Zusammenfassung Motivationspsychologie

Table of Contents

[Einführung in die Motivationspsychologie 2](#_Toc1369581)

# 1. Einführung in die Motivationspsychologie

## 1.1 Einführung in die Themen der Vorlesung

**Woran erkennt man, dass jemand motiviert ist?**

* Kommunikation, Expertenwissen, Wissen über das Allgemeine hinaus
* Sicheres Auftreten, kompetent erscheinen
* Bereitschaft mehr zu tun als gefordert ist
* Inneres Interesse
* Aufgabenerledigung enthusiastisch & sorgfältig
* Beharrlichkeit
* Bereitschaft Ressourcen in das Ziel zu investieren
* Zielgerichtetheit in Gedanken & Verhalten

**Was ist Motivation?**

Definition Wörterbuch: «Wille bzw. Antrieb zur Leistung»

Motivation ist ein facettenreiches Konzept, das deutlich mehr Themen beinhaltet als Leistung.

**Womit beschäftigt sich die Motivationspsychologie?**

Die Motivationspsychologie beschäftigt sich mit den Faktoren, die das Verhalten von Menschen beeinflussen und bestimmen. Die Grundfrage ist: «Warum tun Menschen das, was sie tun?»

Die Motivationspsychologie beschäftigt sich damit, Richtung, Ausdauer und Intensität von Verhalten zu erklären. Dabei ist der motivationspsychologische Zugriff dadurch charakterisiert, dass angestrebte Zielzustände und das, was sie attraktiv macht, die erklärenden Grössen sind.

**Die wichtigsten aktuell untersuchten Klassen von Beweggründen**

* Herausforderungen meistern
* Soziale Kontakte pflegen
* Andere Menschen beeinflussen

## 1.2 Das PxU Modell des Verhaltens



*Wenn einer Person entweder keine Gelegenheiten geboten werden oder sie keine Motivation hat, ein Verhalten durchzuführen, ist einer der Faktoren 0 und somit kommt es nicht zum Verhalten.*

## 1.3 Methoden der Motivationsforschung

**Datenerhebungsmethoden**

* Fragebogen
* Projektive Verfahren
  + *Bildgeschichtenübung: Person bekommt Bilder vorgesetzt, bei denen der Kontext nicht ersichtlich ist. Danach soll die VPN eine fiktive Geschichte zum Bild schreiben. Anhand von bestimmten Schlüsselwörtern und -sätzen werden die Motive der Person herausgelesen.*
* Kognitionspsychologische Verfahren
  + *Aufmerksamkeitsausrichtung (z.B. Blickbewegung)*
  + *Gedächtnismasse*
  + *Reaktionszeitmessung (z.B. Lexikalische Entscheidungsaufgabe)*

**Lexikalische Entscheidungsaufgabe**: Ein Ziel (z.B. Graduate) oder einer Versuchung (TV) der Person wird kurz eingeblendet (50ms), danach soll anderer Begriff zugeordnet werden. Reaktion schneller, wenn zuvor ein Begriff der Versuchungskategorie eingeblendet wurde.

* Psychophysiologische Messungen
  + *Herzaktivität*
  + *Blutdruck*
  + *Hirnaktivität*
  + *Hautleitfähigkeit*
  + *Hormonausschüttung*
* Verhaltensbeobachtung
  + *Auswahl, Ausdauer, Leistung*
  + *In Zukunft: Nutzung von Smartphone-Sensordaten*
* Dokumentanalyse
  + *Motivthematische Analyse von Schulbuchtexten*
  + *Motivthematische Analyse von Sprache*
  + *In Zukunft: Analyse digitaler Spuren, Big Data*

# 2. Historische Ansätze der Motivationsforschung

**Theorien unterscheiden sich in ihrer Betonung von**

* **Push**: Freud, Hull, (Lewin)
  + Innerorganismische Bedürfnisse bauen als unangenehm erlebte Spannung auf, die eliminiert werden soll
  + Am ehesten zutreffend für physiologische Bedürfnisse (z.B. Hunger nach Tagen ohne Nahrung)
  + Man fühlt sich zum Handeln gedrängt durch eine innere Kraft (Bedürfnis oder Trieb)
* **Pull**: Lewin, Murray, Ach
  + Antizipation positiv bewerteter Endzustände
  + Man fühlt sich zu einem äusseren Stimulus, Objekt, Person hingezogen, was wie ein mentaler Magnet wirkt (Konzept des Anreizes)

## 2.1 Psychoanalyse: Sigmund Freud

Sigmund Freud gilt als Vater der Psychoanalyse. Studierte Medizin und lebte die meiste Zeit seines Lebens in Wien, emigrierte dann nach London.

