



© Sarah Montibeller



Prof. Dr. Veronika Brandstätter-Morawietz

v.brandstaetter@psychologie.uzh.ch

Foliensatz 8 zur Vorlesung im FS 2023



Überblick über Themen des Foliensatzes vom 08.05. und 15.05.2023

- ➔ • Die Anreizvielfalt des Alltagshandelns: Die Valenz-Instrumentalitäts (VIE)-Theorie von Vroom
- Einführung in das Thema intrinsische und extrinsische Motivation
- Konzept des Flow-Erlebens (Csikszentmihalyi, 1975)
- Selbstbestimmungstheorie von Deci und Ryan (1975)
 - Theorie der Basisbedürfnisse (Deci & Ryan, 2000)
 - Kognitive Bewertungstheorie (Deci & Ryan, 1985, 2000)
 - Theorie der organismischen Integration (Deci & Ryan, 1985)



Die Anreizvielfalt des Alltagshandelns

Starke Vereinfachung im Risikowahlmodell:

- Anreiz → selbstbewertende Emotionen
- Erwartung → subjektive Erfolgswahrscheinlichkeit

Theoretische Erweiterung notwendig:

- Alltägliches Handeln von Vielzahl an Anreizen geleitet
- Andere Erwartungstypen spielen eine Rolle

Theorien, die diesen Anspruch einlösen:

- Valenz-Instrumentalitäts-Erwartungs (VIE)-Theorie (Vroom, 1964)
- Erweitertes Kognitives Motivationsmodell (Heckhausen, 1977)

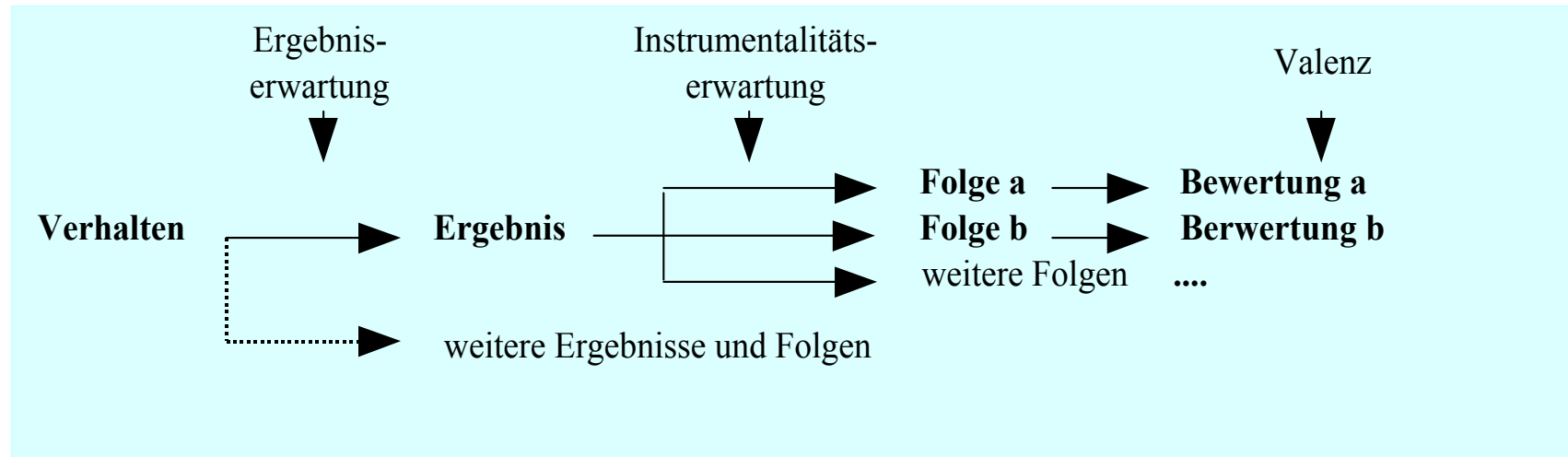


Valenz-Instrumentalitäts-Erwartungs (VIE)- Theorie von Vroom (1964)

Die Stärke einer Handlungstendenz (HT) ergibt sich aus dem Produkt der Valenz des Handlungsergebnisses V_{HE} und der Ergebniserwartung (E).

$$HT = V_{HE} \times E$$

Bestimmung der Valenz eines Handlungsergebnisses (V_{HE})



Ergebnis-Erwartung

Instrumentalitäts-Erwartung

Verhalten:

Überstunden machen

Ergebnis:

Gesteigerte
Arbeitsleistung

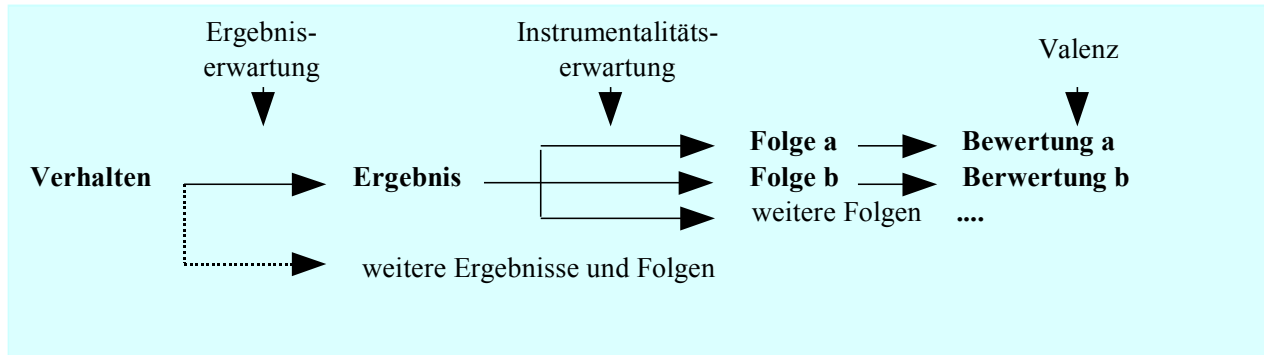
Folgen:

a) mehr Geld
b) Interessante Aufgaben
c) Anerkennung vom Chef
d) Neid der Kollegen

Valenz:

a) positiv
b) positiv
c) positiv
d) negativ

VIE-Theorie: wichtige Begriffe



- **Valenz** (negative und positive Werte) = (Un-)Attraktivität
- **Instrumentalitäts-Erwartung** = Verknüpfungsgrad zwischen Ergebnis einer Handlung und den daraus resultierenden Folgen (-1 = „verhindert Folge“ bis +1 = „führt Folge herbei“)
- **Ergebniserwartung** = subjektive Wahrscheinlichkeit, Ergebnis durch Handlung zu erreichen (0 = „sicher nicht“ bis 1 = „sicher“)

