehr oder weniger gut – zutreffend interpretiert werden können. Die soziale Umwelt wird daher von Individuen spezifische Reaktion auf einen emotionsspezifischen mimischen Ausdruck bzw. einen schriftlich fixierten Emotionsausdruck erwarten. Kann ein Individuum das (emotionale) Signal nicht zutreffend interpretieren, wird es sich vermutlich nicht gemäß dem gültigen Verhaltenskodex der sozialen Umwelt verhalten, welches wiederum Sanktionen der sozialen Umwelt zur Folge haben wird. Folgendes Beispiel kann dies verdeutlichen: Ein Mann ist in Trauer, da sein Hund gestorben ist. Ein Bekannter – der vom Tod des Hundes nichts weiß – trifft diesen Mann zufällig auf der Straße, kann aber seinen mimischen Ausdruck – der Trauer bzw. Traurigkeit signalisiert – nicht zutreffend interpretieren. Er erkundigt sich daher nicht nach dem Befinden des Mannes und nicht nach der Ursache seiner Traurigkeit (welches als adäquates Verhalten gelten könnte,<sup>23</sup>) sondern erzählt diesem Witze, die ein Faible für „schwarzen“ Humor voraussetzen, um darüber lachen zu können. Der Mann könnte das Verhalten seines Bekannten als unangemessen ansehen bzw. erleben und das Gespräch baldmöglichst beenden. Als Folge seines Verhaltens könnte der Mann seinen Bekannten als „unsensibel“ bezeichnen und einen weiteren persönlichen Kontakt zu ihm vermeiden.

Schädigungen anderer Region des Hirns können zu weiteren Störungen führen. So können Personen mit Schädigungen des orbitofrontalen Cortex schriftlich oder mündlich geschilderte Situationen angemessen beurteilen bzw. situationsspezifische adäquate Verhaltensweisen sowie damit einhergehendes „typisches“ emotionales Erleben beschreiben. Sobald es jedoch keine Situationsbeschreibungen mehr sind, sondern sie selbst in einer *realen* vergleichbaren

---

<sup>23</sup> Zur Bestimmung angemessener Verhaltensweisen ist eine Vielzahl von Faktoren zu berücksichtigen (z.B. situativer Kontext, Verhältnis der beiden Interaktionspartner zueinander etc.); auch können zumeist verschiedene Verhaltensweisen als angemessen angesehen werden.

Situation sind, ist es ihnen selbst nicht mehr möglich, die Situation angemessen zu beurteilen bzw. sich adäquat zu verhalten (BECHARA et al., 1999). Ihr Regelwissen können sie folglich in *realen* Situationen nicht nutzen. Regelwidriges Verhalten wird gezeigt, da dieses nicht mit aversivem emotionalem Erleben einher geht bzw. antizipierende Emotionen (z.B. Furcht) nicht erlebt werden. Übertragen auf das obige Beispiel könnte der Bekannte sein eigenes Verhalten beispielsweise als unangemessen beschreiben, wenn ihm diese Situation nachträglich geschildert wird, ein entsprechendes emotionales Erleben wird jedoch nicht damit einhergehen.

Diese Beispiele sollen ausreichen um zu verdeutlichen, dass Emotionalität in Situationen, die für Individuen bedeutsam sind, erforderlich ist, um negative Folgen zu vermeiden und um erfolgreiches Verhalten zu verstärken. Hieraus leitet sich die Aussage vieler Neurophysiologen ab, dass Emotionen zum „vernünftigen“ Handeln und Entscheiden unabdingbar sind (z.B. DAMASIO, 1997; LEDOUX, 1996; ROTH, 1997). Emotionalität ist dabei nicht nur für sozial angemessenes Verhalten, sondern auch für Lern- und Arbeitsprozesse (s. Punkt 4.2.2) von zentraler Bedeutung.

### 2.2.1.3 Arbeitsdefinition

Die bisherigen Ausführungen haben verdeutlicht, dass nach wie vor keine allgemein anerkannte und empirisch gesicherte Emotionstheorie existiert. So kann es beispielsweise bisher als nicht gesichert angesehen werden, dass eine kognitive Bewertung zwingend für die Entstehung von Emotionen erforderlich ist. Allerdings kann begründet vermutet werden, dass zumindest für die Generierung *komplexer* Emotionen eine vorherige kognitive Bewertung erforderlich ist. Unterschiedliche Auffassungen bestehen darüber, wie viele Bewertungskriterien erforderlich sind, um diese komplexen Emotionen entstehen zu lassen. Werden viele Bewertungskriterien für die Emotionsgenerierung postuliert, beinhaltet dies, dass eine feinere Differenzierung dieser komplexen Emotionen vorgenommen wird. Dies wiederum steht im Zusammenhang mit der Frage, wie viele Emotionen überhaupt existieren, wobei hierzu noch sehr divergente Ansichten vertreten werden.

Aus der Heterogenität der Ansätze resultiert, dass bisher keine allgemein anerkannte Definition von Emotionen vorliegt. Abgesehen von dieser Problematik sind viele Definitionen in sich nicht schlüssig, was am nachfolgenden Beispiel belegt werden kann.

Eine weit verbreitete und oft zitierte Definition des Begriffs „Emotion“ ist folgende Beschreibung von KLEINGINNA & KLEINGINNA (1981, zitiert nach SPIES & HESSE, 1986, S. 76):

Emotion ist ein komplexes Interaktionsgefüge subjektiver und objektiver Faktoren, das von neuronal/hormonalen Systemen vermittelt wird, die a) affektive Erfahrungen wie Gefühle der Erregung oder Lust/Unlust bewirken können; b) kognitive Prozesse wie emotional relevante Wahrnehmungseffekte, Bewertungen, Klassifikationsprozesse hervorrufen können; c) ausgedehnte physiologische Anpassungen an die erregungsauslösenden Bedingungen in Gang setzen können; d) zu Verhalten führen können, welches oft expressiv, zielgerichtet und adaptiv ist.

Von DÖRNER (1993) wird diese Definition, als „nichtssagende Allgemeindefinition“ (S. 6) bezeichnet, wobei er auf die Zirkularität der Definition – Emotionen sind Interaktionsgefüge, die Gefühle hervorrufen können – hinweist. Ebenfalls werden die Auswirkungen jeweils nur als mögliche, nicht aber als zwingend eintretende Auswirkungen beschrieben. Wenn alle Wirkungen nur eintreten *können*, keine aber eintreten *muss*, könnte es auch Emotionen geben, die zu *keiner* der genannten Wirkungen führt, wobei sich dann die Frage stellt, wodurch eine Emotion nach dieser Definition dann letztendlich gekennzeichnet ist.

Wird der motivationale Aspekt stärker einbezogen, so stehen Emotionen in Verbindungen mit allen wesentlichen Komponenten der menschlichen Handlungsregulation, welches eine Unterscheidung zwischen Emotionen und anderen psychischen Prozessen erschwert. Trotz dieser Problematik wird die folgende Definition von den meisten Emotionstheoretikern vermutlich auf Zustimmung stoßen. Sie wird auch für die vorliegende Arbeit gewählt. Nach SCHERER (1984; 1986; 1990) können Emotionen als ein komplexes System von beurteilenden, physiologischen, motivationalen sowie erlebens- und ausdrucksbezogenen Komponenten bezeichnet werden, wobei der subjektiven Erlebenskomponente eine besondere Relevanz zukommt, da dem subjektiven Erleben die Rolle eines Monitoringsystems zufällt, dass die restlichen Komponenten reflektiert und überwacht. Emotionen entstehen durch die Bewertung eines internen oder externen Reizes, der als bedeutsam für die zentralen Bedürfnisse und Ziele des Organismus eingeschätzt wird.

### 2.2.2 Funktion von Emotionen

Im Rahmen der bisherigen Ausführungen dieses Kapitels wurde die Funktion von Emotionen bereits an etlichen Stellen thematisiert. An dieser Stelle wird daher nur eine kurze explizite Erörterung der Funktion von Emotionen vorgenommen.

Die meisten aktuellen Emotionstheorien lassen sich dem funktionalistischen Emotionsparadigma zuordnen, welches den Emotionen eine Zweckdienlichkeit für das Handeln zuschreibt. Diesem Paradigma zufolge ist die zentrale Funktion von Emotionen in der Bewertung des aktuellen Individuum-Umwelt-Bezugs zu sehen. So zeigen Emotionen an, inwieweit die gegebene Situation und die in ihr liegenden Handlungsmöglichkeiten – oder auch zukünftige Entwicklungen – eine Befriedigung der Bedürfnisse des Individuums ermöglichen bzw. nicht ermöglichen. Roth (1997, S. 212) zieht in diesem Zusammenhang unter Einbeziehung aktueller neurophysiologischer Forschungsbefunde (s. Punkt 2.2.1.2) das Fazit: “Wer nicht fühlt, kann auch nicht vernünftig entscheiden und handeln“.

Aus evolutionstheoretischer Sicht repräsentieren Emotionen einen phylogenetisch entstandenen Anpassungsmechanismus, der sich entwickelte, als eine feste Kopplung von auslösenden Umweltreizen und motorischen Reaktionen verschwand. Solange das Verhalten von Lebewesen durch Reiz-Reaktions-Verbindungen determiniert war, bestanden keine Handlungsspielräume; das Verhalten von Lebewesen war ausschließlich durch diese Reiz-Reaktions-Verbindung bestimmt. Erst im Zuge der Entkopplung von Reiz und Reaktion entstand die Möglichkeit und die Notwendigkeit, situative Bedingungen differenziert zu beurteilen bzw. zu

bewerten und zwischen verschiedenen Verhaltensweisen zu wählen (vgl. ULICH, D. & MAYRING, 1992). Zur Auswahl der „besten“ Handlungsalternative tragen Emotionen bei. Dies kann wie folgt verdeutlicht werden. Emotionen sind als Ergebnis von Reizbewertungen anzusehen. Bewertet werden die Reize unter anderem dahingehend, inwieweit diese für das Erreichen individueller Bedürfnisse bzw. Motive hinderlich oder förderlich sind und wie dringlich eine angemessene Reaktion auf den jeweiligen Reiz ist. Je nach Ergebnis der Bewertung wird ein unterschiedliches emotionales Erleben generiert werden (s. Punkt 2.3.3), welches Einfluss auf das Handeln bzw. das Verhalten<sup>24</sup> nimmt. Emotionen bzw. emotionales Erleben – als Folge der zuvor genannten (kognitiven) Bewertungen – beeinflussen Verhalten in dem Sinne, dass spezifischen, bedürfnisrelevanten Handlungen Vorrang gewährt wird. Emotionen zeigen somit die Dringlichkeit spezifischer Bedürfnisse an und geben denjenigen Handlungen ein besonderes motivationales Gewicht, die auf die Befriedigung der als am dringlichsten bewerteten Bedürfnisse abzielen.

JOHNSON-LAIRD (1996) sieht Handlungsbereitschaften (readiness to act) und das Nahelegen (prompting) von Handlungsplänen als „Kern“ einer Emotion an. Folgendes Beispiel soll die vorangegangenen Ausführungen verdeutlichen. Eine Person A wird von Person B geschlagen. Hierdurch ist eines der grundlegenden Bedürfnisse – das Bedürfnis nach körperlicher Unversehrtheit – angesprochen bzw. die Befriedigung dieses Bedürfnisses für Person A bedroht. Ohne die Entkopplung von Reiz und Reaktion würde Person A Person B reflexartig zurück schlagen, auch wenn Person B ihr körperlich weit überlegen ist und Person B bereits angekündigt hat, dass sie ihr weitere Schläge versetzen wird. Da keine starre Reiz-Reaktions-Verbindung vorliegt, werden kognitive und emotionale Prozesse dazu führen, dass Person A ein anderes Verhalten zeigt. Denkbar wären z.B. folgende zwei Handlungen: Im Fall 1 erlebt Person A die Emotion „Angst“, da sie z.B. die Situation als unkontrollierbar einschätzt (s. Punkt 2.2.1.1.3). Die Emotion „Angst“ könnte in diesem Kontext die Handlungstendenz „Flucht“ beinhalten, da Person A glaubt, durch diese Verhaltensweise ihr Bedürfnis nach körperlicher Unversehrtheit befriedigen zu können. Im Fall 2 könnte Person A die Emotion „Wut“ erleben, da sie die Situation als kontrollierbar bzw. nicht bedrohlich einschätzt, jedoch der zu bewertende Reiz (das Verhalten von Person B) ihren internalen moralischen Standard (Bewertung der Verträglichkeit, s. Punkt 2.2.1.1.3, Seite 28) verletzt. In diesem Fall wird die Emotion von Person A nicht wie im ersten Fall mit der Handlungsbereitschaft zur Flucht einhergehen, sondern mit einer anderen Handlungstendenz, z.B. der Bereitschaft zu einem verbalen „Rückschlag“.

Zu beachten ist, dass Emotionen stets zu mehr oder weniger spezifischen Handlungstendenzen führen. Ob diese Handlungstendenzen in Verhalten umgesetzt werden, hängt auch von den situativen Bedingungen und den Erfahrungen des Individuums ab. So könnte im Fall 2 Person A trotz der Emotion „Wut“ anstatt eines verbalen Rückschlages Person B überhaupt

---

<sup>24</sup> Erinnert wird daran, dass Im Rahmen dieser Arbeit auf eine Unterscheidung zwischen Handeln und Verhalten verzichtet wird.

nicht beachten, da Person A die Erfahrung gemacht hat, dass verbale Rückschläge dazu führen, dass die Situation eskaliert.

Anzumerken bleibt, dass die kognitiven Bewertungsprozesse, die zur Entstehung bestimmter Emotionen und Handlungstendenzen führen, den Individuen zumeist nicht bewusst und auch nur *teilweise* bewusstseinsfähig sind. Nicht bewusstseinsfähig werden z.B. Auslösebedingungen für Handlungen in lebensbedrohlichen Situationen sein. Ob in solchen kritischen Situationen überhaupt kognitive Bewertungsprozesse ablaufen und Emotionen und Handlungen generieren, kann zumindest in Frage gestellt werden (s. Punkt 2.2.1.1.3). In solch kritischen Momenten werden Emotionen zu spezifischen Handlungsvorbereitungen führen, die unbewusst ablaufen und evtl. auch nicht bewusst steuerbar sind. So wird es beispielsweise kaum einem Menschen möglich sein, direkt vor einem Terrarium zu sitzen und nicht zurückzuzucken, wenn ein Giftfrosch plötzlich und auf Augenhöhe auf sie zuspringt. Diese reflexartige Reaktion wird vermutlich stets mit der Emotion „Schreck“ einhergehen, auch wenn die Person bewusst versucht, die Entstehung dieser Emotionen zu verhindern. Auch wenn nur ein toter Gegenstand – der real keine Gefahr darstellt (z.B. ein weicher Schaumstoffball) – plötzlich auf eine Person „zuspringt“, ist mit ähnlichen emotionalen Reaktionen zu rechnen. SCHERRER (1996) bezeichnet in diesem Zusammenhang Emotionen als „genetisch verankerten Mechanismus“ (S. 304), der in kritischen Momenten überlebenssicherndes Verhalten ermöglicht.

VON SCHNEIDER (1992) werden die (zuvor genannten) Funktionen von Emotionen wie folgt zusammengefasst bzw. ergänzt:

- Auswahl von bedürfnis- und situationsadäquaten Verhaltensweisen: Als bedürfnis- und situationsadäquat können dabei die Verhaltensweisen gelten, die zum Erreichen eines Handlungsziels beitragen.
- Regelung der Intensität und Ausdauer der verschiedenen Verhaltensweisen: Die Steuerung erfolgt dadurch, dass positive emotionale Zustände die Handlung aufrechterhalten, negative emotionale Zustände hingegen zu Verhaltensänderungen führen.
- Lernen solcher Verhaltensweisen, die zu Erfolg oder Misserfolg führen, wobei *Erfolg* als Erreichen eines Handlungsziels bzw. die Befriedigung eines Motivs definiert werden kann, *Misserfolg* als das Verfehlen von Handlungszielen bzw. die Nicht-Befriedigung von Motiven.

Weiterhin kann davon ausgegangen werden, dass Emotionen über das Ausdruckverhalten auch eine soziale, kommunikative Funktion erfüllen, da innerhalb einer Kultur der Emotionsausdruck durch allgemeingültige Interpretationsmuster Hinweise auf die Handlungstendenzen der Individuen liefert (IZARD, 1977, 1990).

## 2.3 Stimmungen

Die Stimmungsforschung kann als relativ autonomes Forschungsgebiet angesehen werden, so dass nachfolgend Stimmungen separat erörtert werden. Wie bereits unter Punkt 2.1.1 erwähnt wurde und unter Punkt 2.3.2 nochmals thematisiert wird, ist eine Differenzierung aufgrund inhaltlicher Kriterien zwischen Stimmungen und Emotionen nur begrenzt möglich. Hieraus resultiert, dass bei den nachfolgenden Erörterungen Überschneidungen zu bereits unter Punkt 2.2 dargestellten Aspekten nicht vermieden werden können und auch nicht vermieden werden sollen, da hierdurch die Nähe beider Konstrukte verdeutlicht wird.