**Therapieverfahren**

* Aufdeckung unbewusster psychischer Anteile: durch subjektive Deutung von freien Assoziationen, Versprechern, neurotischen Verhaltensauffälligkeiten, Träumen
* Behandlung durch z.B. Übertragung, Hypnose

Eine umfassende Theorie über psychische Vorgänge basiert auf einer qualitativ orientierten Einzelfallanalyse.

### 2.1.1 Freuds Grundgedanken zur Motivation

**Homöostaseprinzip**: Tendenz zur Erhaltung eines stabilen inneren Milieus; ein Ungleichgewichtszustand (z.B. Nahrungsmangel) führt zu Handlungen, die diesen beseitigen

**Hedonismusprinzip**: Übergeordnetes Ziel menschlichen Handelns = Unlustvermeidung und Lustgewinn. Lust wird durch Erlangen eines Gleichgewichtszustands erreicht, in dem alle Bedürfnisse befriedigt sind.

„Das Nervensystem ist ein Apparat, dem die Funktion erteilt ist, die anlangenden Reize wieder zu beseitigen, auf möglichst niedriges Niveau herabzusetzen, oder der, wenn es nur möglich wäre, sich überhaupt reizlos erhalten wollte." (Freud, 1915/1952, S. 213)

**Triebdualismus**

* **Lebenstrieb (Eros)**: Selbst- und Arterhaltung, Überleben, Fortpflanzung
* **Todestrieb (Thanatos)**: Auflösung und Zurückführung des Lebens in den anorganischen Zustand, Selbsthass und Vernichtung, Destruktivität, Aggression

### 2.1.2 Persönlichkeitsmodell Freuds: Strukturmodell der Psyche

*Die Bedürfnisse und der Kontext mit seinen Geboten und Verboten wirken auf das Ich ein.*

Die Theorie ist ein Versuch, um eine grosse Spannbreite menschlichen Verhaltens in einer einfachen Theorie zu erklären. Es handelt sich um eine Theorie mit breiter Relevanz, welche Entwicklung, psychische Störungen, alltägliches Leben, Religion, Liebe, Krieg, … beinhaltet. Der Einfluss der Theorie in der heutigen Forschung ist gut sichtbar.

## 2.2 Behaviorismus: Clark Hull

**Grundposition des Behaviorismus**

Der Behaviorist wischte alle mittelalterlichen Konzeptionen beiseite. Er entfernte aus seinem wissenschaftlichen Vokabular alle subjektiven Begriffe wie Empfindung, Wahrnehmung, Vorstellung, Wunsch, Absicht und sogar Denken und Emotion, so wie sie ursprünglich definiert waren. Wir wollen uns auf Dinge beschränken, die man beobachten kann…

**Wissenschaftliches Ziel Hulls:** Formulierung einer allgemeinen Verhaltenstheorie. Das Triebgeschehen war der zentrale Aspekt, den er betrachtete.

**Behavioristische Erklärung: Thorndikes «Law of effect»**

Verhaltensweisen, die in einer bestimmten Situation einen befriedigenden Effekt nach sich ziehen, werden in dieser Situation wahrscheinlicher.

Verhaltensweisen, die in einer bestimmten Situation einen unbefriedigenden Effekt nach sich ziehen, werden in dieser Situation unwahrscheinlicher.

Aus dieser Theorie entstand das operante/instrumentelle Konditionieren.

## 2.3 Gestalttheorie: Kurt Lewin

## 2.4 Personologie: Henry Murray

## 2.5 Willenspsychologie: Narziss Ach