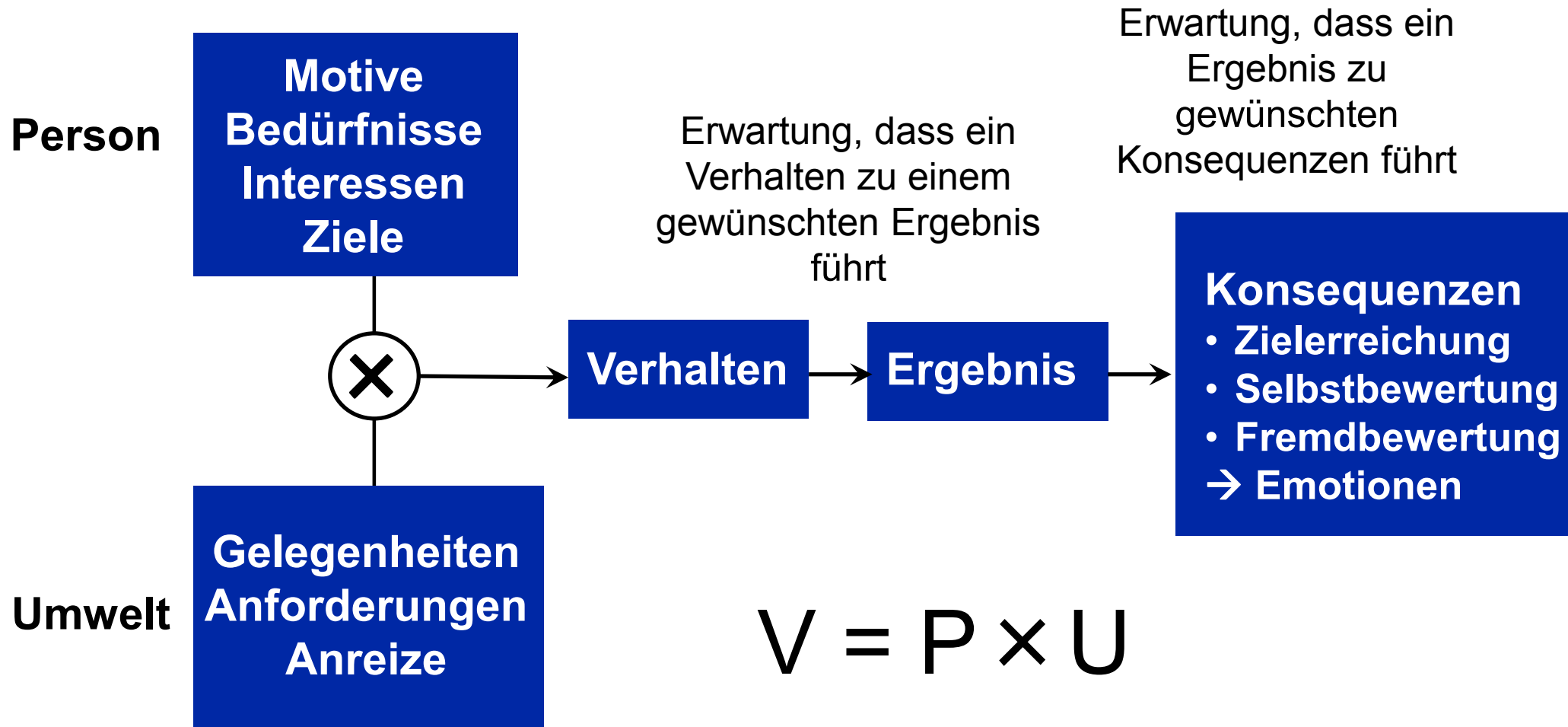
VIE-Theorie: wichtige Annahmen

Die Valenz (Attraktivität) eines Handlungsergebnisses (V_{HE}) ergibt sich aus der Summe der Produkte der einzelnen Valenzen (V) der Handlungsfolgen und deren Instrumentalität (I).

$$V_{HE} = \sum (V \times I)$$

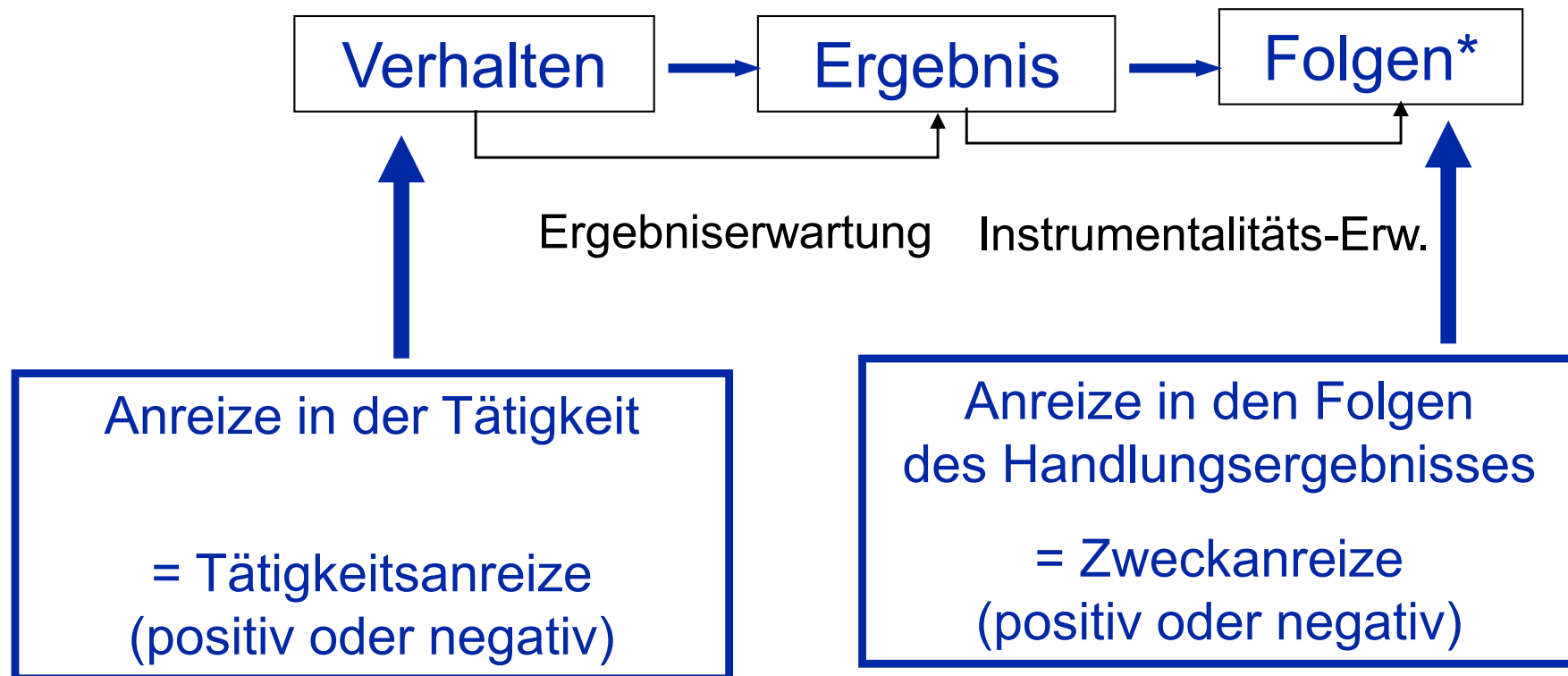
Instrumentalitätserwartung (I)	Valenz (V)	$V \times I$
Gesteigerte Arbeitsleistung...		
führt zu mehr Geld → sicher, da vertraglich vereinbart ... <div>+ 1.0</div>	mehr Geld → hoch bewertetes Ziel <div>+ 6.0</div>	$6.0 \times 1.0 = + 6$
führt zu Neid der Kollegen → ziemlich wahrscheinlich ... <div>+ 0.8</div>	Neid der Kollegen → hoch negatives Ziel <div>- 7.0</div>	$-7.0 \times 0.8 = -5.6$
		$\sum (V \times I) = .04$

Erklärungsansatz: Erweitertes kognitives Motivationsmodell



Heckhausen (1977a, 1977b), Heckhausen & Rheinberg (1980)

Tätigkeits- und zweckzentrierte Anreize



(nach Heckhausen, 1977; Rheinberg, 1989)

* synonym: Konsequenzen

Intrinsische und extrinsische Motivation





Überblick über Themen des Foliensatzes vom 08.05. und 15.05.2023

- Die Anreizvielfalt des Alltagshandelns: Die Valenz-Instrumentalitäts (VIE)-Theorie von Vroom
- ➔ • Einführung in das Thema intrinsische und extrinsische Motivation
- Konzept des Flow-Erlebens (Csikszentmihalyi, 1975)
- Selbstbestimmungstheorie von Deci und Ryan (1975)
 - Theorie der Basisbedürfnisse (Deci & Ryan, 2000)
 - Kognitive Bewertungstheorie (Deci & Ryan, 1985, 2000)
 - Theorie der organismischen Integration (Deci & Ryan, 1985)



Intrinsische Motivation aus Sicht der Selbstbestimmungstheorie

„Intrinsische Motivation ist die jedem Menschen innewohnende Neigung, sich voll Neugier und Interesse mit seiner Umwelt auseinanderzusetzen. [...]

Diese motivationale Tendenz ist **unabhängig von extrinsischen Belohnungen oder kontrollierenden Einflüssen der Umwelt.**“

(Deci & Ryan, 1985, S. 43)



Intrinsische Motivation aus Sicht der Flow-Theorie

„Menschen üben ... Tätigkeiten aus, **ohne** auch nur eine irgendwie geartete **extrinsische Belohnung** dafür zu erhalten. Offensichtlich muss etwas in der Tätigkeit selbst für die Person befriedigend sein.“

(Csikszentmihalyi & Rathunde, 1993, S. 58)



Arbeitsdefinition intrinsischer vs. extrinsischer Motivation

- Verhalten ist intrinsisch motiviert, wenn es um seiner selbst willen erfolgt.
- Verhalten ist extrinsisch motiviert, wenn der Beweggrund des Verhaltens ausserhalb der eigentlichen Handlung liegt.