Bereits vor ca. 50 Jahren fanden Stimmungen als eigenständiger Forschungsgegenstand Berücksichtigung (vgl. HELM, 1954). Bis vor ca. 15 Jahren fokussierten jedoch die meisten Untersuchungen und Studien auf das Konstrukt „Emotion“, Studien über Stimmungen wurden eher selten durchgeführt (vgl. PEKRUN, 1992). Inzwischen können Stimmungen als ein zentrales Konstrukt der Psychologie bezeichnet werden, welches in unterschiedlichsten Forschungsrichtungen Berücksichtigung findet (SCHIMMACK, 1999).

### 2.3.1 Definitionen

*Stimmungen sind unbestimmte Grundverfassungen der Seele.* Würde man den Begriff *Seele* durch *Mensch* ersetzen, würde sich diese, aus dem 18. Jahrhundert stammende Beschreibung von Stimmungen (ABELE, 1996, S. 91), qualitativ kaum von vielen anderen aktuell verwendeten Definition unterscheiden. Zumeist werden Stimmungen nicht als eigenständiges Konstrukt definiert, sondern stets nur in Abgrenzung von Emotionen. Auf die hieraus resultierende Problematik wird unter Punkt 2.3.2 eingegangen. Auf eine ausführliche Darstellung verschiedener Definitionen von Stimmungen wird an dieser Stelle verzichtet. Stattdessen wird versucht, Gemeinsamkeiten unterschiedlicher Definitionen von Stimmungen herauszustellen.

SCHIMMACK (1999) kommt nach Sichtung der einschlägigen Fachliteratur zu dem Schluss, dass folgenden drei Merkmale in fast allen Definitionen von Stimmung enthalten sind:

- Stimmung sind keine Persönlichkeitseigenschaften sondern Zustände, da sie über die Zeit variieren.
- Stimmungen sind den meisten Menschen introspektiv zugänglich.
- Stimmungen werden von Gefühlen abgegrenzt, die einfache Bedürfnisse des Menschen signalisieren.

Kann den ersten beiden Merkmalen zugestimmt werden, ist dies beim dritten Merkmal nur bedingt der Fall. Zu beachten ist hierbei, dass der verwendete Begriff „Gefühl“ im Sinne von „Emotionen“ verwendet wird. Was unter „einfachen“ Bedürfnissen verstanden wird bzw. wie sich diese von anderen Bedürfnissen abgrenzen, wird von SCHIMMACK (1999) nicht explizit erläutert. Es kann jedoch vermutet werden, dass hiermit biogene Bedürfnisse gemeint sind; Gefühle bzw. Emotionen würden somit nicht im Zusammenhang mit soziogenen Bedürfnis-

sen<sup>25</sup> stehen. Wie nachfolgend dargelegt (s. Punkt 2.4.3), werden jedoch biogene *und* soziogene Bedürfnisse bzw. das Ausmaß der Befriedigung dieser im Zusammenhang mit Emotionen stehen, so dass die obige Beschränkung als unzulässig angesehen werden kann. Abgesehen von dieser Kritik besteht weiterhin die Problematik, dass die drei genannten, zumeist verwendeten und konsensfähigsten Definitionsmerkmale für Stimmungen nicht geeignet sind, um Stimmungen präzise zu beschreiben. SCHIMMACK (ebd.) kommt zwar zum gleichen Fazit, jedoch werden von ihm keine zusätzliche Definitionsmerkmale genannt, sondern Stimmungen wiederum nur in Abgrenzung zu Emotionen definiert.

Auch von BLESS (1997, S. 3) werden Gemeinsamkeiten unterschiedlicher Definitionen von Stimmungen analysiert. Zusätzlich zu bereits genannten Merkmalen werden vom ihm folgende Punkte aufgeführt:

- Die Ursachen von Stimmungen befinden sich nicht im Fokus der Aufmerksamkeit des Individuums.
- Die Folgen von Stimmungen können ein breites Spektrum von Emotionen, Kognitionen oder Verhalten betreffen.
- Stimmungen informieren das Individuum über die allgemeine Qualität seines aktuellen Zustandes.

Auch durch Ergänzung dieser Aspekte wird nicht deutlich, was Stimmungen eigentlich sind. Eine präzise, aussagekräftige Definition von Stimmung kann aufgrund der zuvor genannten Merkmale nicht formuliert werden. Andere Zusammenfassungen von Stimmungsmerkmalen (s. MORRIS, 1989) tragen ebenfalls nicht zur Präzisierung des Stimmungsbegriffs bei. Auf eine Begriffsbestimmung wird daher in dieser Stelle verzichtet.

Erst wenn Stimmungen in Abgrenzung zu Emotionen definiert werden, werden grundlegende Annahmen über das Konstrukt Stimmung deutlich. Wird bei einer Definition von Stimmungen auf das Konstrukt Emotion Bezug genommen, resultiert hieraus eine andere Problematik, die nachfolgend erörtert wird.

### 2.3.2 Stimmung als autonomes Konstrukt

Traditionell werden Emotionen und Stimmungen durch folgende Kriterien voneinander unterschieden. Emotionen sollen sich im Unterschied zu Stimmungen durch eine Objektbezogenheit auszeichnen (ABELE, 1995; ISEN, 1984; SCHERER, 1996). So sei den Personen zumeist bewusst, durch welche Person oder welches Ereignis (Objekt) die Emotion ausgelöst wurde bzw. worauf sie sich bezieht. Dies wird deutlich durch Aussagen wie „ich habe Angst vor...“; „ich bin wütend auf...“ oder „ich freue mich, weil...“. Bei Stimmung bestünde dieser direkte Zusammenhang nicht. Auch wenn eingeräumt werden kann, dass es Personen vermutlich schwerer fällt, für ihre Stimmungen als für ihre Emotionen einen Objekt- bzw. Personenbezug herzustellen, wird dies den meisten Personen jedoch möglich sein. Weiterhin wird Stimmun-

---

<sup>25</sup> Zur Differenzierung und Erläuterung von soziogenen und biogenen Motiven wird auf Punkt 3.3 verwiesen.



gen eine deutlich geringere Intensität als Emotionen unterstellt, so dass Stimmungen im Unterschied zu Emotionen keinen handlungsunterbrechenden Charakter besitzen (BLESS & FIEDLER, 1999). Auch wenn Stimmungen nicht zu spontanen Handlungsunterbrechungen wie Emotionen führen, werden zumindest intensive Stimmungen großen Einfluss auf das Handeln von Individuen nehmen. Dies wird beispielsweise an der umgangssprachlichen Verknüpfung von „gedrückter“ Stimmung und „Antriebslosigkeit“ deutlich. Weiterhin ist bislang ungeklärt, welche Intensität erreicht sein muss, damit nicht mehr von einer Stimmung, sondern von einer Emotion gesprochen wird. Zusätzlich ist zu berücksichtigen, dass nicht allen „klassischen“ Emotionen ein handlungsunterbrechender Charakter zugeschrieben werden kann. So trifft dies beispielsweise nicht oder nur sehr bedingt auf die Emotionen Schuld, Scham oder Trauer zu.

Stimmungen werden weiterhin oftmals dadurch definiert, dass sie eine deutlich längere zeitliche Erstreckung aufweisen als Emotionen (GOLLER, 1995; SCHMIDT-ATZERT, 1996). Welche zeitliche Erstreckung Stimmungen im Unterschied zu Emotionen kennzeichnet, ist jedoch sehr umstritten. So werden für Stimmungen einerseits sehr unpräzise Angaben wie „sehr lange“ (SCHMIDT-ATZERT & HÜPPE, 1996, S. 243) vorgegeben, andererseits präzisere, aber sehr unterschiedliche Angaben. So wird Stimmungen je nach Autor eine maximale zeitliche Erstreckung von 15 Minuten (ISEN & GORGOGLIONE, 1983) über ein paar Stunden (MORRIS, 1989) bis hin zu ein paar Tagen (HÄNZE, 1998) zugesprochen. Aus anderen Formulierungen lässt sich ableiten, dass Stimmungen *keine* zeitliche Begrenzung zugeschrieben wird (vgl. ABELE, 1996). So vertreten einige Autoren explizit die Auffassung, dass Individuen permanent in einer Stimmung sind, also Stimmungen als *permanentes* emotionales Erlebensphänomen<sup>26</sup> zu verstehen seien (BLESS, 1997). Dass auch anhand des Kriteriums einer unterschiedlichen zeitlichen Erstreckung Stimmungen nicht präzise von Emotionen abgegrenzt werden können, liegt unter anderem daran, dass keine Angaben gemacht werden, bis zu welcher zeitlichen Erstreckung von Emotionen gesprochen wird bzw. gesprochen werden kann.

Auch gehen einige Forscher davon aus, dass eine unüberschaubare Anzahl von Stimmungen existiert bzw. unterschiedliche Stimmungen kaum zu klassifizieren und identifizieren seien; bei Emotionen wäre dies jedoch möglich (ULICH, D. & MAYRING, 1992). Diese Annahme setzt jedoch die Gültigkeit bestimmter Emotionstheorien voraus, da sie vom Postulat lebt, dass eine begrenzte Anzahl von genau zu bestimmenden Emotionen existiert. Dass hierzu durchaus konträre Meinungen und Theorien vertreten werden, wurde bereits unter Punkt 2.2.1.1 dargestellt.

Als weitere Unterscheidungskriterien gelten ein fester Anfangs- und Endpunkt, die stets Emotionen, oftmals aber nicht Stimmungen zugesprochen werden. Wie zuvor dargelegt, werden teilweise auch Stimmungen zumindest implizit ein fester Anfangs- und Endpunkt zugesprochen, da ansonsten eine konkrete zeitlich begrenzte Erstreckung von Stimmungen (z.B. 15 Minuten) nicht möglich wäre. Wird davon ausgegangen, dass Stimmungen keinen festen Anfangs- und Endpunkt haben, wird oftmals auf die Figur-Grund-Theorie rekurriert. Diese –

---

<sup>26</sup> Dieser Auffassung liegt die Annahme zugrunde, dass Stimmungen – im Gegensatz zu Emotionen – keinen festen Anfangs- und Endpunkt haben, hierauf wird nachfolgend näher eingegangen.

ursprünglich im Rahmen der Gestaltpsychologie entwickelte Theorie – wird folgendermaßen zur Differenzierung zwischen Emotionen und Stimmungen genutzt (MORRIS, 1989). Gefühle oder Emotionen bilden die Figur, die eindrucksvoll und bedeutsam im Vordergrund steht und klare Konturen und Eigenschaften aufweist. Stimmungen bilden den (Hinter-) Grund, von der sich die Figur abhebt. Der Grund ist dabei form- und gegenstandslos und kann als erlebnisbezogenes „Dauerrauschen“ bezeichnet werden. Stimmungen können jedoch auch selbst zur *Figur* werden (ULICH, D. & MAYRING, 1992), wobei die Übergänge als fließend bezeichnet werden können. Angemerkt sei, dass unterschiedliche Auffassungen darüber vertreten werden, ob abgeschwächte und „zerfließende“ Figuren (Emotionen) selbst zum Hintergrund (Stimmungen) werden. Somit herrscht innerhalb des Figur-Grund-Ansatzes kein Konsens darüber, ob Stimmungen im Wesentlichen als Ergebnis abgeschwächter Emotionen zu verstehen sind. Auch wenn sich der Leitgedanke des Figur-Grund-Modells in den meisten Modellen zu emotionalen Prozessen widerspiegelt, kann dieser Ansatz streng genommen nicht zu einer exakten Differenzierung von Emotionen und Stimmungen beitragen.

Abschließend wird auf folgendes, oft genanntes Merkmal zur Definition von Stimmungen hingewiesen. Bei Stimmungen wird – zumindest implizit – oftmals angenommen, dass diese nur eine subjektive Erlebenskomponente beinhalten. Emotionen werden hingegen zumeist als Konstrukte angesehen, die mindestens drei unterschiedliche Komponenten enthalten. Neben einer subjektiven Erlebenskomponente beinhalten Emotionen hiernach auch neurophysiologische Reaktionsmuster und eine motorische Ausdruckskomponente (s. Punkt 2.2). Diese drei Komponenten werden auch als „Reaktionstriade“ bezeichnet (SCHERER, 1996, S. 298). Zwar herrscht kein Konsens darüber, ob die physiologischen Veränderungen und der mimische Ausdruck Ursache für oder Bestandteil oder Folge von Emotionen sind (s. Punkt 2.2.1.1), jedoch wird von vielen Autoren von einer Kovarianz der drei Komponenten bei Emotionen ausgegangen (s. OTTO, EULER & MANDL, 2000b). Stimmungen sind zwar nicht so eng wie Emotionen an bestimmte physiologische und motorische Veränderungen gekoppelt, jedoch gehen Stimmungen wie Emotionen mit spezifischen physiologischen (vgl. HAMM & VAITEL, 1993) und spezifischen motorischen Veränderungen (vgl. SPIES, 1995) einher. Die nachfolgend exemplarisch ausgewählten Befunde können dies verdeutlichen. Dass eine niederschlagende Stimmung mit einer verlangsamten Herzfrequenz einher geht, konnten CACIOPPO et al. (1993) nachweisen, wobei dieses von ihnen sogar als konstitutives Merkmal einer solchen Stimmungslage angesehen wird. Ähnliches gilt für Veränderungen des mimischen Ausdrucks. Zwar können mimische Veränderungen, die im Zusammenhang mit spezifischen Stimmungen stehen, nicht immer mit dem bloßen Auge erkannt werden, jedoch sind optisch nicht wahrnehmbare mimische Veränderungen durch eine elektromyographische Erfassung der Gesichtsmuskelaktivität nachweisbar (CACIOPPO, PETTY, LOSCH & KIM, 1986). Weiterhin ist für Stimmungen belegt, dass diese im engen Zusammenhang mit neurochemischen Prozessen stehen (vgl. WAGNER & BORN, 2000). Dass Stimmungen im Unterschied zu Emotionen nur eine subjektive Erlebenskomponente beinhalten, ist somit nicht zutreffend. Als Differenzierungs- bzw. Definitionsmerkmal von Stimmungen ist folglich die Ausschließlichkeit des subjektiven Erlebens bei Stimmungen im Vergleich zu Emotionen nicht geeignet.

An dieser Stelle wird daran erinnert, dass von einigen Forschern die Auffassung vertreten wird, dass eine detaillierte, prinzipielle Unterscheidung zwischen Emotionen und Stimmungen zur Zeit nicht möglich ist und auch nicht möglich sein wird (s. Punkt 2.1.1). Im Rahmen dieser Arbeit wird auf eine Definition von Stimmung verzichtet. Dies ist möglich, da in der vorliegenden Untersuchung nicht Emotionen oder Stimmungen erfasst werden, sondern das *subjektive* emotionale Erleben bzw. Befinden, welches unter Punkt 2.4 definiert wird.

Zur Ableitung bzw. theoretischen Begründung der Grundannahmen dieser Arbeit zum Zusammenhang zwischen emotionalen Befinden und Interaktionsprozessen sind Annahmen zur Generierung des subjektiven emotionalen Erlebens von besonderer Relevanz. Obwohl eine eindeutige Differenzierung zwischen Emotionen und Stimmungen – wie zuvor dargelegt – nicht möglich ist, werden nachfolgend Annahmen über die Generierung von Stimmungen skizziert. Da die Stimmungsforschung ein relativ eigenständiges Forschungsgebiet darstellt und teilweise andere Annahmen als bei der Emotionsforschung zugrunde gelegt werden, stellen die nachfolgenden Ausführungen sinnvolle Ergänzungen zu den bisherigen Ausführungen dar.

### 2.3.3 Generierung von Stimmungen

Anders als im Forschungsbereich Emotionen werden innerhalb des Forschungsbereiches Stimmungen kongruentere Auffassung darüber vertreten, wie diese entstehen (ABELE, 1995). So werden von MORRIS (1989, S. 24f.) folgende vier Auslösebedingungen für Stimmungen formuliert:

1. the onset of a mildly positive or negative event,
2. the offset of an emotion-inducing event,
3. the recollection or imagining of emotional experience
4. the inhibition of emotional responding in the presence of an emotion-inducing event.

Von ABELE (1996, S. 91f.), einer der führenden Stimmungsforschenden im deutschsprachigen Raum, wird eine ganz ähnliche Auffassung vertreten; sie nennt folgende vier Aspekte, die zur Stimmungsgenerierung führen:

- Ereignisse hedonistischer Relevanz im weitesten Sinn, z.B. interpersonelle Begebenheiten, Erfolgs-, Misserfolgserfahrungen, ästhetische Stimulationen;
- imaginative Tätigkeiten, z.B. Nachdenken über positive oder negative Lebensereignisse bzw. Nachdenken über die eigene Person;
- physiologische Veränderungen, z.B. infolge von hormonellen Schwankungen, nach körperlicher Aktivität, nach Rauschmittelgenuss oder auch im Zusammenhang mit tageszeitlichen Schwankungen;
- „Gefühlkontrolle“ als intentionale Unterdrückung intensiver Gefühle (bzw. Emotionen), die in Form von diffusen Stimmungen in abgeschwächter Form weiter bestehen bzw. in diese übergehen.