(nach Rheinberg, 2008)





Überblick über Themen des Foliensatzes vom 08.05. und 15.05.2023

- Die Anreizvielfalt des Alltagshandelns: Die Valenz-Instrumentalitäts (VIE)-Theorie von Vroom
- Einführung in das Thema intrinsische und extrinsische Motivation
- ➔ • Konzept des Flow-Erlebens (Csikszentmihalyi, 1975)
- Selbstbestimmungstheorie von Deci und Ryan (1975)
 - Theorie der Basisbedürfnisse (Deci & Ryan, 2000)
 - Kognitive Bewertungstheorie (Deci & Ryan, 1985, 2000)
 - Theorie der organismischen Integration (Deci & Ryan, 1985)



Verbreitung des Flow-Erlebens in Deutschland (1995 – 2000, Allensbach)

„Kennen Sie das: Wenn Sie in eine Tätigkeit so vertieft sind, dass alles andere völlig bedeutungslos wird und Sie die Zeit völlig vergessen?“

Häufigkeiten in %

- | | |
|--|-----------|
| • Ja, das erlebe ich öfter. | 25 |
| • Ja, das erlebe ich ab und zu. | 40 |
| • Ja, das kenne ich, erlebe es nur selten. | 24 |
| • Nein, das kenne ich nicht. | 10 |

nach Rheinberg (2008)



Flow-Konzept

- Gefühl des freudigen Aufgehens in einer Tätigkeit, positive Stimmung
- Tiefes Involviertsein
- Glatter Handlungsablauf
- Optimale Beanspruchung
- Fokussierte Aufmerksamkeit
- Abgeschirmt-Sein gegenüber Ablenkungen ohne willentliche Konzentration
- Gefühl starker Kontrolle
- Verlust des Zeitgefühls
- Verlust von Selbst-Reflexivität

Czikszenmihalyi (1975, 2000, 2004); Rheinberg & Vollmeyer, 2012



Die Flow-Kurzskala (Rheinberg et al., 2003) /1

Dimension „Glatter automatisierter Verlauf“

- Ich weiss bei jedem Schritt, was ich zu tun habe
- Die richtigen Gedanken/Bewegungen kommen wie von selbst
- Ich habe das Gefühl, den Ablauf unter Kontrolle zu haben
- Ich habe keine Mühe, mich zu konzentrieren
- Mein Kopf ist völlig klar
- Meine Gedanken bzw. Aktivitäten laufen flüssig und glatt

Trifft nicht zu = 1 bis Trifft zu = 7



Die Flow-Kurzskala (Rheinberg et al., 2003) /2

Dimension „Absorbiertheit“

- Ich bin ganz vertieft in das, was ich gerade mache.
- Ich fühle mich optimal beansprucht.
- Ich bin völlig selbstvergessen.
- Ich merke gar nicht, wie die Zeit vergeht.

Trifft nicht zu = 1 bis Trifft zu = 7



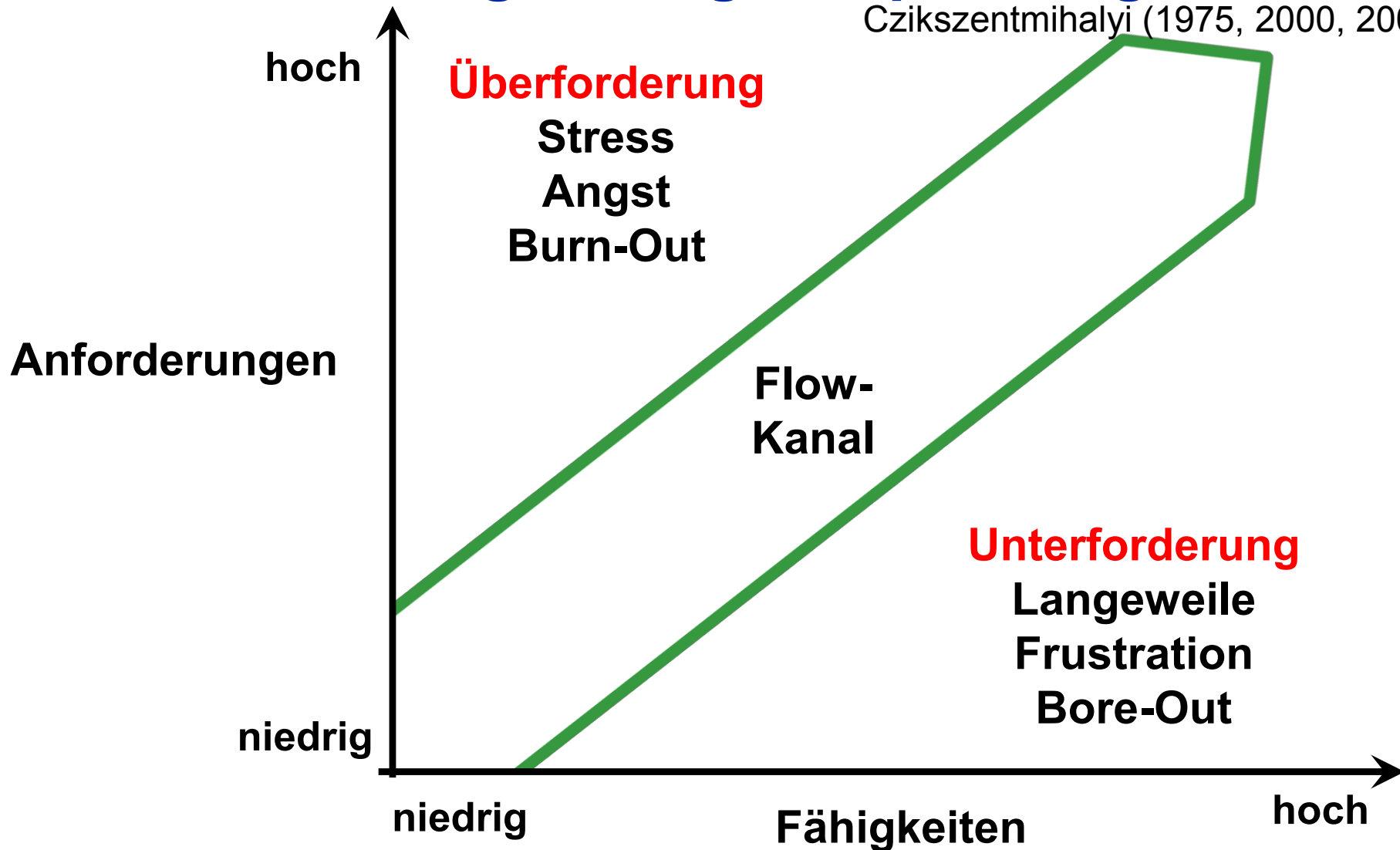
Zentrale Bedingungen für das Entstehen von Flow

Drei zentrale Bedingungen:

1. Klare Zielsetzung
2. Eindeutiges und sofortiges Feedback zum Handlungsverlauf
3. Anforderungs-Fähigkeits-Passung (Kompetenzerleben)

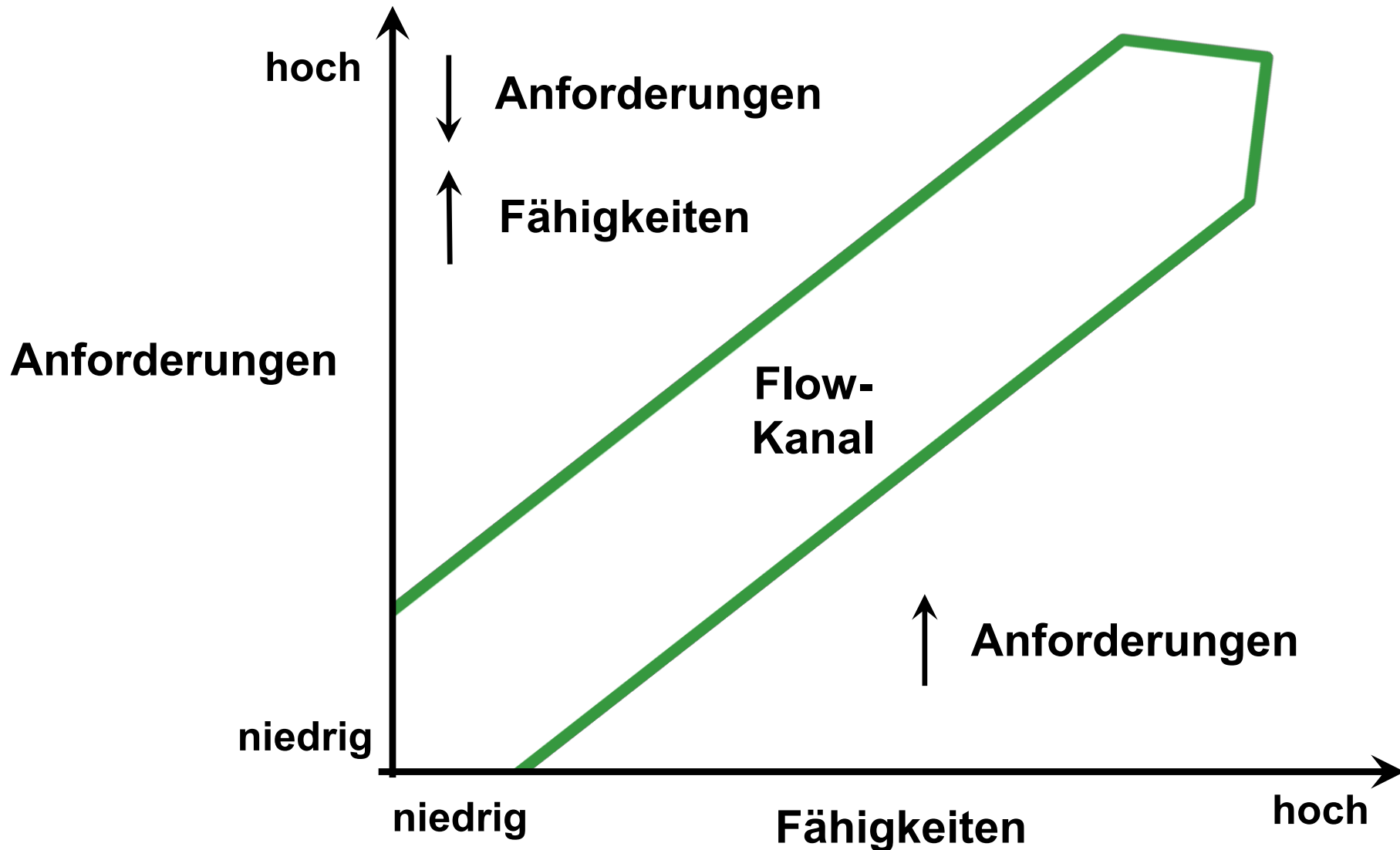
Anforderungs-Fähigkeitspassung und Flow

Czikszentmihalyi (1975, 2000, 2004)



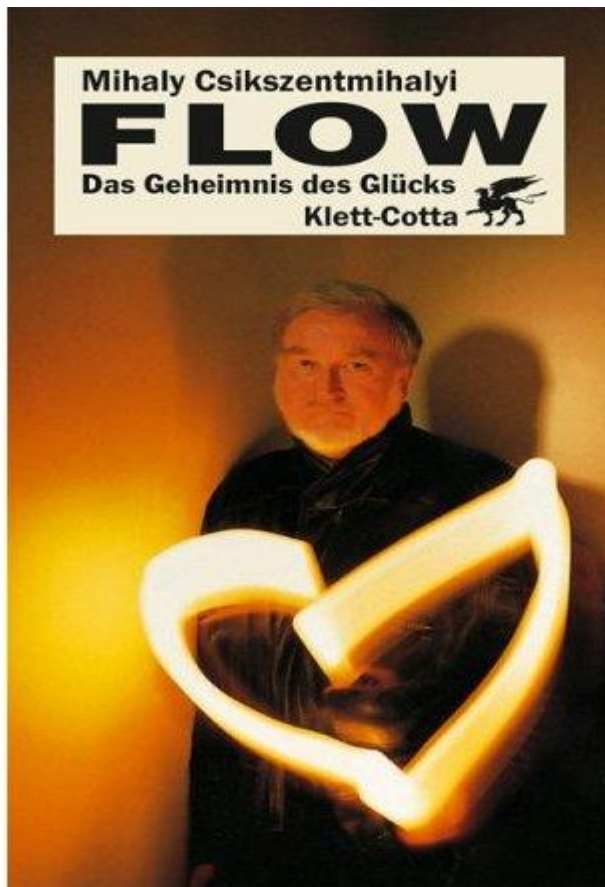
Was tun?

Czikszentmihalyi (1975, 2000, 2004)





Das Flow-Erleben



Beispiel für Flow- Erleben

Fließend, perlend, singend: Sol Gabetta

Zwei Konzerte mit der Ausnahmecellistin



Fragt man Sol Gabetta nach ihrem Instrument, beginnt sie zu schwärmen. „Das Cello“, so die argentinische Künstlerin, „hat von allen Instrumenten den schönsten Klang. Es kommt ganz nahe an die Möglichkeiten der menschlichen Stimme heran.“

Tatsächlich scheint sie mit ihrem Instrument eher zu singen als dass sie es spielt – was sicherlich auch daran liegt, dass sich Sol Gabetta mit ihrem über 250 Jahre alten Guadagnini-Cello so wohl fühlt. Wer sie einmal erlebt hat, weiß, dass die gefeierte Cellis-

tin eins ist mit sich und ihrem Instrument: Da fließt, perlt, gleitet alles Spiel so leicht-händig über die Saiten, dass nichts bleibt als Faszination. Lang ist die Liste ihres umfangreichen Repertoires, beeindruckend auch die Reihe namhafter musikalischer Partner, mit denen Sol Gabetta konzertiert. Ihr Virtuositum besticht die Welt, aber auch menschlich gehört Gabetta zu den offensten Musikerpersönlichkeiten unserer Zeit. Das öffnet ihr viele Herzen – auch die der Münchner, die Sol Gabetta in zwei Konzerten erleben können.

Kammermusikabend

BEETHOVEN Variationen über Mozarts „Bei Männern, welche Liebe fühlen“ Es-Dur, Cellosonate Nr. 3 A-Dur op. 69
MENDELSSOHN Cellosonate Nr. 2 D-Dur op. 58 u.a.

Sol Gabetta VIOLONCELLO
Mihaela Ursuleasa KLAVIER

Sonntag, 5. Februar 2012
20 Uhr, Prinzregententheater

Orchesterkonzert

SCHUBERT Symphonie Nr. 7 h-moll D 759 „Unvollendete“
SCHUMANN Cellokonzert a-moll op. 129
ELGAR Enigma-Variationen

Sol Gabetta VIOLONCELLO
BBC Philharmonic Orchestra
Juanjo Mena LEITUNG

Donnerstag, 3. Mai 2012
20 Uhr, Philharmonie

MünchenMusik Tel. (089) 93 60 93 · www.muenchenmusik.de · Ticketbox SZ-ServiceZentrum Fürstenfelder Str. 7 · Ticketbox Ludwig Beck 5. Stock – Musikabte



Konsequenzen von Flow

- (+) Positives Befinden
- (+) Verhalten wird verstärkt → Ausführungshäufigkeit steigt
- (+) Höhere Leistung
- (-) Abhängigkeit (Extremsportarten, Computerspiele)
- (-) Risikounterschätzung



Überblick über Themen des Foliensatzes vom 08.05. und 15.05.2023

- Die Anreizvielfalt des Alltagshandelns: Die Valenz-Instrumentalitäts (VIE)-Theorie von Vroom
- Einführung in das Thema intrinsische und extrinsische Motivation
- Konzept des Flow-Erlebens (Csikszentmihalyi, 1975)
- ➔ • Selbstbestimmungstheorie von Deci und Ryan (1975)
 - Theorie der Basisbedürfnisse (Deci & Ryan, 2000)
 - Kognitive Bewertungstheorie (Deci & Ryan, 1985, 2000)
 - Theorie der organismischen Integration (Deci & Ryan, 1985)

Die Selbstbestimmungstheorie

...hat verschiedene Subtheorien, u. a.

Theorie der
Basisbedürfnisse



Was benötigt der Mensch, um
«aufzublühen»?



Kognitive
Bewertungstheorie



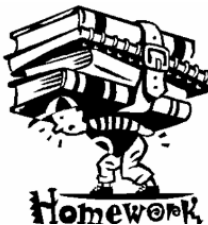
Wodurch kann intrinsische
Motivation zerstört werden?



Theorie der
organismischen
Integration



Wie gelingt es Menschen,
auch unliebsame Tätigkeiten
auszuführen?



Theorie der Basisbedürfnisse: Drei psychologische Grundbedürfnisse



Autonomie



Kompetenz



**Soziale
Eingebundenheit**

Theorie der Basisbedürfnisse (*Basic need theory*) (Deci & Ryan, 2000)



Drei psychologische Basisbedürfnisse (basic needs)

Autonomie-Erleben

“universal urge to be causal agents, to experience volition, to act in accord with their integrated sense of self”

(Deci & Vansteenkiste, 2004, S. 25)

Kompetenzerleben

Desire to feel capable and effective in their actions

(Sheldon, Elliot, Kim & Kasser, 2001)

Soziale Eingebundenheit

Desire to feel connected to others, to care for others and to feel cared for by others

(Baumeister & Leary, 1995)

Intrinsische Motivation



Zentrale Forschungsfrage der kognitiven Bewertungstheorie

Welches sind die situativen Bedingungen, durch die intrinsische Motivation untergraben oder aber aufrechterhalten wird?