Ein empirischer Nachweis für die Gültigkeit der Annahme, dass Stimmungen aus Emotionen bzw. deren Unterdrückung entstehen, ist schwierig und bisher nicht wirklich gelungen; empirisch relativ gut belegt sind hingegen insbesondere die erste und dritte Auslösebedingung, die von MORRIS (1989) angeführt werden. Auslösebedingungen, die auf bereits früher erlebte *Stimmungen* rekurren, können allerdings nicht wirklich zur Klärung der Frage beitragen, wie Stimmungen *ursprünglich* entstehen. So ist die Begründung, Stimmungen können durch das Erinnern an frühere Stimmungen entstehen, als tautologisch zu betrachten. Mehr Erklärungspotential enthält hingegen die von MORRIS (ebd.) und ABELE (1996) zuerst genannte Auslösebedingung. Diese besagt, dass Stimmungen durch positive oder negative Ereignisse bzw. Ereignisse hedonistischer Relevanz ausgelöst werden können. Für eine Präzisierung was hierunter verstanden wird, können Stimmungsinduktionsmethoden wertvolle Hinweise liefern, die im Rahmen der experimentellen Stimmungsforschung eingesetzt werden.

Im Rahmen der Stimmungsforschung wird mit „Stimmungsinduktion“ der Vorgang bezeichnet, mit dem die zu analysierende Stimmung bei den Untersuchungspersonen künstlich hervorgerufen wird. Hierzu werden seit etwa Mitte der 60er Jahre des 20. Jahrhunderts diverse Verfahren eingesetzt. In Anlehnung an GERRARDS-HESSE et al. (1994) und OTTO, J.H. (2000) können die unterschiedlichen Verfahren in folgenden vier Kategorien (s. auch Punkt 2.3.3) eingeteilt werden.

1. Methoden, bei denen hedonistisch relevante Ereignisse inszeniert werden. Als Beispiel kann das Finden einer Münze in einer Telefonzelle dienen oder eine positive bzw. negative Leistungsrückmeldung nach einer Aufgabenbearbeitung.
2. Methoden, bei denen hedonistisch relevante Ereignisse über Stimulationsmethoden inszeniert werden, z.B. durch bestimmte Musikstücke oder Filmausschnitte. Als bekannteste Methode kann die Velten-Methoden (VELTEN, 1968) angesehen werden, bei der die Probanden selbstbezogene Aussagen zuerst leise, anschließend laut vorlesen. Diese Verfahren können noch danach differenziert werden, ob die Probanden instruiert werden, sich anhand des vorgegebenen Materials in eine positive oder negative Stimmung zu versetzen oder ob die Probanden nicht *explizit* aufgefordert werden, sich in eine bestimmte Stimmung zu versetzen.
3. Methoden, bei denen sich die Versuchspersonen bestimmte Sachverhalte vorstellen sollen oder sich an diese erinnern sollen, in denen sie sich in der für die Untersuchung gewünschten Stimmung befunden haben.
4. Methoden, bei denen die Versuchspersonen in bestimmte physiologische Erregungszustände versetzt werden, oftmals mittels Medikamenten, die als erregungssteigernd gelten bzw. Placebos, denen eine solche Wirkung zugesprochen wurde.

Relativ häufig wird die Induktionsmethode der Erfolgs- bzw. Misserfolgsrückmeldungen (Methode 1) angewendet, bei denen davon ausgegangen wird, dass die Befriedigung bzw. Nicht-Befriedigung unterschiedlicher Motive stimmungsauslösend ist. Dies ist konform zu der Grundannahme dieser Arbeit zur Generierung emotionaler Prozesse. Im Rahmen dieser Induktionsmethode werden insbesondere das *Leistungs-* und *Anschlussmotiv* berücksichtigt.

So wird beispielsweise den Probanden nach der Bearbeitung einer Aufgabe entweder mitgeteilt, dass sie deutlich schlechter als der Durchschnitt abgeschlossen haben (Misserfolgsbedingung) oder ihnen wird mitgeteilt, dass sie überdurchschnittlich gut (Erfolgsbedingung) abgeschlossen haben. Unter der Misserfolgsbedingung kann das Leistungsmotiv nicht befriedigt werden, theoriekonform führt diese Rückmeldung zu einer negativen Stimmung. Unter der Erfolgsbedingung kann hingegen das Leistungsmotiv befriedigt werden, entsprechend der Grundannahme dieser Arbeit werden die Probanden durch die Erfolgsbedingung in eine positive Stimmung versetzt.

Nach ABELE (1996) und MORRIS (1989) kann eine positive bzw. negative Stimmung durch die Befriedigung bzw. Nicht-Befriedigung bestimmter Motive hervorgerufen werden. Positive bzw. negative Ereignisse bzw. Ereignisse mit hedonistischer Relevanz können als solche beschrieben werden, die für die Befriedigung von Motiven bzw. Bedürfnissen hinderlich oder förderlich sind. Zu beachten ist, dass dies im Widerspruch zu der von SCHIMMACK (1999) formulierten Annahme steht, dass Stimmungen – im Unterschied zu Gefühlen bzw. Emotionen – *nicht* im Zusammenhang mit Bedürfnissen bzw. Motiven stehen.

## 2.4 Emotionales Erleben

Dem subjektiven *Erleben* emotionaler Prozesse wird sowohl im Rahmen der Emotions- als auch der Stimmungsforschung eine besondere Relevanz zugesprochen. Dieses wird jedoch oftmals nur unzureichend kenntlich gemacht. So wird auch dann *explizit* von Stimmungen oder Emotionen gesprochen, wenn *ausschließlich* auf das subjektive emotionale Erleben<sup>27</sup> fokussiert bzw. nur dieses in Studien untersucht wird. Dass zusätzlich zur Erlebensebene sowohl Stimmungen – zumindest den Annahmen der Stimmungsforschung zufolge – als auch Emotionen weiterhin aus einer physiologischen Komponente und einer Ausdruckskomponente bestehen, wird oftmals nicht einmal erwähnt. Würde in Veröffentlichungen jeweils eine zutreffende Bezeichnung der thematisierten emotionalen Komponenten erfolgen, könnte dies sowohl zur Reduzierung der verwirrenden Begriffsvielfalt als auch der Vielzahl mehr oder weniger gelungener Definitionen emotionsbezogener Konstrukte beitragen. Wenn auf das subjektive emotionale Erleben fokussiert wird, wäre es beispielsweise nicht zwingend erforderlich, eine Differenzierung zwischen Emotionen und Stimmungen vorzunehmen. Dies kann wie folgt begründet werden. Als wesentliches Unterscheidungsmerkmal zwischen Stimmungen und Emotionen wird oftmals angeführt, dass Stimmungen im Vergleich zu Emotionen weniger intensiv erlebt werden (s. Punkt 2.3.2). Diese Annahme spiegelt sich darin wider, dass Stimmungen als kleine, alltägliche „low-level-Emotionen“ (ISEN, 1984) oder als „niedrig-intensive Variante der Emotion“ (s. PEKRUN & JERUSALEM, 1996, S. 11) bezeichnet werden. Zu beachten ist, dass „Richtwerte“ für die Intensität des emotionalen Erlebens bei Stimmungen und Emotionen nicht vorliegen. So existieren keine Kriterien bzw. Richtwerte dafür, ab welcher Intensität des subjektiven Erlebens von Emotionen gesprochen werden kann bzw. bis zu welcher Intensität von Stimmungen.

---

<sup>27</sup> Nachfolgend werden die Begriffe „emotionales Erleben“ und „emotionales Befinden“ synonym verwendet.

Nach Auffassung der Autorin dieser Arbeit wird eine solche Zuordnung bzw. die Formulierung allgemeingültiger „Intensitätswerte“ auch in Zukunft kaum möglich sein. Für diese Annahme sprechen die existierenden erheblichen interindividuellen Unterschiede in der Intensität des emotionalen Erlebens (vgl. KROHNE & KOHLMANN, 1990). Ein objektives, allgemeingültiges Zuordnungskriterium, das auf der Intensität von emotionalem Erleben basiert, kann somit nicht formuliert werden. Dies kann wie folgt verdeutlicht werden: Jede Person wird angeben können, ob sie ihr aktuelles emotionales Befinden als Emotion oder Stimmung erlebt. Bei identischer Intensität des emotionalen Erlebens – sofern eine solche Übereinstimmung überhaupt festgestellt werden kann – könnte jedoch eine Person dieses als Stimmung bezeichnen, eine andere hingegen als Emotion.

Unabhängig von der Intensität des emotionalen Erlebens wird für dessen Generierung im Rahmen dieser Arbeit stets von vergleichbaren kognitiven Prozessen ausgegangen. Emotionales Erleben ist als Folge einer Bewertung eines aktuellen Umweltreizes oder eines antizipierten Reizes bzw. einer antizipierten Situationen anzusehen. Die aktuellen Reize bzw. die erwarteten zukünftigen Situationen werden auf einer Lust-Unlust-Dimension danach bewertet werden, inwieweit sie zur Befriedigung individueller Motive beitragen können bzw. diese wecken. Das Bewertungsergebnis wird die Intensität des emotionalen Erlebens bestimmen ebenso wie das Ausmaß, in dem andere relevante Komponenten (Ausdruckscomponenten und physiologische Veränderungen) beeinflusst werden. Diese Annahme zur Generierung des emotionalen Erlebens beinhaltet, dass emotionales Erleben im hohen Maß situationsspezifisch ist, da die Reize, deren Bewertung emotionales Erleben generiert, situativ variieren. Folglich kann sich emotionales Erleben relativ kurzfristig verändern.

Vor dem Hintergrund der zuvor dargelegten Ausführungen werden im Rahmen dieser Arbeit folgende Annahmen vertreten:

Je intensiver das emotionale Erleben,...

- desto kürzer ist die zeitliche Erstreckung;
- desto positiver bzw. negativer muss die Bewertung des Reizes ausgefallen sein bzw. desto relevanter wird dieser für die Befriedigung bzw. Nicht-Befriedigung oder Aktualisierung von individuellen Motiven bewertet;
- desto *spezifischer* sind die mit dem emotionalen Erleben einhergehenden Prozesse (physiologische Veränderungen, Mimik, paraverbale Merkmale etc.);
- desto eindeutiger kann das emotionale Erleben auf einen *bestimmten* auslösenden Reiz zurückgeführt werden.

Je schwächer das emotionale Erleben,...

- desto länger ist die zeitliche Erstreckung;
- desto schwächer ist die positive bzw. negative Bewertung des Reizes ausgefallen bzw. desto weniger relevant wird dieser für die Befriedigung bzw. Nicht-Befriedigung oder Aktualisierung von individuellen Motiven bewertet;

- desto *unspezifischer* sind die mit dem emotionalen Prozess einhergehenden Prozesse (physiologische Veränderungen, Mimik, paraverbale Merkmale etc.);
- desto schwieriger ist es, das emotionale Erleben auf einen *bestimmten* auslösenden Reiz zurückzuführen.

Zu berücksichtigen ist, dass es relativ wenig Situation gibt, die sehr intensives emotionales Erleben auslösen. Auch ist zu beachten, dass es keinen Null-Punkt emotionalen Erlebens geben wird, sondern permanent zumindest ein wenig intensives emotionales Befinden erlebt werden wird. Dieses wird bei niedriger Intensität nicht immer im Fokus der Aufmerksamkeit stehen, aber generell bewusstseinsfähig sein, so dass Individuen zumindest auf Nachfrage Auskunft zu ihrem emotionalen Befinden geben können.

### 2.4.1 Emotionale Befindlichkeit

Für die Beschreibung des subjektiven emotionalen Erlebens wird nachfolgend der Begriff „emotionale Befindlichkeit“ (BECKER, P., 1988b; RÖSLER, BAUMANN & MARAKE, 1980) verwendet, der von SEMBILL (1992) als „...emotional-motivational geprägtes, subjektives und situationsspezifisches Erleben eines Zustandes...“ (S. 118) beschrieben wird. Emotionale Befindlichkeit wird nach SEMBILL (ebd.) als Auslöser, Begleiterscheinung und/oder Folge kognitiver Prozesse angesehen und als essentieller Bestandteil von Handlungsregulationsprozessen aufgefasst. Die emotionale Befindlichkeit dient dem Individuum als Gradmesser dafür, inwieweit es ihm gelungen ist, seine Bedürfnisse in der Interaktion mit der sozialen Umwelt zu befriedigen bzw. dafür, ob durch diese Interaktion Bedürfnisse geweckt wurden. Weiterhin signalisiert die emotionale Befindlichkeit dem Individuum entweder, dass Handlungen zur Beseitigung von Bedürfniszuständen geplant werden müssen oder aber, dass bisher durchgeführte Handlungen zur Bedürfnisbefriedigung erfolgreich bzw. nicht erfolgreich waren.

Emotionale Befindlichkeit nach der obigen Definition unterscheidet sich nicht von emotionalem Erleben bzw. emotionalem Befinden laut der Definition unter Punkt 2.4. Die drei Begriffe stehen somit für ein situationsspezifisches und relativ schnell veränderbares emotionales Erleben. Für die Beschreibung eines vergleichsweise *stabilen* und relativ *situationsunabhängigen* emotionalen Erlebens werden zumeist andere Begrifflichkeiten oder verwandte Konstrukte gewählt, wie z.B. „Lebenszufriedenheit“ oder „habituelles Wohlbefinden“ (s. Punkt 2.4.2). Teilweise werden jedoch auch die Begriffe „emotionales Befinden“ und „emotionales Erleben“ für ein über die Zeit hinweg wenig variierendes emotionales Befinden verwendet. Um Missverständnisse auszuschließen, wird nachfolgend zumeist von „emotionaler Befindlichkeit“ gesprochen, um ein situationsspezifisches und relativ schnell veränderbares emotionales Erleben zu beschreiben. Sollten aus sprachlichen Gründen die Begriffe „emotionales Erleben“ oder „emotionales Befinden“ Verwendung finden, sind diese – sofern nicht anders erwähnt – explizit als Synonym für „emotionale Befindlichkeit“ zu interpretieren.

### 2.4.2 Wohlbefinden als emotionales Konstrukt

Im Zusammenhang mit subjektivem emotionalen Erleben findet in der einschlägigen Literatur ebenfalls der Begriff „Wohlbefinden“ (Well-being) Verwendung (KAHNEMANN, DIENER & SCHWARZ, 1999; OTTO et al., 2000b). Nachfolgend werden wesentliche Aspekte des Konstruktes „Wohlbefinden“ erläutert.

Üblicherweise wird eine Unterscheidung zwischen *aktuellem* Wohlbefinden (AW) und *habituellem* Wohlbefinden (HW) vorgenommen. Bezeichnet der Begriff „habituelles Wohlbefinden“ eher eine relativ stabile oder bereichsspezifische Lebenszufriedenheit, so wird das stärker Veränderungen unterliegende momentane emotionale Erleben dem Begriff „aktuelles Wohlbefinden“ zugeordnet (vgl. ABELE & BECKER, 1991). Für den Begriff „aktuelles Wohlbefinden“ wird in vielen Veröffentlichungen der Begriff „Stimmung“ synonym verwendet, korrekterweise müsste jedoch hierfür der Begriff „positive Stimmung“ eingesetzt werden, da Wohlbefinden anders als Stimmungen zumeist als eindimensionales Konstrukt – ohne negative Ausprägung – interpretiert wird. Eine negative Ausprägung des Wohlbefindens, wie beispielsweise im Strukturmodell des Wohlbefindens von BECKER (1991), wird relativ selten postuliert. Auf die Dimensionalität der Konstrukte „Wohlbefinden“ und „emotionale Befindlichkeit“ wird an dieser Stelle nicht weiter eingegangen, da dieser Aspekt unter Punkt 2.6 ausführlich diskutiert wird.