Förderliche und hinderliche Situationen für intrinsische Motivation

Förderliche Bedingungen

Situationen, die das Gefühl eigener Kompetenz vermitteln (z.B. Erfolgsrückmeldungen)

Möglichkeit zu selbstbestimmtem Handeln (z.B. Mitbestimmungsmöglichkeit, eigene Ziele setzen lassen)

Soziale Eingebundenheit

Hinderliche Bedingungen

Situationen, die kein Erleben von Kompetenz ermöglichen

Kontrolle durch äussere Umstände (z.B. fremdbestimmte Ziele, Zeitdruck, Androhung von Sanktionen, bestimmte Formen von Belohnung)



Soziale Isolation





Kann intrinsische Motivation durch Belohnung zerstört werden?

Erster Satz des Artikels von Deci (1971):

„If a boy who enjoys mowing the lawns begins to receive payment for the task, what will happen to his intrinsic motivation for performing this activity? [...]

One is said to be intrinsically motivated to perform an activity when he receives no apparent reward except the activity itself“.
(p.105)



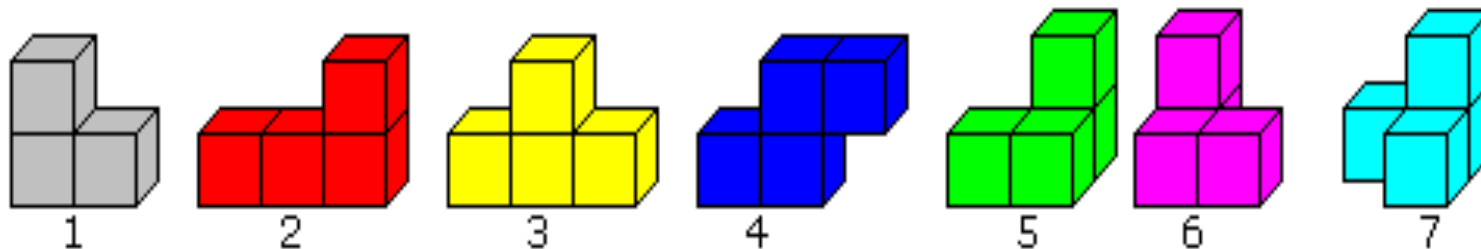
Studie von Deci (1971)

Hypothese:


„If a person is engaged in some activity for reasons of intrinsic motivation, and if he begins to receive the external reward, money, for performing the activity, the degree to which he is intrinsically motivated to perform the activity decreases“ (p. 108).

Bezahlung und intrinsische Motivation

- $N = 24$ Psychologie-Studierende
- Drei Versuchssitzungen mit je drei Vorlagen
- Sieben Teile des Soma Puzzles nach einer gezeichneten Vorlage zusammenzufügen
- Nach Bearbeitung von zwei Vorlagen verlässt Versuchsleiter für 8 Min den Raum und überlässt Vpn, was sie tun möchten („free choice period“; z.B. Zeitschriften lesen).



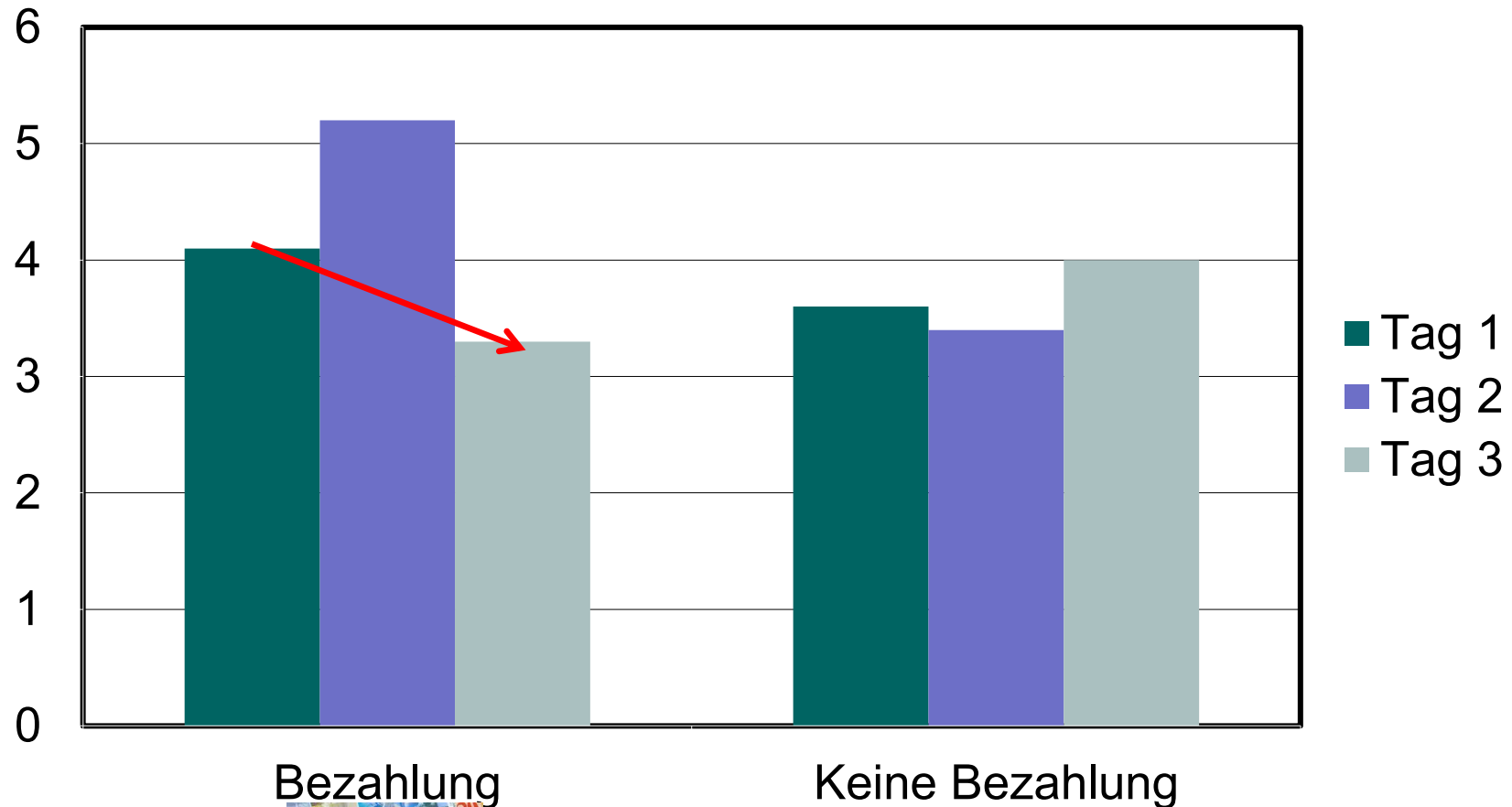
Versuchsplan Studie 1 von Deci (1971)

	Tag 1	Tag 2	Tag 3
Experimental- gruppe	ohne Bezahlung	mit Bezahlung 	ohne Bezahlung
Kontrollgruppe	ohne Bezahlung	ohne Bezahlung	ohne Bezahlung



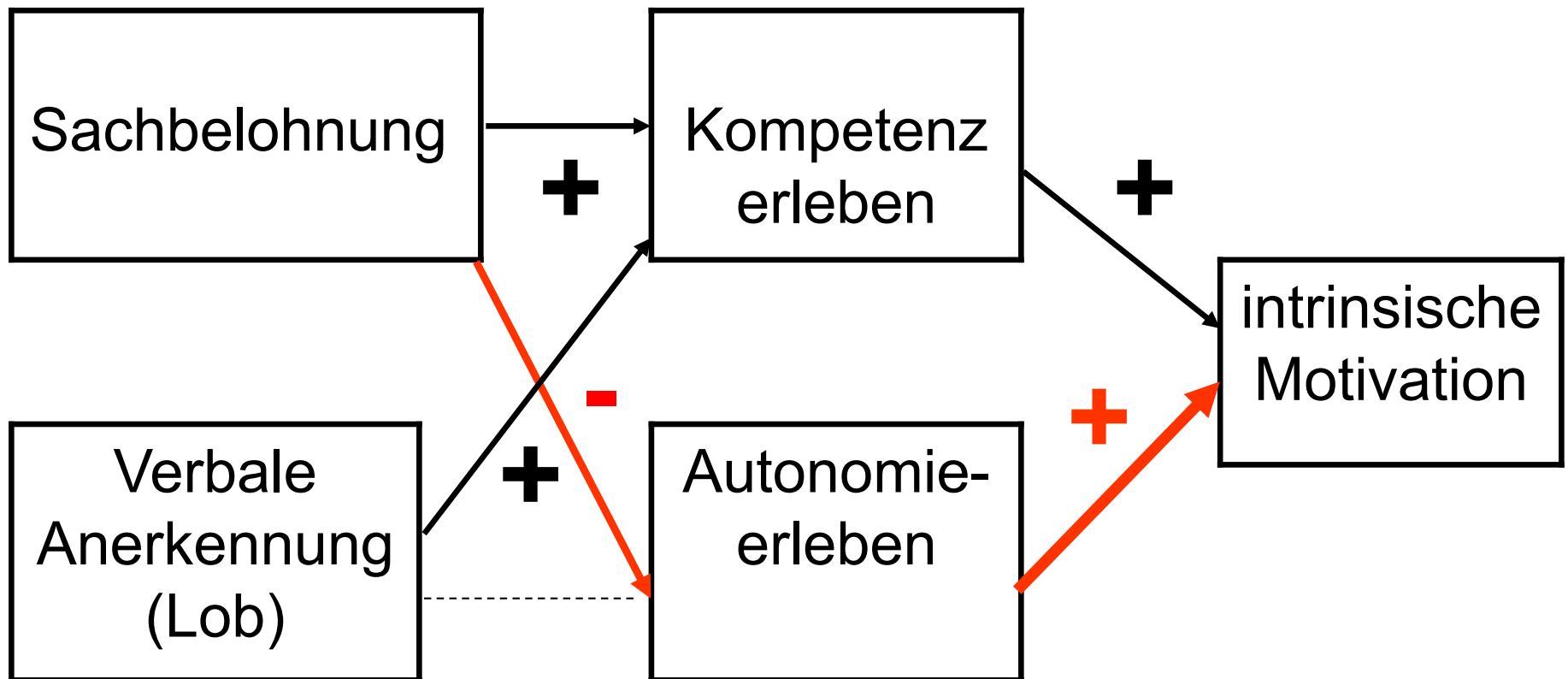
Ergebnis von Deci (1971, Studie 1): Beschäftigungsdauer in «Free-choice-Periode» in min

«You may do whatever you like while I'm gone» (z. B. Magazine lesen, Nichtstun)



Effekte verschiedener Belohnungstypen

Ergebnisse einer Meta-Analyse von 128 Studien (Deci et al., 1999)



+ = positive Korrelation
- = negative Korrelation

Kognitive Bewertungstheorie

- Belohnung hat zwei Aspekte: Kontrollausübung und Kompetenzrückmeldung
- Je nachdem, was für den Rezipienten im Vordergrund steht → förderliche oder hinderliche Wirkung auf intrinsische Motivation

Das ist gut. Siehst Du, wenn Du meinen Anweisungen folgst, kriegst Du eine Sechs!



Das ist gut. Du verstehst jetzt viel besser, wie der Autor die Metaphern verwendet. Du hast eine Sechs verdient!



Theorie der organismischen Integration (*organismic integration theory*) (Deci & Ryan, 1985)

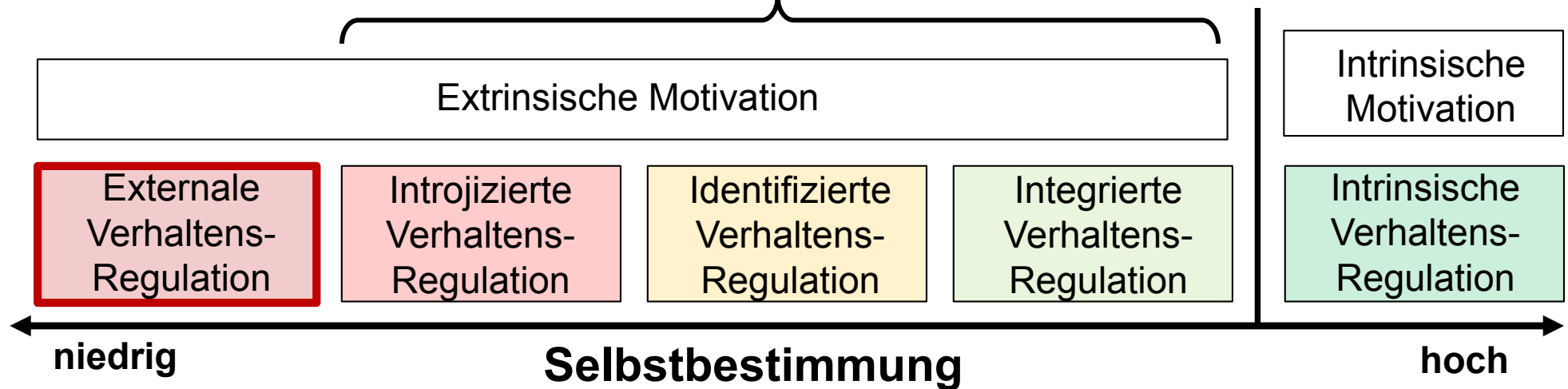
„Much of what people do is not, strictly speaking, intrinsically motivated, especially after early childhood when the freedom to be intrinsically motivated is increasingly curtailed by social pressures to activities that are not interesting and to assume a variety of new responsibilities“ (Ryan & Deci, 2000, p. 71)

Wie gelingt es Menschen nicht-intrinsisch motiviertes Verhalten auszuführen?

→ Sozialisierungsprozesse → Internalisierung

Selbstbestimmungstheorie

Verschiedene Stufen von Internalisierung

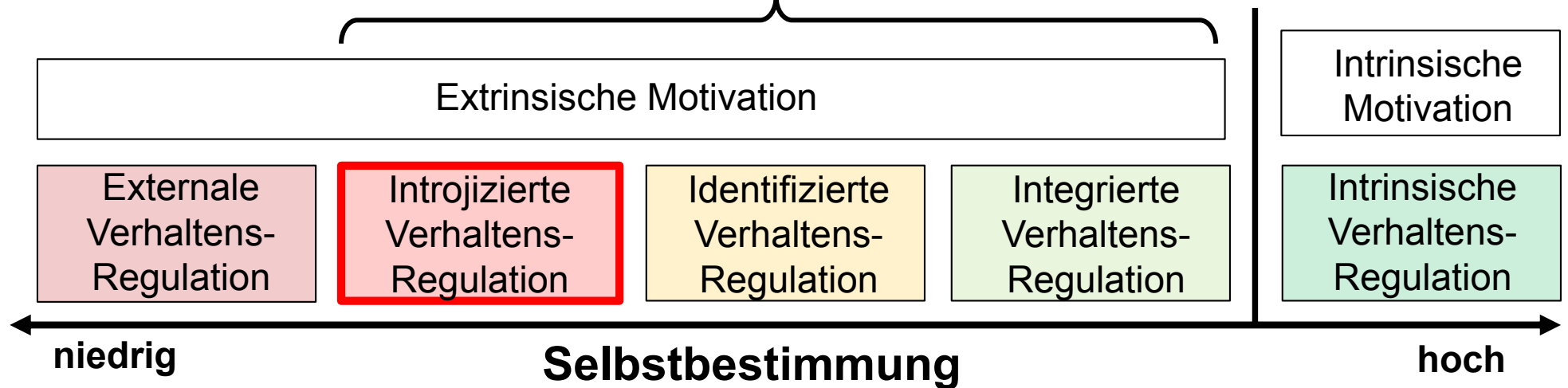


Externale Regulation: Das Verhalten wird nur ausgeführt um einer Vorgabe/einem äusseren Verlangen nachzukommen, oder um eine Belohnung zu erhalten. Individuen erleben es als kontrolliert.

Eine Software-Entwicklerin schreibt einen Code, weil sie pro 100 Zeilen 10 Franken verdient.