Im Rahmen dieser Arbeit ist das Konstrukt „Wohlbefinden“ nicht nur aufgrund der sprachlichen Überschneidung und der inhaltlichen Nähe zu anderen emotionalen Prozessen relevant. Hinzu kommt, dass innerhalb der Wohlbefindensforschung, die einen relativ selbstständigen Forschungszweig darstellt (KAHNEMANN et al., 1999), für die Fragestellungen der vorliegenden Arbeit relevante Befunde vorliegen. Dies betrifft insbesondere Ergebnisse darüber, wie Wohlbefinden generiert wird. Konsens innerhalb des Forschungsbereiches „Wohlbefinden“ besteht darüber, dass zur Entstehung von Wohlbefinden kognitive Bewertungsprozesse erforderlich sind bzw. diese als Bestandskomponente von Wohlbefinden anzusehen sind (vgl. MAYRING, 2000; MYERS, 1999). Als Beleg für eine kognitive Komponente kann beispielsweise angeführt werden, dass postuliert wird, dass Zufriedenheit als Bestandteil des Wohlbefindens durch die Formel „bisher Erreichtes dividiert durch angestrebte Ziele“ berechnet werden kann (MAYRING, 2000). Dabei ist zu berücksichtigen, dass materielle Güter nicht als alleinige Zieldimension angesehen werden können. So konnten MYERS und DIENER (1995) beispielsweise nachweisen, dass die Höhe des verfügbaren Einkommens kein guter Prädiktor für das Wohlbefinden darstellt, da nach Erreichen eines einkommensbezogenen Schwellenwertes das subjektive Wohlbefinden nicht weiter ansteigt. Auch BECKER (1991) kommt zu einer ähnlichen Einschätzung: Bei einer empirisch ermittelten Rangreihe der relevantesten Umweltfaktoren für Wohlbefinden nehmen *soziale Beziehungen* den ersten Platz ein, erst danach kommt der allgemeine Lebensstandard, gefolgt von Arbeitsbedingungen. Weiterhin kommt BECKER (ebd.) nach Sichtung der empirischen Befundlage zu dem Fazit, dass insbesondere Ansätze, in denen habituelles Wohlbefinden (HW) auf die Befriedigung höherer Bedürfnisse (Sinne von MASLOW, 1954; also z.B. soziale Einbindung) des Menschen zurückgeführt wird, als empirisch fundiert bezeichnet werden können. Zu einem späteren Zeitpunkt kommen DIENER und



FUJITA (1995) zu einem ähnlich Fazit. So nähmen Ereignisse umso größeren Einfluss auf das Wohlbefinden, desto relevanter die Ereignisse für die Erreichung individueller Ziele bzw. die Befriedigung individueller Motive seien. Hieran wird die Ähnlichkeit bzw. Überschneidung mit Annahmen zur Entstehung anderer emotionaler Prozesse bzw. zur Generierung der subjektiven Erlebenskomponente deutlich. Es wird davon ausgegangen, dass Wohlbefinden auf ähnliche Weise entsteht wie Emotionen (s. Punkt 2.4.3) und Stimmungen (s. Punkt 2.3.3) bzw. emotionales Erleben (s. Punkt 2.4.1), da der Zielereichungsgrad bzw. der Grad der Befriedigung individueller Motive als konstituierendes Bewertungskriterium für aktuelles Wohlbefinden angesehen wird.

### **2.4.3 Relevanz individueller Motive für die Generierung emotionaler Befindlichkeit**

Die Relevanz individueller Motive für die Generierung emotionaler Prozesse wurde bereits mehrfach in unterschiedlichen Zusammenhängen thematisiert. Da wesentliche Grundannahmen der vorliegenden Untersuchung auf den zuvor erörterten theoretischen Annahmen unterschiedlicher Forschungsrichtungen basieren, werden nachfolgend die entsprechenden Annahmen zur Relevanz von Motiven für emotionale Prozesse nochmals zusammenfassend dargestellt.

Zuvor sei daran erinnert, dass bis heute nicht widerspruchsfrei geklärt ist, durch welche Prozesse emotionales Erleben hervorgerufen wird (s. Punkt 2.2.1.1). So haben Befunde neurophysiologischer Studien in den letzten Jahren die Annahme gestützt, dass emotionales Befinden durch propriozeptive Rückmeldungen peripherer Körperreaktionen ausgelöst wird bzw. werden kann (s. Punkt 2.2.1.2). Es kann jedoch begründet vermutet werden, dass erst die kognitive Interpretation der physiologischen Veränderungen – im Sinne der Zwei-Faktoren-Theorie von SCHACHTER und SINGER (1962) – emotionale Prozesse generieren. Vor diesem Hintergrund kann aufgrund des derzeitigen Forschungsstandes davon ausgegangen werden, dass Bewertungsprozesse für die Generierung emotionaler Prozesse erforderlich sind. Dieser Bewertungsprozess kann wie folgt beschrieben werden (s. SCHERER, 1984; SCHERER et al., 2001). Alle wahrgenommen Reize der sozialen und physikalischen Umwelt werden vom Individuum anhand unterschiedlicher Kriterien sukzessiv bewertet (s. Punkt 2.2.1.1.3). Werden die Reize als bedeutsam für den Organismus eingeschätzt, werden die Reize auch dahingehend bewertet, ob sie einer Befriedigung der individuellen Motive des Individuums entgegenstehen oder diese begünstigen bzw. erlauben. Unterschiedliche Bewertungsergebnisse werden unterschiedliche emotionale Prozesse generieren (s. Punkt 2.4).

Sowohl innerhalb des Forschungsbereiches „Wohlbefinden“ als auch in der Emotions- und Stimmungsforschung wird spezifischen Motiven<sup>28</sup> eine besondere Relevanz zugesprochen, welches nachfolgend verdeutlicht wird.

---

<sup>28</sup> Erinnert wird daran, dass die Begriffe „Motiv“ und „Bedürfnis“ bis auf weiteres synonym verwendet werden.

Innerhalb des Forschungsbereiches *Wohlbefinden* wird davon ausgegangen, dass aktuelles Wohlbefinden generell durch das Ergebnis positiv bewerteter Reize erreicht wird und/oder durch die Beseitigung bzw. Reduktion von aversiv erlebten Zuständen (BECKER, P., 1991). Wie bei kognitiven Emotionstheorien wird davon ausgegangen, dass für die Bewertung der Reize individuelle Motive eine wesentliche Rolle spielen. So besteht eine grundlegende Annahme darin, dass Reize, die als motivbefriedigend bewertet werden, aktuelles Wohlbefinden erzeugen (vgl. KAHNEMANN et al., 1999). FISCHER (1991) beschreibt den Zusammenhang zwischen Wohlbefinden und Bedürfnissen bzw. Motiven folgendermaßen: „Wohlbefinden erreicht eine Person in dem Maße, ... in dem die Umwelt Befriedigung ermöglicht, und zwar nicht nur hinsichtlich der existenziellen Bedürfnisse, sondern auch der Bedürfnisse höherer Ordnung...“ (S. 252). Innerhalb der Wohlbefindensforschung wird davon ausgegangen, dass *bestimmte* Motive von besonderer Relevanz für die Entstehung von Emotionen sind. So herrscht Einvernehmen darüber, dass insbesondere die Befriedigung des Motivs nach *sozialer Eingebundenheit* zu aktuellem Wohlbefinden führt (MYERS, 1999; PFAFF, 1989; STROEBE, 1977). Weiterhin wird das Motiv nach *Kontrolle* bzw. Einflussnahme explizit erwähnt, wobei ein erlebter Anstieg der Kontrollmöglichkeiten bzw. Einflussnahme mit einem gesteigerten Wohlbefinden positiv korreliert (FISCHER, M., 1991; OESTERREICH, 1981). Von BRANDSTÄTTER (1991) wird neben dem *Macht- und Anschlussmotiv* auch das *Leistungsmotiv* genannt, wobei er die Befriedigung bzw. Nicht-Befriedigung dieser Motive als besonders bedeutsam für das emotionale Erleben bzw. Befinden betrachtet. Dass insbesondere der Grad der Befriedigung bzw. Nicht-Befriedigung dieser drei Motive (Machtmotiv, Leistungsmotiv, Anschlussmotiv) das Ausmaß des Wohlbefindens determiniert, kann als Konsens innerhalb der Wohlbefindensforschung gelten (BRANDSTÄTTER, 1991).

Innerhalb der *Stimmungsforschung* wird ebenfalls davon ausgegangen, dass der Befriedigungsgrad individueller Motive die Qualität der Stimmungen determiniert. Dies wird deutlich, wenn die unter Punkt 2.3.3 dargestellten Auslösebedingungen von Stimmungen betrachtet werden. So wird davon gesprochen, dass Stimmungen durch positive und negative Ereignisse mit hedonistischer Relevanz ausgelöst werden. Hiermit ist (auch) die Befriedigung bzw. Nicht-Befriedigung individueller Motive gemeint, da im Rahmen von Stimmungsinduktionsverfahren durch den Grad der Befriedigung bzw. Nicht-Befriedigung oder Aktualisierung bestimmter Motive eine positive bzw. negative Stimmung hervorgerufen werden kann (s. Punkt 2.7.3). Wie in der Wohlbefindensforschung wird dem *Leistungs- und dem Anschlussmotiv* eine besondere Bedeutung zugesprochen (s. Punkt 2.3.3).

Innerhalb von (kognitiven) *Emotionstheorien* wird die Relevanz von individuellen Motiven ebenfalls deutlich hervorgehoben. Auch wenn von den jeweiligen Emotionstheorien unterschiedliche Bewertungskomponenten benannt werden, besteht weitgehend Einigkeit darüber, dass individuelle Motive die eigentliche Bewertungsgrundlage bilden (vgl. HAHN, 1995). Etliche Autoren verwenden explizit den Begriff „Bedürfnis“, wenn es um die Beschreibung von Bewertungsinstanzen im Rahmen der Emotionsgenerierung geht. So bezeichnet BRANDSTÄTTER (1990a) Emotionen als Erlebnisse, „...in denen uns fortlaufend bewusst wird, wie wir unsere jeweilige Situation ... spontan bewerten, und zwar im Hinblick darauf, ob sie für die

Befriedigung unserer Bedürfnisse förderlich oder hinderlich [ist]“ (S. 424). Auch DÖRNER (1985; 1993; 1999) spricht explizit von Bedürfnissen bzw. Motiven als Bewertungsinstanz. Er geht davon aus, dass alle Reize daraufhin bewertet werden, ob sie relevante Bedürfnisse bzw. Motive befriedigen oder nicht. So entstehen seines Erachtens negative Emotionen wie Ärger, Zorn, Wut und Schrecken, wenn beispielsweise ein aktuell relevantes Bedürfnis nach Kontrolle aufgrund der Reizbewertung als nicht befriedigt angesehen wird. Der Wiedergewinn von Kontrolle in einer Situation würde hingegen von positiven Emotionen wie Freude, Stolz oder Triumph begleitet werden, da das Bedürfnis nach Kontrolle befriedigt würde (DÖRNER, 1999). BUCK (1985) geht davon aus, dass Emotionen als *read-out* grundlegender motivationaler Zustände definiert werden können. Zur Stützung dieser Annahme werden von BUCK (1999) unter anderem auch neurophysiologische Befunde herangezogen. Von FRJIDA (1996) werden Emotionen als Signal dafür angesehen, inwieweit ein aktuelles oder zukünftig erwartetes Ereignis die Befriedigung eines Bedürfnisses verspricht oder bedroht. Die Relevanz von individuellen Motiven für die Emotionsgenerierung im Rahmen funktionalistischer Emotionstheorien kann abschließend durch die Aussage von GOLLER (1995) wie folgt formuliert werden: „Kognitive Bewertung [im Rahmen der Emotionsgenerierung] ist die Einschätzung der Bedeutung interner und externer Reize für die wichtigsten Bedürfnisse und Ziele des Organismus“ (S. 67).

Insgesamt zeigt sich, dass trotz einiger Differenzen eine grundlegende Überstimmung unterschiedlicher Forschungsrichtungen darin besteht, dass individuelle Motive von besonderer Relevanz für die Generierung emotionaler Prozesse sind. Eine ausführliche Erörterung zu Motiven wird in Kapitel 3 vorgenommen.

## 2.5 Relevanz emotionalen Erlebens für Lernprozesse

Wie die bisherigen Ausführungen gezeigt haben, werden bis heute sehr unterschiedliche Ansichten darüber vertreten, wie und ob unterschiedliche emotionale Prozesse voneinander differenziert werden können. Weitgehend Einigkeit herrscht jedoch darüber (JERUSALEM & PEKRUN, 1999; OTTO et al., 2000b), dass emotionale Prozesse erheblichen Einfluss auf kognitive Prozesse (z.B. Wahrnehmung, Erinnern, Problemlösen) nehmen können und daher von zentraler Bedeutung für Lern- und Leistungsprozesse sowie für Interaktionsprozesse sind (MÖLLER & KÖLLER, 1996; RHEINBERG, 1999). Befunde zur Relevanz von Emotionen für Lernprozesse wurden bereits unter Punkt 2.2.1.2 erörtert. Anzumerken ist, dass in den meisten diesbezüglichen Studien ausschließlich die subjektive Erlebenskomponente von Stimmungen bzw. Emotionen berücksichtigt wurde. Auch wenn die Bedeutung von emotionalen Prozessen für die Handlungsregulation und Lern- und Leistungsprozesse allgemein anerkannt ist, liegen sehr heterogene Befunde darüber vor, in welcher Art und Weise Emotionen auf kognitive Prozesse und das Verhalten einwirken. So kommt RHEINBERG (1999) zu dem Fazit, dass allgemeine Aussagen zu *den* Leistungsauswirkungen von emotionalen Zuständen bzw. Prozessen nicht möglich sind (S. 193).

Eine umfassende Darstellung unterschiedlicher Befunde zu Zusammenhängen zwischen emotionalen Prozessen und Gedächtnisleistungen bzw. der Informationsverarbeitung kann im

Rahmen dieser Arbeit nicht erfolgen. Für eine detaillierte Darstellung der aktuellen Befundlage zu Auswirkungen von emotionalen Prozessen auf kognitive Prozesse wird auf Veröffentlichungen anderer Autoren (z.B. ABELE, 1996; BLESS, 1997; BLESS & FIEDLER, 1999; HÄNZE, 1998; JERUSALEM & PEKRUN, 1999; KLAUER, 2000) verwiesen. Nachfolgend werden grundlegende Befunde zum Zusammenhang zwischen emotionalen und kognitiven Prozessen dargestellt.

Der “mood congruity effect” und der “mood state dependent memory effect” können zu den bekanntesten empirisch belegten Effekten zum Zusammenhang zwischen Stimmungen und Gedächtnisleistungen bzw. Informationsverarbeitung gezählt werden. Der “mood state dependent memory effect” besagt, dass Lernobjekte besser erinnert werden, wenn die Stimmungszustände beim Lernen und bei der Wiedergabe des Gelernten übereinstimmen als wenn unterschiedliche Stimmungszustände zu diesen beiden Zeitpunkten bestehen (BOWER, GILLIGAN & MONTEIRO, 1981). Der „mood congruity effect“ besagt, dass Lernobjekte, die inhaltlich dem momentanen emotionalen Zustand entsprechen, besser gelernt werden, als Lernobjekte, deren Inhalt dem emotionalen Zustand entgegengesetzt ist (BOWER & COHEN, 1982; FORGAS & BOWER, 1987). Zur Erklärung wird angegeben, dass die jeweilige Stimmung als Filter wirkt, wobei stimmungskongruente Informationen diesen Filter eher passieren können als stimmungsinkongruente Informationen. Es liegen sowohl Replikationsstudien vor, in denen diese Effekte nicht oder nur bedingt bestätigt werden als auch Studien, die diese Effekte bestätigen können (LANTERMANN & OTTO, 1994). Weiterhin existiert bzgl. der Zusammenhänge zwischen Emotionen und Gedächtnis sowohl eine Intensitätshypothese (je emotionaler ein Inhalt ist, desto wahrscheinlicher wird er erinnert) als auch eine Verdrängungshypothese (unlustvolle Inhalte werden seltener erinnert, da sie ins Unbewusste verdrängt werden).

Insgesamt kann die Befundlage zum “mood congruity effect” und zum “mood state dependent memory effect” wie folgt zusammengefasst werden (s. KLAUER, 2000). Positiv und negativ bewertete *Lernobjekte* werden besser gespeichert, wenn diese in der Stimmung präsentiert bzw. gelernt werden, die mit der emotionalen Bewertung des Lernobjektes übereinstimmt. Für Erinnerungsleistungen ist ein Kongruenzeffekt bisher nur für negatives Material und negative Stimmung belegt. So werden in schlechter Stimmung besser Inhalte erinnert, die emotional negativ besetzt sind als in einer neutralen oder positiven Stimmung. Hierbei ist zu beachten, dass negative Stimmungen insgesamt eher zu Gedächtnis- bzw. Erinnerungsdefiziten führen.

Generelle Aussagen zum Zusammenhang von Stimmungen und Informationsverarbeitungen sind jedoch problematisch, da zu berücksichtigen ist, dass sich die Informationsverarbeitung auf drei unterschiedlichen Dimensionen abbilden lässt (JAEKEL, 1997). So ist bei der Analyse von Zusammenhängen zwischen emotionalen Prozessen und Informationsverarbeitungsprozessen stets zu beachten, ob die Tiefe, Breite oder Dauer der Informationsverarbeitung von Interesse ist. Auf die Verarbeitungstiefe bezogen deuten die Befunde daraufhin, dass Individuen in positiver Stimmung sich gedanklich weniger intensiv mit den Informationsinhalten auseinandersetzen und einfachere Denkmodelle verwenden. In positiver Stimmung werden weniger Informationen (geringere Breite) berücksichtigt, so dass der gesamte Informationsverarbeitungsprozess in einer positiven Stimmung von geringerer zeitlicher Erstreckung ist als

in einer negativen Stimmung (CLORE, SCHWARZ & CONWAY, 1994). Zur Erklärung dieser Befunde existieren unterschiedliche Hypothesen, die nachfolgend jedoch nur kurz skizziert werden können.