Selbstbestimmungstheorie

Verschiedene Stufen von Internalisierung

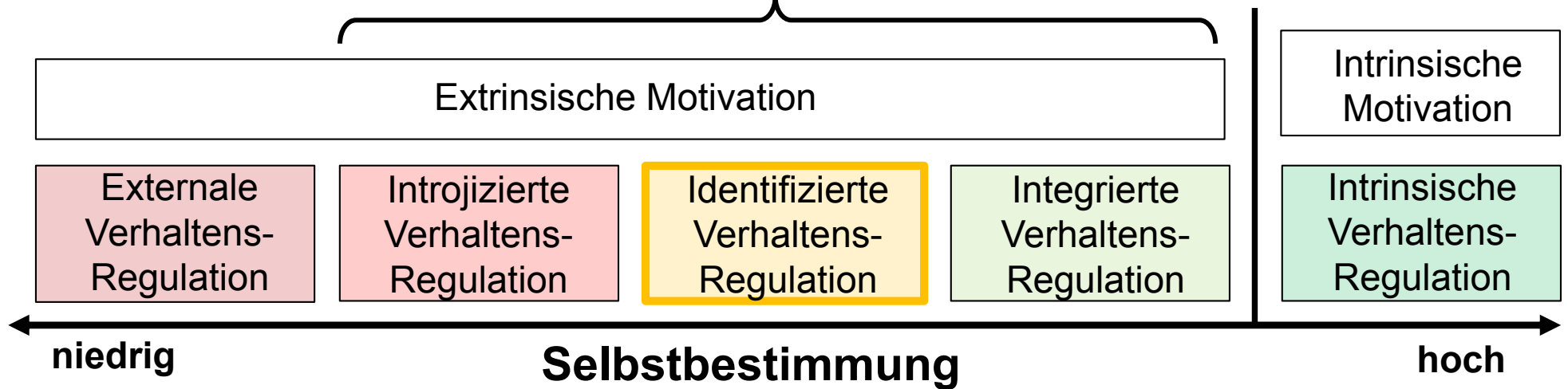


Introjierte Regulation: Das Verhalten wird ausgeführt, um Schuld- oder Angstgefühle zu vermeiden oder um Stolz zu empfinden. Es wird zwar nicht als stark von Aussen erzwungen wahrgenommen, ist aber von Aussen beeinflusst.

Eine Software-Entwicklerin arbeitet an einer Aufgabe, weil sie ihre Chefin nicht enttäuschen will.

Selbstbestimmungstheorie

Verschiedene Stufen von Internalisierung

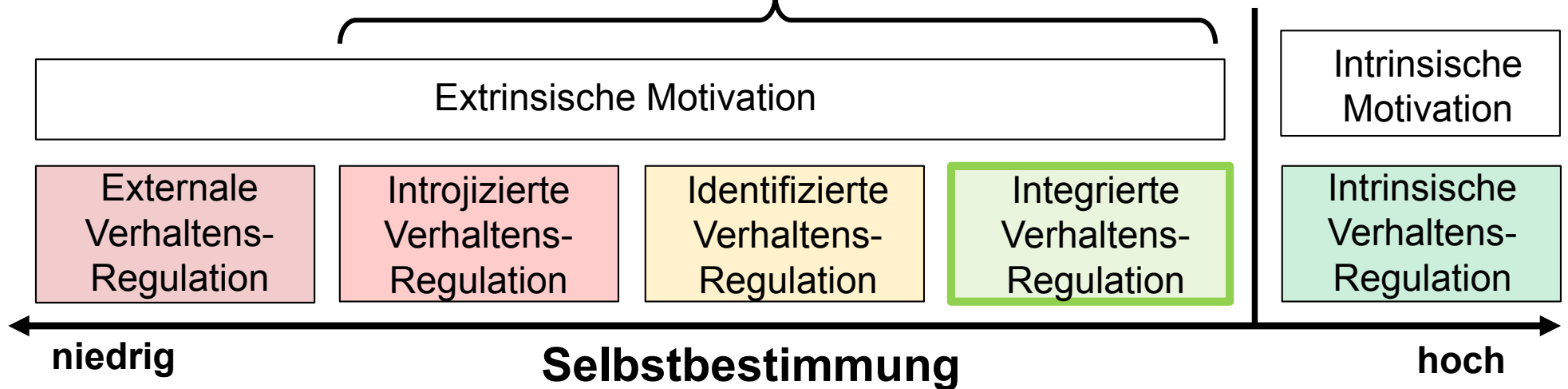


Identifizierte Regulation: Das Verhalten wird als persönlich wichtig eingestuft. Die Person schätzt das Ziel, das sie damit erreichen kann.

Ein Software-Entwickler arbeitet an der Behebung eines “Bugs”, damit das Projekt zu einem erfolgreichen Abschluss geführt werden kann.

Selbstbestimmungstheorie

Verschiedene Stufen von Internalisierung

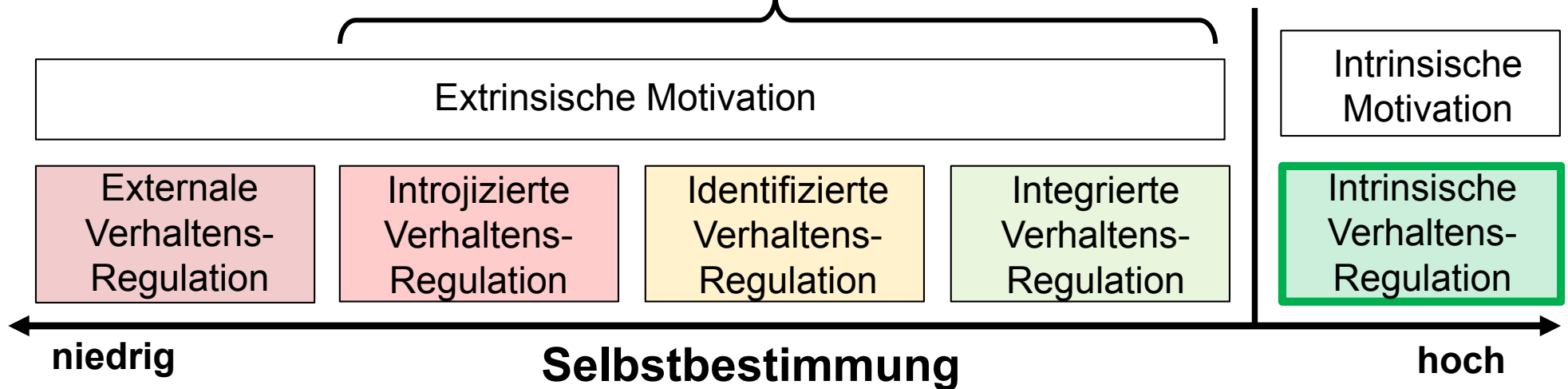


Integrierte Regulation: Das Verhalten wird zwar nicht um seiner selbst Willen ausgeführt, aber entspricht den Werten der Person und wird als solches gewertschätzt.

Eine Software-Entwicklerin befasst sich mit einer unangenehmen Aufgabe, weil sie weiss, dass sie sich dadurch weiterentwickeln kann. 46

Selbstbestimmungstheorie

Verschiedene Stufen von Internalisierung



Intrinsische Regulation: Eine Person führt eine Tätigkeit um ihrer selbst willen aus, vollkommen selbstbestimmt.

Ein Software-Entwickler programmiert immer mal kleine Spiele, weil ihm das Programmieren so viel Freude bereitet.



Messung Art der Regulation

nach Sheldon & Elliot, 1999

Ich verfolge dieses Ziel...

1	...weil es meinen Neigungen und Interessen entspricht.
2	...weil ich glaube, dass es ein wichtiges und sinnvolles Anliegen ist.
3	...weil ich mich sonst schlecht (schuldig, beschämt oder ängstlich) fühlen würde.
4	...weil es von mir erwartet wird oder weil ich etwas dafür bekomme.

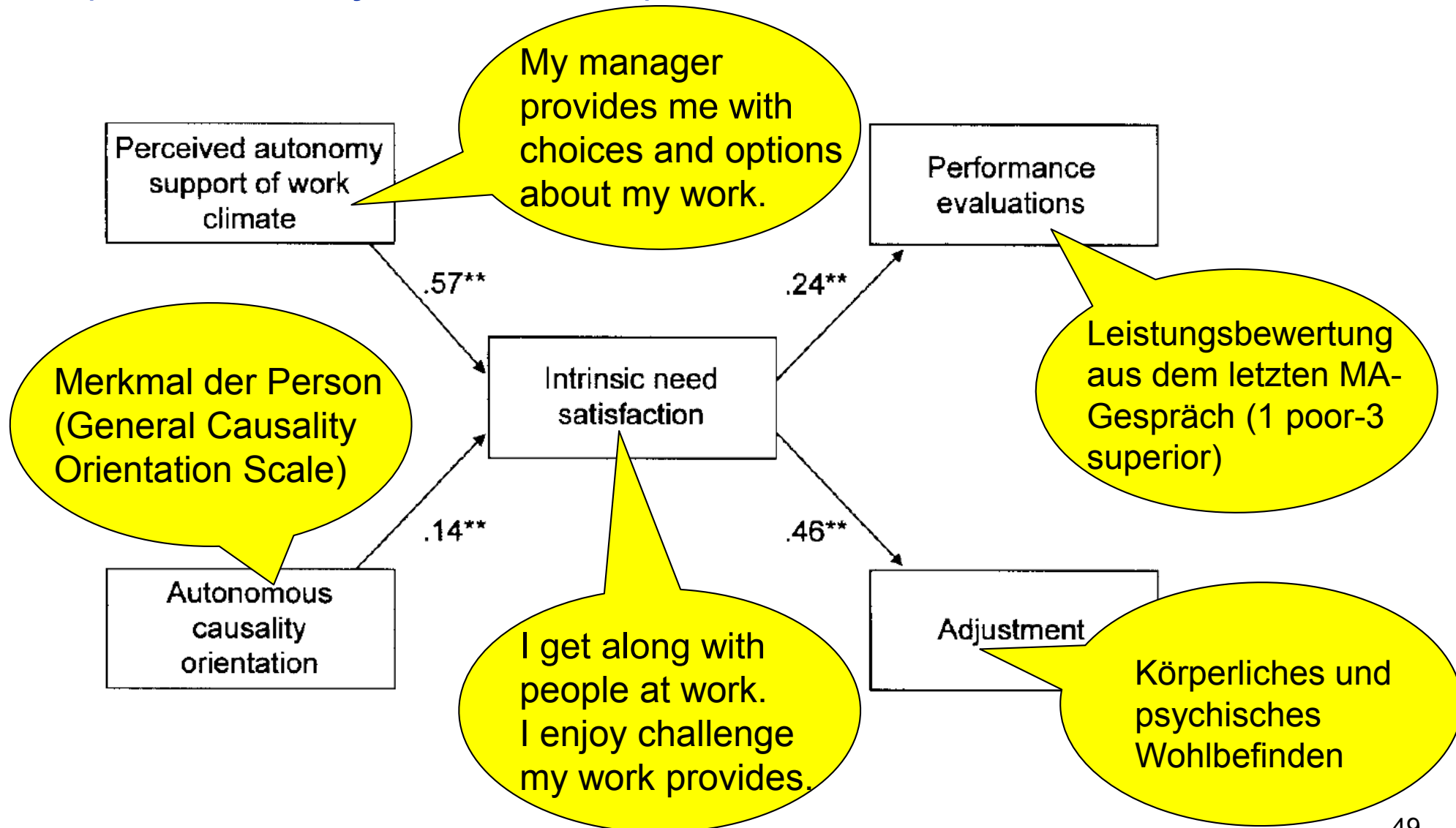
(1 + 2) = autonome Regulation

(3 + 4) = kontrollierte Regulation

«Selbstkonkordanz»-Index: $(1 + 2) - (3 + 4)$

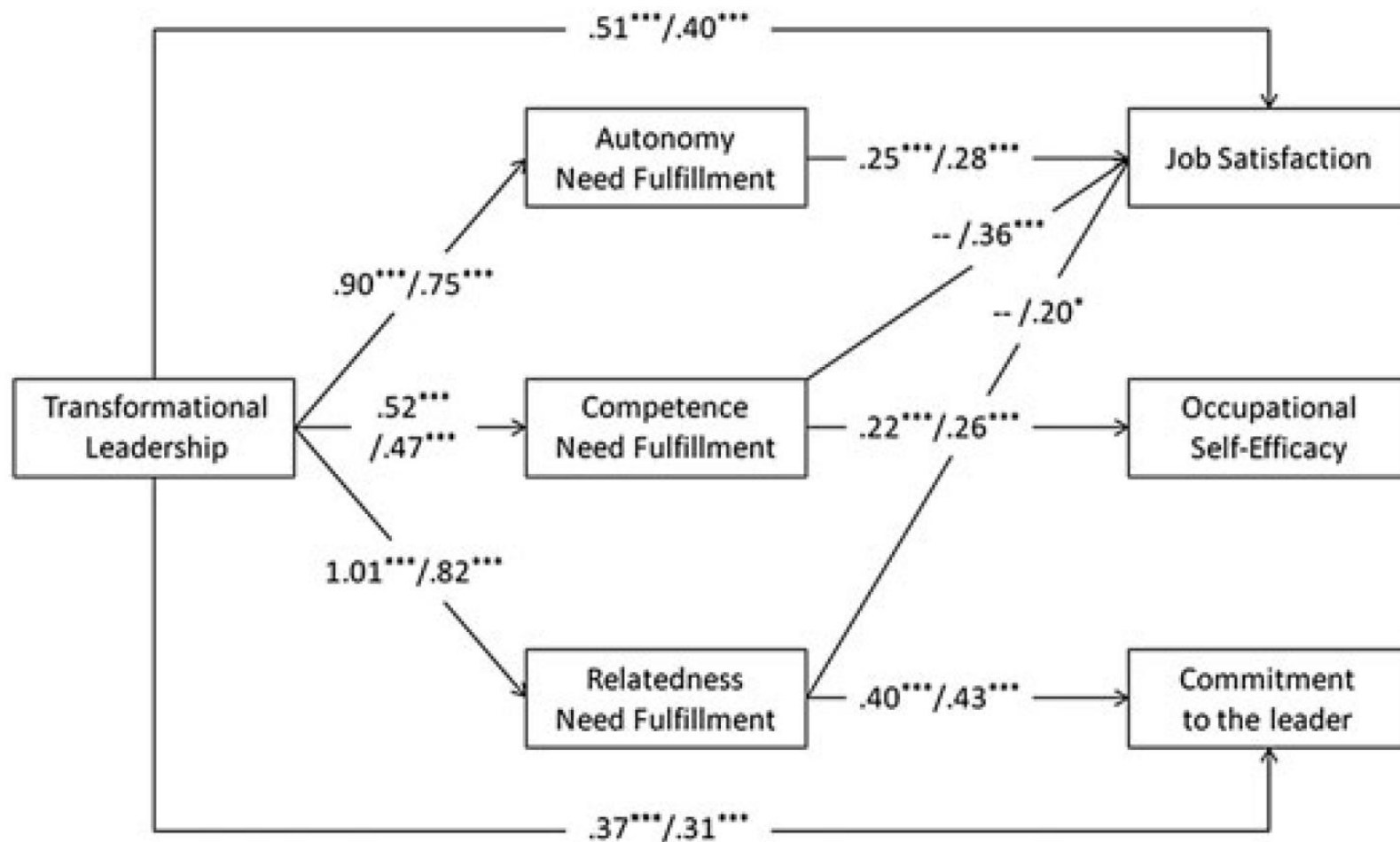
Ein empirischer Befund von hunderten ...

(Baard, Deci & Ryan, 2004, S. 2061)



Ein weiterer Befund ...

(Kovjanic et al., 2012, p. 1042)





Selbstbestimmungstheorie in der Ökonomie /1

«Cognitive evaluation and self-determination theory (SDT) inspired one of the most dramatic changes in economic theory» (Weibel et al., 2014, p. 72)

«Standard economic theory is based on the assumption of rational, selfish, and extrinsically motivated actors, the so-called *homo oeconomicus* model» (Weibel et al., 2009, p. 4)

«... individuals are assumed to maximize their own tangible interests, that is, their own monetary or goods payoff [...] and are depicted to be solely extrinsically motivated by tangible rewards or avoidance of punishment» (p. 74)

Selbstbestimmungstheorie in der Ökonomie /2

«External conditions [...] foster an **internal locus of causality**, and hence intrinsic motivation, if they provide **informational feedback** and thereby **enable individuals to learn and to feel self-determined** [...] **Incentive pay**, however, is perceived as **controlling feedback**, which **reduces the perception of self-determination** [...] Individuals feel like ‘puppets on strings’ ...»
(Weibel et al., 2014, p. 76)





Selbstbestimmungstheorie in der Ökonomie /3

Meta-Analyse von Weibel et al. (2009) von 46 Studien: „Pay for performance increases performance in the case of noninteresting tasks [...], whereas in the case of interesting tasks pay for performance reduces performance [...]“ (p. 11).

Fazit: «... it is safe to say that the current omnipresent use of individual-level pay-for-performance does not reflect scientific evidence: the effect of pay-for-performance on knowledge-based work and higher level managerial work is dubious and cannot be recommended based on current evidence from behavioral economics» (Weibel et al., 2014, p. 78)



Selbstbestimmungstheorie in der Ökonomie /3

Welches Menschenbild haben Vorgesetzte? (McGregor, 1960)

- Menschen sind von sich aus wenig zur Arbeit motiviert, sie müssen «angetrieben» werden durch Belohnung und Strafe, man muss sie kontrollieren ... (Theory X)
- Menschen sind von sich aus interessiert und leistungsorientiert, sie setzen sich Ziele und agieren eigenverantwortlich, Arbeit als Quelle von Zufriedenheit ... (Theory Y)



Lektüre zu den Themen des Foliensatzes

Brandstätter, V., Schüler, J., Puca, R. & Lozo, L. (2018). *Motivation und Emotion*. Berlin: Springer (Kapitel 8).

Reeve, J. (2016). *Understanding motivation and emotion*. New York, NY: Wiley (Kapitel 6).



**Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!**