Bei der „Motivationshypothese“ (ISEN, 1984; SCHWARZ, 1990) wird davon ausgegangen, dass unterschiedliche Stimmungen jeweils eine unterschiedliche motivationale Wirkung ausüben. Grundannahme hierbei ist, dass Individuen generell nach einem positiven emotionalen Erleben streben.<sup>29</sup> Die motivationale Tendenz in schlechter Stimmung besteht dieser Annahme zufolge darin, dass Tätigkeiten präferiert werden, die zu einer Verbesserung der Stimmung beitragen können. In guter Stimmung besteht hingegen die motivationale Tendenz, Tätigkeit zu bevorzugen, die zum Stimmungserhalt beitragen. FIEDLER (1988) spricht in diesem Zusammenhang von „loosening“ bei positiven emotionalen Zuständen und von „tightening“ bei negativen emotionalen Zuständen. Loosening kann dabei als vereinfachte Verarbeitungsstrategie beschrieben werden, die mit einem intuitiven und kreativen aber unreliablen Verarbeitungsstil einhergeht und zur Verwendung globaler Heuristiken und einem gesteigerten Vertrauen in den Gebrauch von Skripten und Stereotypen führt (FIEDLER, 1988). Tightening beschreibt einen eher systematischen, konservativen und rigiden kognitiven Verarbeitungsstil. FIEDLER (ebd.) geht davon aus, dass gute Stimmung loosening-Prozesse fördert, schlechte Prozesse hingegen tightening-Prozesse. ISEN und Mitarbeiter (ISEN, 1984; ISEN, DAUBMAN & GORGOGNONE, 1987; ISEN & LEVIN, 1972) gehen von ähnlichen Annahmen aus; diese können wie folgt dargestellt werden. Sind Personen bereits in guter Stimmung, so tendieren sie dazu, aufwendige kognitive Prozesse zu vermeiden, da ein aufwendiger Verarbeitungsstil nicht mit der Aufrechterhaltung guter Stimmung vereinbar ist (*mood maintenance*). Schlecht gestimmte Personen streben hingegen danach, ihre Stimmung zu verbessern. Zu einer Verbesserung der Stimmung kann eine Ablenkung vom Erleben der schlechten Stimmung beitragen. Die Ablenkung erfolgt durch eine aufwendigere, systematischere Verarbeitung anderer stimmungsunabhängiger Informationen (*mood repair*). Diese Ansätze finden, wenn auch mit unterschiedlicher Fragestellung, auch in der aktuellen Forschung nach wie vor Berücksichtigung (z.B. OTTO & LANTERMANN, 2004; SPIES & HERBST, 1997).

Bei der „Kapazitätshypothese“ (ISEN, 1987) wird davon ausgegangen, dass Stimmung einen Teil des „Arbeitsspeichers“ belegt und sich somit die für die Informationsverarbeitung zur Verfügung stehende Kapazität verringert. Es bestehen sehr unterschiedliche Ansichten darüber, in welchem Ausmaß welche Stimmungen welche Kapazitäten benötigen (s. ISEN, 1987). Da die Kapazitätshypothese bisher keine empirische Evidenz besitzt (SPIES, 1995), wird auf eine weitere Erörterung verzichtet.

Ähnlich wie bei der Motivationshypothese wird bei der „Mood-as-Input-Hypothese“ (FRIJDA, 1996; SCHWARZ, 1990) davon ausgegangen, dass eine bestimmte Stimmung mit einem bestimmten kognitiven Verarbeitungsstil einhergeht (OTTO, 2001). Vereinfacht kann die diesem Ansatz zugrunde liegende Annahme wie folgt dargestellt werden. Stimmungen bzw. emotionale Zustände stellen Informationen über den Zustand des gesamten Organismus dar, wobei

---

<sup>29</sup> Hier besteht eine Entsprechung zum hedonistischen Prinzip (s. Punkt 3.3).

diese Informationen als Input wiederum Einfluss auf weitere kognitive Prozesse nehmen. Die Information über den Organismus schließt mit ein, inwieweit relevante Ziele bzw. Motive des Individuums erreicht sind.<sup>30</sup> Positive Stimmungen entstehen, wenn individuelle Motive befriedigt werden. Sind individuelle Motive befriedigt, wird die aktuelle Situation als unproblematisch bewertet. Dies bedeutet wiederum, dass kein akuter Handlungsbedarf besteht und somit ein vereinfachter Verarbeitungsstil im Sinne von „loosening“ gewählt wird, da dieser in der aktuellen Situation ausreicht. Negative Stimmungen deuten hingegen darauf hin, dass individuelle Motive nicht befriedigt werden können und/oder die aktuelle Situation als problematisch oder gefährlich eingeschätzt wird. Um diese Situation zu meistern bzw. Gefahr abzuwenden, ist ein aufwändigerer systematischer Verarbeitungsstil im Sinne von „tightening“ erforderlich.

Auch wenn die empirische Befundlage bisher noch sehr uneinheitlich dahingehend ist, auf welche Art und Weise emotionale Prozesse Einfluss auf kognitive Prozesse nehmen, kann es als unbestritten angesehen werden, dass emotionale Prozesse die Qualität und Quantität von Lern- und Leistungsprozessen (BLESS & FIEDLER, 1999; HAHN, 1995; KUHLMANN, 1983a; PEKRUN & JERUSALEM, 1996) und Problemlösungsprozessen beeinflussen<sup>31</sup> (DÖRNER, REITHER & STÄUDEL, 1983; KNAPP, A., 1986; KUHLMANN, 1983a; PEKRUN, 1992).

## 2.6 Erfassung des emotionalen Erlebens

Zur Erfassung emotionaler Prozesse existiert eine Vielzahl unterschiedlichster Methoden (SCHMIDT-ATZERT, 1996), wobei allein zur Erfassung des Wohlbefindens „...ein fast unüberschaubares Feld von Instrumenten“ (MAYRING, 1991, S. 51) zur Verfügung steht. Im Rahmen dieser Arbeit ist eine Fokussierung auf bestimmte Verfahren erforderlich. Berücksichtigt werden nachfolgend nur Verfahren, welche explizit die subjektive Erlebenskomponente erfassen sollen, da in der vorliegenden Studie diese emotionalen Prozesse untersucht werden. Methoden zur Erfassung physiologischer und mimischer Veränderungen, die mit emotionalen Prozessen einhergehen oder generieren können, werden nicht berücksichtigt.<sup>32</sup> Zu beachten ist, dass – wie zuvor erwähnt – oftmals in Veröffentlichungen von Stimmungen und Emotionen gesprochen wird, im engeren Sinne aber ausschließlich die subjektive Erlebenskomponente thematisiert wird und somit eigentlich von „emotionaler Befindlichkeit“ in Sinne der unter Punkt 2.4.1 gewählten Definition gesprochen werden müsste. Um Missverständnisse zu vermeiden, werden nachfolgend oftmals die geläufigen Termini (Stimmung und Emotionen) verwendet, auch wenn mit Stimmungen und Emotionen nur die *subjektive Erlebenskomponente* emotionaler Prozesse gemeint ist bzw. nur diese erfasst wird.

---

<sup>30</sup> Hier besteht eine Entsprechung zu den unter Punkt 2.4.3 dargestellten Annahmen zur Relevanz individueller Motive.

<sup>31</sup> Es muss jedoch berücksichtigt werden, dass auch kognitive Prozesse – beispielsweise bestimmte Verarbeitungsstrategien – ihrerseits Einfluss auf emotionale Prozesse nehmen.

<sup>32</sup> Für einen Überblick ausdruckspsychologischer, psychophysiologischer Methoden und chemopsychologischer Methoden wird auf OTTO et al. (2000b) verwiesen.

Wurde vor annähernd 20 Jahren die Validität von Selbstberichtsdaten zur emotionalen Befindlichkeit noch als fragwürdig erachtet (NISBETT & WILSON, 1977), wurde vor gut zehn Jahren bereits die Auffassung vertreten, dass nur Individuen selbst *valide* Auskünfte über ihr emotionales Befinden geben können (MAYRING, 1991). Die letztgenannte Ansicht hat nach wie vor Gültigkeit (DEBUS, 2000), so dass Instrumente zur Erfassung von Stimmungen und emotionaler Befindlichkeit zumeist auf verbalen Selbstberichten basieren. Zutreffend ist es nach wie vor, dass die Angaben der Versuchspersonen nicht auf ihren Wahrheitsgehalt hin geprüft werden können bzw. nicht validiert werden können. Hinderungsgrund hierfür ist, dass selbst bei zeitgleicher Erfassung anderer Komponenten von Emotionen (z.B. physiologische Veränderungen) diese nur begrenzt Hinweise auf die Gültigkeit der Selbstberichte liefern. So belegen zwar Studien das Kovariieren der Komponenten der Reaktionstriade, jedoch ist es bisher nicht gelungen, für *alle* Stimmungen *spezifische* physiologische Veränderungen nachzuweisen (HAMM & VAITEL, 1993; STEMMLER, 1996). Bei der Auswahl der Versuchspersonen sollte daher darauf geachtet werden, dass diese bereit sind, wahrheitsgemäße Angaben über ihr emotionales Erleben zu machen. Werden jedoch – wie oft gefordert (s. Punkt 2.7.2) – Feldstudien durchgeführt, ist zumeist durch das Setting eine Selektion von Versuchspersonen nicht oder nur begrenzt möglich. Auch muss berücksichtigt werden, dass Kinder im Unterschied zu Erwachsenen eine deutlich höhere Suggestibilität aufweisen und daher die Gefahr bei Kindern wesentlich größer ist, dass die Art der Fragen ihr Antwortverhalten in einer bestimmten Weise beeinflusst (ELISCHBERGER & ROEBERS, 2001). Für erwachsene Untersuchungspersonen gilt, dass für diese Selbstberichtstechniken zur Erfassung von emotionaler Befindlichkeit als besonders gut geeignet angesehen werden können.

Bei allen gängigen Verfahren zur Erfassung des emotionalen Befindens werden gebundene Beurteilungen erhoben; ungebundene Beurteilungen (freie Textantworten) werden – wenn überhaupt – nur für explorative Zwecke verwendet.<sup>33</sup> Warum zumeist keine freien Textantworten erfragt werden, kann anhand einer Studie von BRANDSTÄTTER (1991) verdeutlicht werden. Von 250 Untersuchungspersonen wurden innerhalb von 30 Tagen über 1000 verschiedene Adjektive verwendet, um ihr aktuelles emotionales Befinden zu beschreiben. Um verallgemeinerbare Aussagen über aktuelles emotionales Befinden treffen zu können, ist eine aufwändige Klassifizierung der unterschiedlichen Adjektive erforderlich, wobei eine konsensfähige Klassifizierung emotionaler Adjektive trotz intensiver Bemühungen (s. MEES, 1985) bis heute nicht existiert. Dass (fast) keine Instrumente freie Antwortformate enthalten, kann beinahe als einzige Gemeinsamkeit der ansonsten sich stark unterscheidenden Verfahren angesehen werden. Als Ursache für die große Heterogenität werden überwiegend methodische Probleme (z.B. unterschiedliche faktorenanalytische Modelle) genannt (EID, NOTZ, STEYER & SCHWENKMEZGER, 1994b). Es kann jedoch davon ausgegangen werden, dass auch die zuvor erörterte uneinheitliche bzw. fehlende Definition und Differenzierung unterschiedlicher emotionaler Prozesse wesentlich zu der Vielfalt unterschiedlichster Instrumente beigetragen hat.

---

<sup>33</sup> Eine Ausnahme bildet eine Studie von SCHERER (1988), in der ein offener Fragebogen zur Emotionserhebung eingesetzt wurde.

Nachfolgend werden zwei unterschiedliche Ansätze zur Messung emotionalen Erlebens vorgestellt, denen die meisten existierenden Instrumente mehr oder weniger gut zugeordnet werden können.

### 2.6.1 Ein-Item-Methoden

Durch eine einzige simple Frage – z.B. „Wie fühlst du dich gerade?“ kann bereits eine globale Einschätzung des emotionalen Befindens von Individuen erhoben werden (vgl. BLESS, 1997; MAYRING, 1991). In verschiedenen Studien wurde das emotionale Befinden mit einer ähnlich formulierten Frage erhoben (s. BRANDSTÄTTER & WAGNER, 1994; JOHNSON & TVERSKY, 1983; SEMBILL et al., 1998). Eine Verbreitung haben Ein-Item-Methoden auch im Forschungsbereich „Wohlbefinden“ gefunden (für eine Übersicht siehe DIENER, 1994), wobei sie insbesondere zur Erfassung des habituellen Wohlbefindens (s. Punkt 2.4.2) verwendet werden. Auch wenn nicht geklärt ist, wie Individuen generell eine solche Gesamtbewertung ihres emotionalen Zustands ermitteln, ist der Einsatz solcher Fragen auf den ersten Blick relativ unproblematisch, da es den Befragten vermutlich keine Schwierigkeiten macht, diese zu beantworten.

Die inhärente Annahme dieser Methoden, emotionales Befinden lässt sich auf einer Dimension abbilden, ist umstritten (s. Punkt 2.6.2). Auch bestehen bei Vertretern eindimensionaler Ansätze (z.B. EID, NOTZ, SCHWENKMEZGER & STEYER, 1994a; RUSSELL, 1997) unterschiedliche Ansichten. Einigkeit herrscht zumeist noch darüber, dass die Dimension mit „Unwohlsein-Wohlsein“ (bzw. als „hedonistisches Niveau“ oder als „gedrückte vs. gehobene Stimmung“) beschrieben werden kann (vgl. BLESS, 1997). Wird „Unwohlsein“ und „Wohlsein“ durch nur ein Item erhoben, wird davon ausgegangen, dass fehlendes Wohlsein Unwohlsein bedeutet und umgekehrt fehlendes Unwohlsein mit Wohlsein gleichzusetzen ist. Andere Autoren (vgl. ZEVON & TELLEGEN, 1982) gehen hingegen davon aus, dass „Wohlsein“ und „Unwohlsein“ unabhängig voneinander sind und gleichzeitig sowohl „Wohlsein“ als auch „Unwohlsein“ in unterschiedlicher Intensität erlebt werden könne. Instrumente, die aufgrund dieser These entwickelt wurden, enthalten zwei verschiedene Items mit einer Intensitätsskala als Antwortformat, um „Unbehagen“ und „Wohlbefinden“ getrennt voneinander erfassen zu können (HAMM & VAITEL, 1993).<sup>34</sup> Ergebnisse einer Studie von BRANDSTÄTTER (1990b) lassen den Schluss zu, dass „...im Falle gleichzeitiger Wirksamkeit positiver und negativer Gefühlskomponenten nur die Resultante, das Überwiegen der einen oder anderen Komponente, deutlicher bewußt [wird]“ (S. 200f.). Dies spricht dafür, dass bereits mit einem Item emotionale Befindlichkeit angemessen erhoben werden kann.

---

<sup>34</sup> Diese Ansätze müssten somit zu den mehrdimensionalen Ansätzen gezählt werden (s. Punkt 2.6.2). Da jedoch die 2-Item-Methoden große Unterschiede zu den klassischen mehrdimensionalen Modellen aufweisen (mehr als 2 Dimensionen, mehr als ein Item pro Dimension), werden die 2-Item-Methoden bereits an dieser Stelle berücksichtigt.



Ein-Item-Methoden wird vorgeworfen, dass sie die Komplexität des emotionalen Erlebens nicht adäquat erfassen (s. EID et al., 1994a). Nach Mayring (1991) liegen hingegen für verschiedene Ein-Item-Methoden sehr gute Validitätswerte (Konstruktvalidität 0.70-0.80) vor, wobei von ihm keine Angaben dazu gemacht werden, wie die Validität belegt bzw. berechnet wurde. Auch BLESS (1997) kommt zu dem Ergebnis, dass die Angaben von Ein-Item-Fragebögen mit anderen, aufwändiger erhobenen Maßen der Stimmung sehr hoch korrelieren. Insgesamt liegen viele Befunde vor, die dafür sprechen, dass emotionale Befindlichkeit als *eine* bipolare Dimension aufzufassen ist bzw. das positives und negatives emotionales Erleben vom Individuum aggregiert wird und daher durch Ein-Item-Methoden mit entsprechenden Antwortformaten (von „sehr gut“ bis „sehr schlecht“ oder „eher positiv“, „neutral“, „eher negativ“) valide erfasst werden kann. Ob Ein-Item-Methoden als sinnvolle Verfahren angesehen werden können, hängt weiterhin von der Fragestellung und von der Art der Untersuchung ab. Bei Feldstudien kommt beispielsweise der wesentliche Vorteil von Ein-Item-Methoden gegenüber umfangreicheren Instrumenten zum Tragen, der darin besteht, dass die Beantwortung *eines* Items sehr wenig Zeit in Anspruch nimmt. Ein-Item-Methoden sind somit insbesondere für Feld- und Prozessstudien geeignet, da aktuelle Tätigkeiten der Untersuchungspersonen nur eine minimale zeitliche Unterbrechung erfahren und Selbstaufmerksamkeitseinflüsse und daraus resultierende Interferenzeffekte gering gehalten werden können (s. Punkt 2.8). In Prozessstudien haben sich Ein-Item-Methoden als angemessenes Verfahren zur Erfassung der emotionalen Befindlichkeit bewährt (SEIFRIED, 2004b; SEMBILL et al., 1998).

## 2.6.2 Mehrdimensionale Ansätze

Den nachfolgenden Ausführungen sei vorangestellt, dass mehrdimensionale Ansätze aus einer relativ eigenständigen Forschungstradition entstammen (SCHALLBERGER, 1997), die versucht, Grunddimensionen des emotionalen Erlebens zu finden. Stimmungen und Emotionen interessieren in dieser Forschungstradition nicht als unterschiedliche Konstrukte. Vielmehr wird versucht, Grunddimensionen des emotionalen Erlebens zu identifizieren, die möglichst viel Varianz unterschiedlicher Stimmungen bzw. Emotionen abbilden können. Auch hier gibt es eine Vielzahl unterschiedlicher Modelle, die nicht alle Berücksichtigung finden können, so dass für eine ausführlichere Darstellung auf andere Veröffentlichungen (EID et al., 1994a; SCHIMMACK, 1999) verwiesen wird.

### 2.6.2.1 Differenzierung von Stimmungsmodellen

Mehrdimensionale Modelle können generell in zwei unterschiedliche Kategorien eingeteilt werden: Stimmungsmodelle, die auf spezifische Stimmungen fokussieren und Stimmungsmodelle, die von unspezifischen, eher diffusen emotionalen Stimmungen ausgehen. Bei spezifischen Stimmungsmodellen wird von der Existenz einer größeren Anzahl verschiedener Stimmungen (gute Laune, Deprimiertheit, Ängstlichkeit etc.) ausgegangen. Es wird untersucht, inwieweit eine Abgrenzung unterschiedlicher *Qualitäten* emotionalen Erlebens (z.B. gute

Laune bzw. Freude von Traurigkeit bzw. gedrückter Stimmung) möglich ist. Von spezifischen Stimmungsmodellen lassen sich globale Stimmungsmodelle unterscheiden (SCHIMMACK, 1999), die in der Tradition von WUNDT stehen (s. REISENZEIN, 1992) und davon ausgehen, dass alle Stimmungen durch eine geringe Anzahl globaler Erlebensdimensionen beschrieben werden können. Diese unterschiedlichen Modellvorstellungen spiegeln sich entsprechend in unterschiedlichen Instrumenten wider.

Instrumente *spezifischer* Stimmungsmodelle enthalten zumeist Substantive, die bestimmte Emotionen wiedergeben und deren Intensität von den Untersuchungspersonen angegeben werden soll. Als Beispiel können hier die Emotionsskalen EMO 16 (SCHMIDT-ATZERT & HÜPPE, 1996) genannt werden, die nach Autorenangaben den aktuellen emotionalen Gefühlszustand erfassen. Bei diesem Fragebogen muss angegeben werden, wie intensiv (von „nicht vorhanden“ bis „sehr stark“) 16 unterschiedliche „Emotionen“ (z.B. Angst, Traurigkeit, Freude, Stolz, Überraschung) erlebt werden. Allerdings soll auch die Intensität von „Unruhe“ „sexueller Erregung“ und anderer Zustände angegeben werden. An dieser Mischung von Substantiven, die als Emotionen „anerkannt“ sind<sup>35</sup> und anderen Begriffen, kombiniert mit der Betonung der Autoren, dass keine Emotionen, sondern Stimmungen erfasst werden sollen, wird die willkürliche Begriffsverwendung bzw. mangelnde Differenzierung zwischen Emotionen und Stimmungen abermals deutlich. Instrumente *globaler* Stimmungsmodelle enthalten zumeist Adjektivlisten, wobei die Untersuchungspersonen angeben müssen, wie gut diese ihrem momentanen Empfinden entsprechen. Als Beispiel sei hier der Mehrdimensionale Befindlichkeitsfragebogen von STEYER et al. (1994) genannt, der 32 unterschiedliche Adjektive enthält. Basieren die Fragebögen auf globalen Stimmungsmodellen, soll durch eine Skalenbildung der einzelnen Items das Befinden auf globalen Dimensionen (z.B. „Valenz“, „Aktivierung“ etc.) abgebildet werden. Wird von spezifischen Stimmungsmodellen ausgegangen, steht stärker das Erleben einzelner Emotionen bzw. spezifischer Stimmungen im Fokus. Eine Mischform stellt das *Berliner-Alltagssprachliche Stimmungsinventar* (BASTI) (SCHIMMACK, 1997) dar, da hier sowohl globale als auch spezifische Stimmungen erfasst bzw. analysiert werden sollen.

Nachfolgend werden grundlegende Annahmen globaler Stimmungsmodelle vorgestellt, da diese in der aktuellen Diskussion intensiver vertreten sind, wobei anzumerken ist, dass theoriekonforme empirische Befunde sowohl für globale als auch für spezifische Stimmungsmodelle vorliegen (vgl. SCHIMMACK, 1999).

### 2.6.2.2 Globale Stimmungsmodelle

Wie alle mehrdimensionalen Ansätze beinhalten globale Stimmungsmodelle die Annahme, dass emotionales Erleben auf einer Dimension nicht abzubilden ist. Wie viele Dimensionen für eine umfassende Beschreibung des emotionalen Erlebens erforderlich sind, ist nach wie vor nicht befriedigend geklärt (BECKER, P, 2001; HINZ, HESSEL & BRÄHLER, 2002; TRIEMER

---

<sup>35</sup> Nach PEKRUN (2000, S. 337) können folgende Emotionen als konsensfähig angesehen werden: Freude, Furcht/Angst, Ärger/Wut, Traurigkeit, Ekel, eventuell auch noch Scham, Stolz, Überraschung und Interesse.

& RAU, 2001). Auch wenn zumeist von zwei oder drei Dimensionen ausgegangen wird, existieren auch Fragebögen, die mehr als drei Dimensionen erfassen (HÖRHOLD & KLAPP, 1993; JANKE & DEBUS, 1975). Da diese jedoch relativ selten Verwendung finden, wird auf eine Erörterung verzichtet.

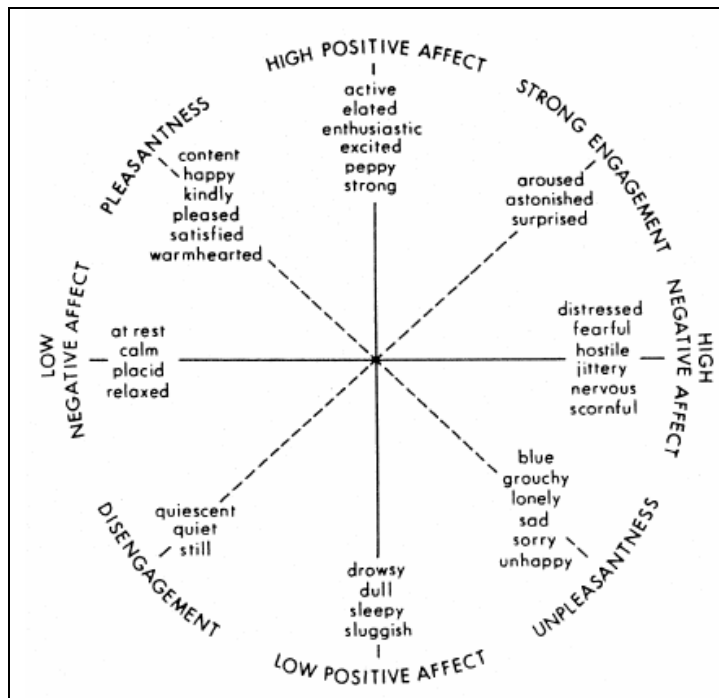
Zwei Dimensionen können als relativ unbestritten gelten (s. ULICH, D. & MAYRING, 1992, S. 60). Einerseits die „Valenz-Dimension“ (auch „Lust-Unlust-Dimension“, „hedonic tone“ oder „affektiver Ton“ genannt), die der Dimension entspricht, die bei Ein-Item-Methoden berücksichtigt wird (s. Punkt 2.6.1). Andererseits die „Aktiviertheits-Dimension“ mit den Polen „nervös“ vs. „entspannt“ oder auch „Erregung“ vs. „Ruhe“. Uneinigkeit herrscht hingegen darüber, ob und wenn ja welche weitere Dimension berücksichtigt werden soll. So sind „Gereiztheit“ (BECKER, P, 1988), „soziale Distanz“ (MARX, 1997), „Dominanz“ (MEHRABIAN & RUSSELL, 1974) aber auch „Wachheit“ (STEYER, SCHWENKMEZGER, NOTZ & EID, 1997) im Gespräch. An allen dreidimensionalen Modellen wird zum Teil erhebliche Kritik geübt (SCHMIDT-ATZERT, 1996), zudem konnten zweidimensionale Modelle besser repliziert werden (KROHNE, EGLOFF, KOHLMANN & TAUSCH, 1996). Zu beachten ist, dass in der Vergangenheit fast alle mehrdimensionalen Ansätze von der Bipolarität der Dimensionen ausgegangen sind. Diese Annahme wird seit ca. zehn Jahren jedoch wieder zunehmend kritisch diskutiert (s. CACIOPPO & BERNTSON, 1994).

### 2.6.2.3 Circumplex-Modell und positive vs. negative Aktivierung

Ein viel diskutiertes Modell war lange Zeit das zweidimensionale Circumplex-Modell von RUSSELL (1980). Dieses umfasst die Valenz-Dimension (mit „Evaluation“ bezeichnet) sowie die Aktiviertheits-Dimension. Bei diesem Modell werden unterschiedliche bipolare affektive Zustände der Valenz- und Aktivierungsdimension in einem so genannten Circumplex-Modell angeordnet, so dass sich unterschiedliche Kombinationen ergeben, die wiederum unterschiedliche emotionale Zustände kennzeichnen. So wäre z.B. die Kombination „gutes Befinden“ (Valenz-Dimension) und „hohe Aktivierung“ ein Zustand von begeisterter Freude und Euphorie, die Kombination „gutes Befinden“ und „niedrige Aktivierung“ aber ein Zustand völliger Entspannung, verbunden mit innerer Ruhe und Ausgeglichenheit. Ärger und Zorn würde sich durch „schlechtes Befinden“ und „hohe Aktivierung“ kennzeichnen lassen, Langeweile und Deprimiertheit hingegen durch „schlechtes Befinden“ und „niedrige Aktivierung“. Die von Russel (ebd.) postulierte Struktur konnte, wenn auch nicht immer bis ins Detail, in verschiedenen Studien repliziert werden (vgl. ABELE-BREHM & BREHM, 1986).

Von WATSON und TELLEGEN (1985) wurde ein weiteres zweidimensionales Stimmungsmodell vorgelegt, von dem die Autoren selbst sagen, dass es dieselben Dimensionen wie das Circumplex-Modell von RUSSELL (1980) enthält. Allerdings seien die Dimensionen im Koordinatenkreuz des Modells um 45 Grad rotiert. WATSON und TELLEGEN (ebd.) nennen ihre

Dimensionen *Positiver Affekt* und *Negativer Affekt*.<sup>36</sup> In Abbildung 1 wird das Circumplex-Modell in der Variante von WATSON und TELLEGEN (ebd.) graphisch dargestellt.



**Abbildung 1:** Circumplex-Modell nach WATSON & TELLEGEN (1985)

Die Ähnlichkeit des Circumplex-Modells von WATSON und TELLEGEN (1985) zu dem Modell von RUSSEL (1980) wird durch die Erläuterung der Dimensionen von KROHNE et al. (1996) deutlich, die sich auf das letztgenannte Modell bezieht:

„Positiver Affekt (PA) kann dabei als Ausmaß beschrieben werden, in dem eine Person enthusiastisch, aktiv und aufmerksam ist. Hoher PA ist mithin durch Energie, Konzentration und freudiges Engagement gekennzeichnet, niedriger PA durch Lethargie und Traurigkeit. Demgegenüber reflektiert Negativer Affekt (NA) das Ausmaß negativen Angespanntseins. Hoher NA ist ein Gefühlszustand, der sich durch Gereiztheit, Nervosität oder Angst beschreiben lässt, während niedriger NA Ruhe und Ausgeglichenheit beinhaltet.“ (S. 3)

Die Items<sup>37</sup> für PA sind: angeregt, begeistert, freudig erregt, aktiv, interessiert, stark, aufmerksam, entschlossen, wach, stolz.

Die Items für NA sind: ängstlich, verärgert, durcheinander, gereizt, nervös, erschrocken, feindselig, bekümmert, beschämt, schuldig.

<sup>36</sup> Auch wenn die Doppeldeutigkeit vieler englischer Adjektive bei der direkten Übersetzung (KROHNE et al., 1996) nur bedingt berücksichtigt wurde, findet die deutsche Übersetzung des PANAS-Fragebogens (Positive Affect Negative Affect Scale) zunehmend Verwendung im deutschen Sprachraum (TRIEMER & RAU, 2001).

<sup>37</sup> Für alle Items wird ein fünfstufiges Antwortformat (von „ganz wenig oder gar nicht“ bis „äußerst“) verwendet.

Die Begriffe „Positiver Affekt“ und „Negativer Affekt“ wurden teilweise mit der Lust-Unlust-Dimension verwechselt (SCHIMMACK, 1999, S. 93). Dies ist jedoch eine fatale Fehlinterpretation: „Unwohlsein“ bzw. „schlechtes Befinden“ bedeutet etwas anderes als NA (niedriger NA bedeutet z.B. Ruhe und Ausgeglichenheit), „Wohlsein“ bzw. „gutes Befinden“ ebenfalls etwas anderes als PA (niedriger PA bedeutet z.B. Traurigkeit). Um diese Verwechslung zu vermeiden, wurden verschiedene andere Formulierungen verwendet, z.B. „positive Spannung“ vs. „negative Lösung“ (für PA) und „negative Spannung“ vs. „positive Lösung“ (für NA) (ABELE-BREHM & BREHM, 1986), „activated pleasant affect“ vs. „unactivated unpleasant affect“ (für PA) und „activated unpleasant affect“ vs. „unactivated pleasant affect“ (für NA) (LARSEN & DIENER, 1992) sowie „pleasant activation“ vs. „unpleasant deactivation“ (für PA) und „unpleasant activation“ vs. „pleasant deactivation“ (für NA) (FELDMANN BARRETT & RUSSELL, 1998). Auch von den ursprünglichen Autoren wurde das Problem erkannt, so dass die Skalen von ihnen in „Positive Aktivierung“ und „Negative Aktivierung“ benannt wurden (TELLEGEN, WATSON & CLARK, 1999).

Auch wenn der PANAS-Fragebogen ein anerkanntes Forschungsinstrument ist, kann auch an diesem Kritik geübt werden. So kann kritisiert werden, dass nur jeweils ein Pol für NA und PA abgefragt wird. Es kann zumindest in Frage gestellt werden, ob das Fehlen bzw. eine geringe Ausprägung eines Pols gleichgesetzt werden kann mit einer hohen Ausprägung des entgegengesetzten Pols und vice versa. Die Problematik kann wie folgt verdeutlicht werden: Ein niedriger PA steht für Lethargie und Traurigkeit. Die Ausprägung von PA wird jedoch nicht direkt durch entsprechende Adjektive erfasst (wie z.B. „traurig“), sondern durch das Fehlen bzw. durch geringe Ausprägungen für Adjektive wie aktiv, angeregt, interessiert etc. Von Vertretern mehrdimensionaler Modelle wird weiterhin zumeist das Fehlen einer dritten Dimension beanstandet (vgl. SCHIMMACK & DIENER, 1997; STEYER et al., 1997). Von anderen Autoren (vgl. SCHMIDT-ATZERT, 1996) wird hingegen angemerkt, dass es bisher ungeklärt sei, ob emotionales Befinden überhaupt durch mehr als eine Dimension abzubilden sei (s. Punkt 2.6.1).

### **2.6.3 Methodische Probleme**

Insgesamt weisen alle bisher zur Verfügung stehenden Instrumente und Methoden sowohl Vorteile als auch Nachteile auf. Alle Instrumente, die mit vorgegebenen Begriffen arbeiten, setzen voraus, dass alle Individuen ihr emotionales Erleben durch dieselben Begriffe beschreiben können bzw. dasselbe emotionale Erlebensrepertoire aufweisen; eventuell existente interindividuelle Unterschiede werden nicht berücksichtigt. Allerdings zeigen faktorenanalytische Auswertungen unterschiedlicher Studien, dass die Vielzahl der Begriffe, die in der deutschen Sprache für die Beschreibung des emotionalen Erlebens zur Verfügung stehen (s. Punkt 2.6), stets zu bestimmten Klassen bzw. Faktoren zusammengefasst werden können. Eine stärkere Berücksichtigung ungebundener Antwortformate, wie sie eine Zeitlang für die Emotionsforschung empfohlen wurde (WALLBOTT & SCHERER, 1985), scheint daher nicht erforderlich.

Bei gebundenen Antwortformaten stellt sich die Frage, wie differenziert Individuen ihr emotionales Befinden valide beschreiben können bzw. wie differenziert emotionales Erleben überhaupt ist. So zeigte sich in einer Studie von SCHMIDT-ATZERT und HÜPPE (1996), dass eine 10-stufige Intensitätsskala bei einer Ein-Item-Frage bereits eine Überforderung der Befragten darstellt, sechs Stufen (0-5) aber gut akzeptiert werden. Wird ein angemessenes Antwortformat gewählt, bleibt immer noch die Frage offen, ob Individuen ihr Befinden tatsächlich in z.B. 21 *unterschiedliche* Komponenten (wie beim PANAS) „aufteilen“ können. Es sollte zumindest in Erwägung gezogen werden, dass bei detaillierten Abfragen auch Selbstaufmerksamkeitseffekte auftreten können, und es daher hinterfragt werden sollte, ob so erfasstes emotionales Erleben identisch mit dem tatsächlichen emotionalen Erleben von Individuen in realen Situationen ist (s. hierzu Punkt 2.7.2).

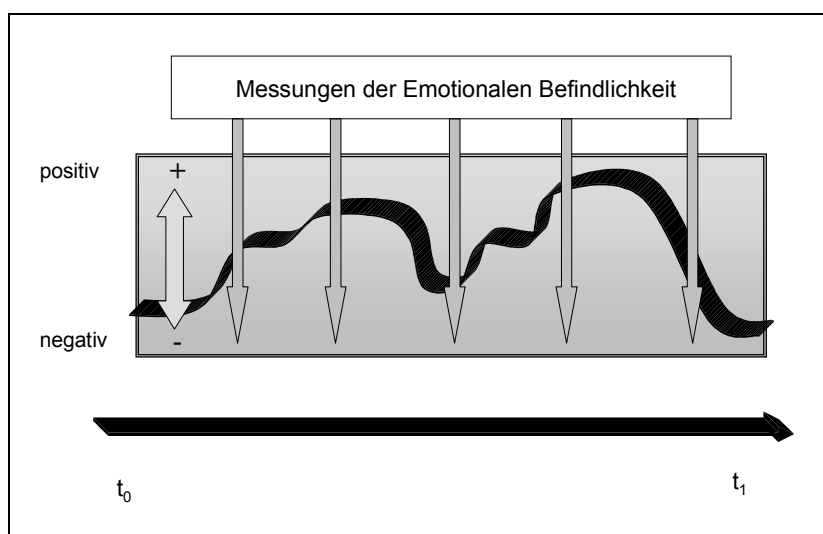
An dieser Stelle wird darauf hingewiesen, dass ein Gütenachweis bei allen Verfahren zur Erfassung der emotionalen Befindlichkeit problematisch ist. Die oft für eine Prüfung der internen Konsistenz verwendete Retest-Methode kann als nicht sinnvoll erachtet werden. Ergebnisse aus Testwiederholungen können nur dann als Beleg für die Zuverlässigkeit angesehen werden, wenn zwei identischen Situationen hergestellt werden können. Es kann jedoch nicht sichergestellt werden, dass Individuen in zwei Untersuchungssituationen tatsächlich ein identisches emotionales Befinden aufweisen bzw. dieses hervorgerufen werden kann (s. Punkt 2.7.3). SCHMIDT-ATZERT und HÜPPE (1996) schlagen daher vor, die Korrelation mit einem konstruktnahen anderen Test zur Schätzung der Reliabilität heranzuziehen. Dies setzt jedoch voraus, dass ähnlich aufgebaute Instrumente existieren und deren Reliabilität ausreichend belegt ist. Für einen Validitätsnachweis durch Korrelationen mit Ergebnissen, die durch andere Instrumente erhoben wurden, besteht folgende Problematik. Da emotionales Erleben stets subjektiv und schnell veränderbar ist, müsste das emotionale Erleben einer Person zeitgleich durch zwei unterschiedliche Instrumente bzw. Items über die Zeit hinweg erhoben werden, um die so gewonnenen Zeitreihen zur emotionalen Befindlichkeit sinnvoll korrelieren zu können. Durch die erforderliche enge Taktung der Erhebungszeitpunkte (s. Punkt 2.8) würde die Wahrscheinlichkeit von Selbstaufmerksamkeitseffekten steigen, welches sich negativ auf die Validität auswirken könnte. Für eine ausführlichere Erörterung der Reliabilität und Validität von Instrumenten zur Erfassung der emotionalen Befindlichkeit wird auf SCHUMACHER (2002) und DEBUS (2000) verwiesen.

## **2.7 Kritische Diskussion bisheriger Forschungspraxis**

Im Rahmen dieser Arbeit kann keine detaillierte Erörterung der bisherigen Forschung zu emotionalen Prozessen erfolgen. Erforderlich ist es jedoch, grundlegende Kritikpunkte an der bisherigen Forschungspraxis aufzuzeigen. Zu beachten ist, dass auch bei den nachfolgenden Ausführungen auf die subjektive Erlebenskomponente der emotionalen Prozesse fokussiert wird. Um die geläufigen Termini einzuhalten, wird nachfolgend teilweise von Stimmung und Emotionen gesprochen, wobei im engeren Sinn jeweils nur die subjektive Erlebenskomponente dieser emotionalen Prozesse gemeint ist.

### 2.7.1 Vernachlässigung des Prozesscharakters emotionalen Erlebens

Emotionen sind „...nicht als singuläres Erlebnis, sondern als ein einem ständigen Wandel unterworfenen Prozeß aufzufassen. Der zu einem gegebenen Zeitpunkt auftretende Emotionszustand wird nicht nur von den gerade vorliegenden Ergebnissen der Informationsverarbeitung beeinflusst, sondern auch von dem zuvor angeregten Emotionszustand“ (KUHL, 1983a, S. 21). Dieser Prozesscharakter gilt auch für Stimmungen bzw. die emotionale Befindlichkeit. Viele Methoden zur Erforschung von emotionalen Prozessen berücksichtigen diesen Prozesscharakter nicht oder nur unzureichend; oftmals wird von einer konstanten Existenz der zu untersuchenden Emotionen oder Stimmungen während der gesamten Studie ausgegangen (GERRARDS-HESSE et al., 1994; KNAPP, A., 1986; RHEINBERG, 1999). Dies spiegelt sich darin wider, dass Angaben zum emotionalen Erleben zumeist nur zu Beginn und am Ende einer Untersuchung erhoben werden. Diese Vorgehensweise ist insbesondere dann unangemessen, wenn Aussagen über Zusammenhänge zwischen emotionaler Befindlichkeit und anderen Variablen getroffen werden sollen. Wird dieser fluktuierende Charakter emotionaler Zustandsveränderungen in Studien nicht berücksichtigt, kann dies die Validität der Ergebnisse negativ beeinträchtigen. SCHUMACHER (2002) verdeutlicht die Problematik durch die folgende Abbildung.



**Abbildung 2:** Erfassung der intraindividuellen Veränderungen der emotionalen Befindlichkeit nach SCHUMACHER (2002, S. 167)

Abbildung 2 kann wie folgt erläutert werden: Eine fiktive Untersuchungsperson wurde zu Beginn ( $t_0$ ) und am Ende ( $t_1$ ) einer Diskussionsrunde zu ihrer emotionalen Befindlichkeit befragt, wobei die Angaben für diese beiden Erhebungszeitpunkte eher geringe Unterschiede aufweisen. Stünden nur die Daten dieser beiden Erhebungszeitpunkte zur Verfügung, so wäre kaum eine Veränderung der emotionalen Befindlichkeit während der Diskussionsrunde nachweisbar. Dies könnte als Hinweis darauf interpretiert werden, dass die zwischen den beiden Erhebungszeitpunkten stattgefundenene Diskussion das emotionale Befinden der Person nicht beeinflusst hat. Tatsächlich sind jedoch – wie Abbildung 2 zeigt – während der gesamten Diskussion größere Schwankungen der emotionalen Befindlichkeit aufgetreten. Diese größe-

ren Schwankungen der emotionalen Befindlichkeit könnten im Zusammenhang mit anderen Prozessvariablen (Interaktionen) stehen. Durch dieses Beispiel wird deutlich, dass eine möglichst kontinuierliche Erfassung des emotionalen Erlebens in engen Zeitabständen erforderlich ist, wenn die Wechselwirkung von Prozessvariablen untersucht werden soll. Allerdings besteht die Problematik, dass eine zeitlich zu dichte Erhebung die Handlungs- und Erlebensprozesse der Untersuchungspersonen empfindlich stören bzw. beeinflussen würde. Daher ist es erforderlich, für die zeitliche Taktung der Erhebungen einen Kompromiss zwischen möglichst enger Taktung und einer möglichst geringen Störung der Handlungsabläufe zu wählen (s. Punkt 2.8). Bei der Auswertung ist zu beachten, dass die emotionale Befindlichkeit der Untersuchungspersonen vermutlich weit mehr Veränderungen aufweist, als durch punktuelle Messungen festgestellt werden kann.

### 2.7.2 Experimentelle Laborstudien

Im Rahmen der psychologischen Grundlagenforschung wird oftmals ein experimentelles Kontrollgruppendesign als einzig „wahres“ Design angesehen. Der Vorteil solcher Studiendesigns liegt darin, dass einflussnehmende Fremdvariablen berücksichtigt bzw. ausgeschlossen werden können und so die experimentelle Validität nicht gefährdet wird. Somit wird es als möglich angesehen, beobachtete Effekte bei der abhängigen Variable eindeutig auf die unabhängige Variable zurückzuführen. Auch bei der Erforschung emotionaler Prozesse wird oftmals ein experimentelles Kontrollgruppendesign gewählt, wobei streng genommen von einem Kontrastgruppendesign gesprochen werden müsste: Die Gruppe, die kein Treatment erhält, kann im eigentlichen Sinn nicht als Kontrollgruppe bezeichnet werden, da eine absolute Kontrolle der Variablen „Stimmung“ bzw. „Emotion“ oder „emotionale Befindlichkeit“ kaum zu erreichen ist. In einem solchen Fall wäre von einer „Kontrastgruppe“ zu sprechen. Da diese Unterscheidung jedoch zumeist nicht vorgenommen wird, wird nachfolgend ebenfalls auf diese Differenzierung verzichtet und von Kontrollgruppen gesprochen. Eine wesentliche Problematik von Kontrollgruppendesigns bei Studien zu emotionalen Prozessen besteht darin, dass sich zumeist die Kontrollgruppe, die sich in einem neutralen emotionalen Zustand befinden soll, tatsächlich selten in einem solchen neutralen emotionalen Zustand befindet (OTTO, 2000). Wird berücksichtigt, dass emotionale Befindlichkeit permanent als atmosphärischer Hintergrund existiert (s. Punkt 2.4), ist diese Kritik nahe liegend.

Weiterhin kann generelle Kritik an experimentellen Studien geübt werden. Besonders von Vertretern der qualitativen Sozialforschung wird kritisiert, dass diese typischen Untersuchungssituationen restriktiv seien und sich Individuen in realen Situationen anders verhalten würden (s. MAYRING, 1993). Somit würden durch Studien, die den Vorteil experimenteller Kontrollierbarkeit bieten, keine Erkenntnisse über das Verhalten in *realen* Situationen<sup>38</sup> gewonnen werden, so dass diese Ergebnisse kaum Handlungsrelevanz für reale Situationen be-

---

<sup>38</sup> Reales Verhalten bzw. reale Situationen werden im Sinne von „real-world“-Verhalten bzw. „real-world“-Situationen verwendet und sind als Antonym für künstliche Situationen bzw. Verhalten (z.B. in Laborstudien) zu interpretieren.



säßen. Auf eine ausführliche Darstellung der verschiedenen Forschungsansätze und der damit verbundenen jeweiligen Vor- und Nachteile muss im Rahmen dieser Arbeit verzichtet werden. Hierzu sowie zur Kritik und Anwendbarkeit von Kontrollgruppendesigns wird auf OVERTVEIT (2002) verwiesen. Nachfolgend wird nur ein Aspekt hervorgehoben, der verdeutlicht, warum insbesondere bei der Erforschung von emotionalen Prozessen die Durchführung experimenteller Studien kritisch zu hinterfragen ist.

Emotionales Erleben kann nur dann generiert werden, wenn das Individuum die Situation bzw. den Reiz als *bedeutsam* einschätzt (zusammenfassend s. Punkt 2.4.3). Gemäß den vorangegangenen Ausführungen müsste das Individuum den Reiz dahingehend als relevant bewerten, dass er einer Befriedigung individueller Motive entgegensteht, dieses aktualisiert oder zur Befriedigung individueller Motive beitragen kann. Ob in Laborsituationen, die zumeist wenig mit dem realen Leben des Individuums zu tun haben, Reize präsentiert werden können, die von Individuum als relevant für die Befriedigung bzw. Nicht-Befriedigung individueller Motive interpretiert werden, sollte zumindest kritisch geprüft werden (s. auch Punkt 2.7.3). Innerhalb der Stimmungs- und Emotionsforschung (vgl. BÄNNINGER-HUBER & VON SALISCH, 1994) wird zunehmend explizit die Forderung erhoben, emotionale Prozesse in ihrem *realen* sozialen Kontext zu untersuchen. So trifft SCHALLBERGER (1999) die Aussage, dass das „...affektive Befinden im Alltag nur dort untersucht werden [kann], wo es tatsächlich stattfindet, das heisst im Alltag selber“ (S. 7). Angemerkt sei, dass im Forschungsbereich „Wohlbe-finden“ seit je her überwiegend reale Situationen analysiert werden (vgl. ABELE & BECKER, 1991; KAHNEMANN et al., 1999); von Emotionsforschern wurden Feldstudien bisher kaum durchgeführt.

Sollen Emotionen bzw. ausschließlich das Erleben von Emotionen in Feldstudien untersucht werden, besteht folgende Problematik: Erwachsene erleben im Durchschnitt nur 19 Emotionen pro Tag, mit zunehmendem Alter lässt sowohl die Anzahl als auch die Intensität der erlebten Emotionen nach (HOLODYSKI, 1997). Je nach Theorie werden bis zu 10 unterschiedliche Basisemotionen postuliert, so dass theoretisch mit dem zweimaligen Erleben jeder Basisemotion pro Tag zu rechnen wäre. Dies gilt jedoch nur, wenn für alle Basisemotionen die gleiche Auftretenswahrscheinlichkeit besteht. Hiervon kann jedoch nicht ausgegangen werden. Bestimmte Emotionen wie z.B. „Schuld“, „Scham“ und „Trauer“ werden vermutlich deutlich unterrepräsentiert sein. In einigen Studien wird daher versucht, dieser Problematik durch Langzeitstudien in Form von Tagebuchaufzeichnungen zu begegnen (BOLGER, DAVIS & RAFAELI, 2003; EGLOFF, TAUSCH, KOHLMANN & KROHE, 1995; PERREZ, 1994). Bei diesen sollen die Probanden zumeist ihre tatsächlich im realen Leben erlebten Emotionen während eines bestimmten Zeitraums in einem standardisierten Fragebogen vermerken. Der Nachteil dieser Feldstudien besteht unter anderem darin, dass ein extrem langer Erhebungszeitraum erforderlich ist, um eine angemessene Anzahl von Emotionen erfassen zu können.

### 2.7.3 Induktionsmethoden

Emotionales Erleben wird oftmals in Studien untersucht, für die ein experimentelles Kontrollgruppen- bzw. Kontrastgruppendesign (s. Punkt 2.7.2) verwendet wird (SCHIMMACK, 1999). Ein solches Design setzt voraus, dass Emotion, Stimmung oder die emotionale Befindlichkeit experimentell hergestellt bzw. variiert werden kann. Insbesondere die experimentelle Generierung von Emotionen ist sehr problematisch. Können relativ problemlos Bedingungen geschaffen werden, die positives emotionales Erleben auslösen könnten (z.B. Freude oder Überraschung durch Geldgeschenke), können aus ethischen Gründen kaum Bedingungen geschaffen werden, die „negative“ Emotionen (z.B. Angst) bzw. stark negatives Befinden generieren könnten. Dies kann anhand einer Studie zur Angstforschung (s. ULICH, D. & MAYRING, 1992, S. 58) verdeutlicht werden. Versuchspersonen, die sich für physiologische Messungen „verkabelt“ im Labor befanden, wurden kleine Elektroschocks verabreicht. Während die Probanden weiterhin Elektroschocks erhielten, wurden elektrische Kurzschlüsse mit fliegenden Funken simuliert, die den Versuchleiter (angeblich) in Aufregung versetzten, wobei dieser den Defekt der Anlage beklagte. Vermutlich haben die Untersuchungspersonen tatsächlich Angst erlebt, die Induktion der Emotion „Angst“ wird erfolgreich gewesen sein. Eine Studie mit vergleichbarer Induktionsmethode würde heute (vermutlich) von keinem Ethikrat genehmigt werden. Eine geplante künstliche Generierung eines deutlich abgeschwächten negativen Erlebens wird hingegen weit weniger ethische Bedenken hervorrufen. Dies könnte mit einer Ursache dafür sein, dass in experimentellen Studien zumeist weniger intensives emotionales Erleben untersucht wird, welches bei der Verwendung der geläufigen Termini mit „Stimmung“ gleichzusetzen ist.

Auch wenn eine Meta-Analyse von GERRADS-HESSE et al. (1994) zeigt, dass durch die unterschiedlichen Induktionsmethoden (s. Punkt 2.3.3) eine positive bzw. negative Stimmung hervorgerufen werden kann, bestehen doch erhebliche Kritikpunkte. HAMM und VAITL (1993) konstatieren, dass die Validität fast aller Stimulationsmethoden nicht nachgewiesen werden konnte. Von anderen Autoren (vgl. WESTERMANN, SPIES, STAHL & HESSE, 1996) wird eingeräumt, dass die Effektivität der Verfahren zum großen Teil auf Aufforderungseffekten basieren könnte. WESTERMANN et al. (ebd.) kommen in einer weiteren Meta-Analyse<sup>39</sup> zum Ergebnis, dass die Effekte der Induktion wesentlich höher ausfallen, wenn die Probanden *explizit* dazu aufgefordert wurden, sich in einen *bestimmten* Stimmungszustand zu versetzen. Die Meta-Analyse von WESTERMANN et al. (ebd.) zeigt weiterhin folgende Ergebnisse. Unabhängig von der Induktionsmethode lassen sich negative Stimmungen eher bzw. besser induzieren als positive Stimmungen, wobei die Vorgabe eines Films oder einer Geschichte sowohl für positive als auch negative Stimmungen als effektivste Induktionsmethode angesehen werden kann. Allerdings ist zu berücksichtigen, dass die induzierte Stimmung – unabhängig von der Methode – maximal 20 Minuten anhält (s. ABELE, 1990; MECKLENBRÄUKER & HAGER, 1986). Hieraus resultiert, dass die Untersuchung entweder innerhalb dieses kurzen Zeitraums abgeschlossen sein muss oder eine wiederholte Induktion erforderlich ist. Eine erneute Induk-

---

<sup>39</sup> In diese Metaanalysen wurden 250 Befunde einbezogen, in denen insgesamt elf unterschiedliche Stimmungsinduktionsmethoden eingesetzt wurden.

tion erfordert eine Unterbrechung der Studie, da alle Induktionsmethoden zeitintensiv sind. Dies wiederum bedeutet, dass die Realitätsferne der Untersuchungssituation erhöht wird, so dass die unter Punkt 2.7.2 angebrachte Kritik als besonders relevant zu erachten ist. Weiterhin ist zu berücksichtigen, dass die Induktion nicht bei allen Probanden die gewünschte Wirkung hat. Je nach Methode kann teilweise mehr als die Hälfte der Versuchspersonen durch die Induktion *nicht* in die gewünschte Stimmung versetzt werden (vgl. MECKLENBRÄUKER & HAGER, 1986). Es kann jedoch davon ausgegangen werden, dass die Personen, bei denen eine Induktion der gewünschten Stimmung nicht gelingt, in realen Situationen diese Stimmungen sehr wohl erleben. Somit stellt sich die Frage, warum es bei diesen Personen nicht gelungen ist, die Stimmung experimentell zu generieren. Eine mögliche Ursache hierfür könnte sein, dass die zur Induktion verwendeten Reize von ihnen als nicht relevant für die Erreichung bzw. Nicht-Erreichung einer Befriedigung ihrer Motive angesehen wurden (s. Punkt 2.7.2); emotionales Erleben wird jedoch nur generiert werden, wenn die Individuen die Reize als subjektiv bedeutsam im Hinblick auf deren Befriedigungspotential für ihre Motive bewerten.

Abschließend wird auf die Problematik hingewiesen, dass in fast allen Studien, in denen Stimmungen induziert wurden, deren Intensität nicht ausreichend berücksichtigt wird (vgl. OTTO, 2000): Oftmals werden die Probanden nur in „positiv gestimmte“ bzw. „negativ gestimmte“ oder „neutral gestimmte“ Gruppen eingeteilt und entsprechende Gruppenvergleiche durchgeführt. Sollen Zusammenhänge zwischen emotionalen Prozessen und anderen Prozessvariablen untersucht werden, ist zu berücksichtigen, dass diese je nach Intensität der erlebten Stimmung im unterschiedlichen Ausmaß kognitive Prozesse und das Verhalten beeinflussen. So ist beispielsweise emotionales Erleben in seiner intensivsten Form (Emotion) handlungsunterbrechend, auf abgeschwächtes emotionales Erleben (Stimmung) trifft dies jedoch nicht zu (s. Punkt 2.1). So wird sich beispielsweise eine Person, welche die Emotion „Angst“ erlebt, anders verhalten, als eine Person, die in einer ängstlichen Stimmung ist. Zu beachten ist, dass interindividuelle Unterschiede existieren, da emotionales Erleben neben einer aktuellen (Zustands- bzw. state-) Komponente auch eine dispositionelle Neigungs- oder Bereitschaftskomponente (trait) enthält. Die trait-Komponente, als emotionale Reaktionsbereitschaft, ist dabei als Neigung zu verstehen, auf bestimmte Situationen mit spezifischen emotionalen Zuständen (Stimmungen oder Emotionen) oder bestimmten Bereitschaften zu diesen Zuständen zu reagieren. Für eine weitere Diskussion der state-trait-Problematik emotionaler Prozesse wird auf PLUTCHIK & CONTE (1997) sowie KROHNE & KOHLMANN (1990), PEKRUN (2000) und BUSE & PAWLIK (1991) verwiesen

Es kann begründet vermutet werden, dass auch emotionales Erleben geringerer Intensität Einfluss auf kognitive und behaviorale Prozesse nimmt. Die Intensität des emotionalen Erlebens sollte daher in entsprechenden Untersuchungen berücksichtigt werden.

## 2.8 Fazit und Schlussfolgerungen für die vorliegende Studie

Nachfolgend wird dargelegt, welche Folgerungen für Studien zu emotionalen Prozessen aus den bisherigen Befunden und theoretischen Annahmen gezogen werden können. Hierzu werden die zuvor dargestellten Ausführungen zusammengefasst und ggf. durch zusätzliche Aspekte ergänzt.

In allen Studien zu emotionalen Prozessen sollte eine exakte Definition der verwendeten Begriffe zur Beschreibung dieser Prozesse vorgenommen werden. Dies ist von besonderer Relevanz, da in der Fachliteratur eine Vielzahl von Begriffen verwendet wird, die Begriffe teilweise aber sehr unterschiedlich definiert werden (s. Punkt 2.1). Welche Folgen es haben kann, wenn auf die Definition der untersuchten Konstrukte gänzlich verzichtet wird, kann durch den Disput im Rahmen der „Emotions-Kognitions-Debatte“ zwischen LAZARUS (1984) und ZAJONC (1980) (s. Punkt 2.2.1.1.3) verdeutlicht werden. Eine nachträgliche Definition der Konstrukte führte zu einer deutlichen Annäherung beider Ansätze bzw. zu einer deutlichen Reduktion der widersprüchlichen Annahmen. Eine besondere Herausforderung bei der Definition der Begriffe scheint auf den ersten Blick darin zu bestehen, diese eindeutig voneinander zu differenzieren. Zur berücksichtigen ist jedoch, dass in Frage gestellt werden kann, ob eine *exakte* Trennung der Begriffe überhaupt möglich ist (s. Punkt 2.1). So kann an allen bisherigen geläufigen Differenzierungskriterien erhebliche Kritik geübt werden (s. Punkt 2.1.1). Bei einer genaueren Betrachtung ist festzustellen, dass zumeist nicht Emotionen oder Stimmungen, sondern ausschließlich die *subjektive Erlebenskomponente* emotionaler Prozesse untersucht wird. Somit ist eine Differenzierung zwischen Emotionen und Stimmungen nicht immer erforderlich (s. Punkt 2.3.2); eine exakte Bezeichnung der thematisierten emotionalen Prozesse bzw. Komponenten wäre in diesen Fällen ausreichend.

Im Rahmen dieser Studie wird ausschließlich das subjektive emotionale Erleben berücksichtigt. Ausschlaggebend hierfür sind das Forschungsinteresse und die Forschungsfragen dieser Arbeit. Zu beachten ist, dass das subjektive Erleben eine besondere Relevanz für die Beschaffenheit und Richtung des gesamten Emotionsprozesses besitzt und als Ausgangspunkt reflektierter Handlungsplanungen anzusehen ist (SCHERER, 1996, S. 325). Eine Fokussierung auf das subjektive Erleben scheint somit angebracht, wenn Zusammenhänge zwischen emotionalen Prozessen und Verhalten bzw. kognitiven Prozessen (z.B. Wahrnehmung, Erinnern, Problemlösen) untersucht werden sollen.

Es wird davon ausgegangen, dass emotionales Erleben, Motivation und Kognitionen sich wechselseitig beeinflussen und alle genannten Faktoren im Prozess der Auseinandersetzung mit der sozialen und physikalischen Umwelt einer ständigen Veränderung unterliegen. Zu beachten ist, dass der momentane emotionale Zustand auch von dem zuvor erlebten emotionalen Zustand beeinflusst wird (BRANDSTÄTTER, 1991). Die emotionale Befindlichkeit ist somit nur als Prozess zu verstehen. Auch wenn noch keine allgemeingültige Theorie zur Generierung emotionaler Prozesse vorliegt (s. Punkt 2.4.3), kann davon ausgegangen werden, dass kognitive Bewertungsprozesse wesentlich an der Generierung der emotionalen Befindlichkeit beteiligt sind. Diese Bewertungsprozesse beinhalten, dass alle Reize der sozialen und physi-

kalischen Umwelt dahingehend bewertet werden, ob sie zur Befriedigung individueller Motive beitragen oder dieser entgegenstehen (s. Punkt 2.4.3). Reize, die als motivbefriedigend bewertet werden, gehen mit einem Anstieg der emotionalen Befindlichkeit einher, ein Absinken der emotionalen Befindlichkeit wird durch Reize, die als nicht-motivbefriedigend bewertet werden, generiert.

Um den Prozesscharakter emotionaler Befindlichkeit angemessen berücksichtigen zu können, ist eine kontinuierliche Erhebung erforderlich. Dies gilt insbesondere für Studien, in denen Zusammenhänge zwischen Interaktionen und emotionalem Erleben analysiert werden sollen. Da in der vorliegenden Studie untersucht werden soll, ob bzw. wie sich Interaktionen auf die emotionale Befindlichkeit auswirken, muss die aktuelle emotionale Befindlichkeit im Interaktionsprozess selbst erhoben werden. Weiterhin sollte das dynamische Zusammenspiel von emotionalem Erleben und Verhalten in realen Situationen untersucht werden (s. Punkt 2.7.2). Nachfolgend wird diskutiert, welche Aspekte bei der Erfassung der aktuellen emotionalen Befindlichkeit in realen Situationen zu berücksichtigen sind.

Zur Erfassung der aktuellen emotionalen Befindlichkeit und seinen Bedingungen können so genannte Zeitstichprobenverfahren als adäquate Möglichkeit angesehen werden. Zu diesen Verfahren zählen die Life-Chart-Methoden (LCM) (s. SCHNEID, 2004) sowie die „Experience-Sampling-Method“ (ESM) (s. SCHALLBERGER, 1997), wobei diese Begriffe mit „Erlebens-Stichproben-Methode“ am besten übersetzt werden können. Bei diesen Methoden werden die Untersuchungspersonen während eines ausgewählten Zeitraums beispielsweise mehrmals täglich durch ein Signal (Piepser, Pager etc.) dazu aufgefordert, das aktuelle emotionale Befinden und die aktuelle Situation zu beschreiben. Generell soll durch diese Verfahren eine adäquate Berücksichtigung der realen Gegebenheiten erzielt werden. Da die Angaben direkt nach dem Signal erfolgen sollen, wird der Einfluss kognitiver Verarbeitungsprozesse im Sinne von Selbstaufmerksamkeitseinflüsse gering gehalten sowie Erinnerungsverzerrungen reduziert (vgl. CSIKSZENTMIHALYI & LARSON, 1987).

Sollen die Untersuchungspersonen Angaben zu ihrer emotionalen Befindlichkeit in einer aktuellen, realen Situation vornehmen, so müssen sie hierzu zumindest kurzfristig ihre aktuelle Tätigkeit unterbrechen. Um Interferenzeffekte, die durch diese Unterbrechungen und einhergehende Selbstaufmerksamkeitseinflüsse entstehen können, möglichst gering zu halten,<sup>40</sup> sollte die Beantwortung der Items möglichst wenig Zeit in Anspruch nehmen (SCHALLBERGER, 1999; SCHMIDT-ATZERT & HÜPPE, 1996). Die Festlegung der Taktung der Erhebungszeitpunkte muss dabei mit Bedacht gewählt werden (vgl. SEIFRIED, 2004a). Die Erhebungen sollten nicht zu häufig erfolgen, damit die Beantwortung von den Untersuchungspersonen nicht als permanente Störung empfunden wird. Bei einer zu seltenen Erfassung besteht die Gefahr, dass relevante Veränderungen nicht ausreichend abgebildet werden können. Eine wesentliche Bedeutung kommen den Spezifika der jeweiligen Studie zu (z.B. Fragestellung, situativer

---

<sup>40</sup> Unbestritten ist, dass solche Effekte auftreten können; jedoch ist nicht nachgewiesen, wie sehr dieser Störeffekt zum Tragen kommt und in welchem Umfang mit einer Methodenvarianz der Selbstberichtstechniken bzgl. dieser Störeffekte zu rechnen ist.

Rahmen, Bereitschaft der Untersuchungspersonen), so dass keine allgemein gültige Aussage hierzu getroffen werden kann.

Wird die emotionale Befindlichkeit mittels ESM bzw. LCM erfasst, bietet der Einsatz kleiner Computer (Handheld PC, Palmtop PC, Pocketcomputer) wesentliche Vorteile gegenüber Pencil-Paper-Verfahren. Da unterschiedliche Begriffe für die kleinen Computer verwendet werden, werden diese nachfolgend mit dem Sammelbegriff „MDE-Geräte“ (*mobile Datenerfassungsgeräte*) bezeichnet. Diese computergestützte Methodik bietet nicht nur beim Einsatz von ESM bzw. LCM, sondern generell für die Erfassung von emotionalen Prozessen in realen Situationen eine Vielzahl von Vorteilen (s. KÄPPLER, BRÜGNER & FAHRENBERG, 2001). Im Rahmen von Feldstudien können die Versuchspersonen beispielsweise an das Ausfüllen zu bestimmten Tages- und/oder Uhrzeiten automatisch durch die Geräte erinnert werden, in dem diese einen Signalton aussenden (*beeper studies*). Weiterhin lassen sich MDE-Geräte aufgrund ihrer geringen Größe wesentlich besser in den sozialen Alltag der Versuchspersonen integrieren als Pencil-Paper-Fragebögen, so dass MDE-Geräte zu einer vollständigeren Datengrundlage (im Rahmen von Mehrfacherhebungen) beitragen können. Weitere Vorteile der MDE-Geräte liegen darin, dass die Layouts der Fragen und Antwortmöglichkeiten flexibler gestaltet werden können bzw. durch vorangegangene Eingaben eine bessere Ablaufsteuerung für die weiteren Fragen erzielt werden kann. Die Möglichkeit der Beschränkung der Eingabenzeiten ist ein weiterer wesentlicher Vorteil gegenüber Pencil-Paper-Versionen. Hierdurch kann sichergestellt werden, dass die Angaben tatsächlich zu den gewünschten Zeiten und weder zu einem früheren noch zu einem späteren Zeitpunkt vorgenommen werden, wobei auch nachträgliche Änderungen ausgeschlossen werden können. Ebenfalls kann die Wahrscheinlichkeit fehlerhafter Eingaben reduziert werden, in dem z.B. nur bestimmte Wertebereiche als zulässig definiert werden. Uneindeutige Angaben (beispielsweise das Ankreuzen zwischen zwei Antwortmöglichkeiten) können durch den Einsatz von MDE-Geräten verhindert werden. Der direkte Datentransfer für die statistische Weiterverarbeitung trägt weiterhin zur Reduktion von Fehlerquellen und zur Verringerung des Arbeitsaufwands erheblich bei, da die sonst zeitintensive und fehleranfällige Datenerfassung entfällt. Die einzige Einschränkung für den Einsatz von MDE-Geräten kann darin gesehen werden, dass die Untersuchungspersonen eventuell nicht mit technischen Geräten dieser Art vertraut sind, so dass ggf. eine vorherige Schulung erfolgen muss. Insgesamt können MDE-Geräte im direkten Vergleich mit Pencil-Paper-Verfahren als wesentlich geeigneter für die Erfassung im Rahmen von ESM-Studien angesehen werden. Dies wird bei der vorliegenden Studie berücksichtigt.