

Eva Schandro & Marcus Eckert (Hrsg.)

Autonomie und Selbstwirksamkeit verstehen und stärken

Merle Dworack, Lisa Gruenagel, Deborah Hofer,
Andrea Hofmann, Katharina Nülsen

BEITRÄGE AUS DER HOCHSCHULE



University of Applied Sciences

APOLLON
University Press

Alle Rechte vorbehalten © APOLLON University Press, Bremen

1. Auflage 2024

Herausgegeben vom Dekanat der APOLLON Hochschule der Gesundheitswirtschaft,
Fachbereich IV, Eva Schandro, Prof. Dr. Marcus Eckert

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urhebergesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverarbeitungen sowie Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Projektmanagement: Elisabeth Drimmel und Julia Geßelmann, Bremen

Lektorat: Elisabeth Drimmel und Julia Geßelmann, Bremen

Layout und Satz: Ilka Lange, Rees

Cover: Elisabeth Drimmel, Bremen

Coverfoto: © manit – stock.adobe.com

Korrektur: Ruven Karr, Saarbrücken

Printed in Germany: BoD – Books on Demand GmbH, Norderstedt

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen nationalbibliografie. Detaillierte Daten sind abrufbar unter: <http://dnb.d-nb.de>

Die verwendeten Personenbezeichnungen schließen ausdrücklich alle Geschlechtsidentitäten ein. Wir distanzieren uns ausdrücklich von jeglicher Diskriminierung hinsichtlich der geschlechtlichen Identität.

ISBN: 978-3-94-3001-89-1

www.apollon-hochschulverlag.de

Inhalt

Vorwort (Marcus Eckert, Eva Schandro)	9
Einleitung (Marcus Eckert, Eva Schandro)	13
1 Der Einfluss von wahrgenommener Herzlichkeit auf die Selbstwirksamkeit (Andrea Hofmann)	31
1.1 Die Verbindung des Rettungsdienstes mit psychologischen Konstrukten	34
1.1.1 Rettungsdienst	35
1.1.2 Selbstwirksamkeit	36
1.1.3 Soziale Wahrnehmung	38
1.1.4 Mögliche Zusammenhänge	39
1.2 Methodisches Vorgehen	41
1.2.1 Studiendesign und Ablauf der Untersuchung	41
1.2.2 Skala zur Erfassung der Selbstwirksamkeit im Rettungsdienst	43
1.2.3 Datenanalyse	43
1.3 Ergebnisse	44
1.3.1 Beschreibung der Stichprobe	44
1.3.2 Ergebnisse zur Selbstwirksamkeit	46
1.3.3 Ergebnisse zur empfundenen Schwierigkeit	46
1.4 Schlussbetrachtung	47
1.4.1 Interpretation der Ergebnisse	48
1.4.2 Handlungsempfehlungen und Fazit	50
2 Welchen Einfluss hat die Herzlichkeit von Lehrkräften? (Lisa Gruenagel)	57
2.1 Schule und schulische Belastungen	59
2.2 Selbstwirksamkeit	62
2.2.1 Das Konstrukt der Selbstwirksamkeit	62
2.2.2 Dimensionen der Selbstwirksamkeit	64
2.2.3 Einflussfaktoren auf die Selbstwirksamkeit	65
2.3 Soziale Wahrnehmung	68
2.4 Zusammenhang der Konstrukte	68

2.5	Befragung der Schülerinnen und Schüler im experimentellen Design	69
2.5.1	Methodik der Befragung	69
2.5.2	Befragungsergebnisse und Interpretation	71
2.6	Fazit und Handlungsempfehlungen	74
3	Hypnotherapeutische Ansätze im Problemlöseprozess von Führungskräften (Merle Dworack)	79
3.1	Problemlösen	82
3.1.1	Das Problemlöseverhalten von Führungskräften	83
3.1.2	Bewusstes und unbewusstes System	84
3.2	Die Theorie der somatischen Marker	85
3.2.1	Hintergrund	86
3.2.2	Messung der Hautleitfähigkeit	88
3.2.3	Emotionen im Entscheidungsprozess und der Zusammenhang zwischen somatischen Markern, Aufmerksamkeit und Arbeitsgedächtnis	90
3.2.4	Voraussetzung von Intuition	91
3.3	Hypnose	92
3.3.1	Emotionen und Kreativität	93
3.3.2	Ideomotorisches Signalisieren	94
3.4	Stand der Forschung	95
3.4.1	Kreativitätstests	97
3.4.2	Erkenntnis und Inkubation	97
3.4.3	Schlaf und REM	98
3.5	Ergebnisse der Literaturanalyse	99
3.6	Handlungsempfehlungen und Fazit	106
4	Emotionsregulationsprozesse im Kontext von Extraversion und Introversion (Deborah Hofer)	113
4.1	Die zweipolige Persönlichkeitsdimension Extraversion	116
4.2	Emotionsregulation und emotionale Kompetenzen	119
4.3	Emotionsregulationsprozesse im Kontext von Extraversion	123

4.4	Durchführung einer empirischen Studie zu Emotionsregulationsprozessen	125
4.5	Studienergebnisse und Diskussion	127
4.5.1	Zusammenhang von Extraversion und emotionalen Kompetenzen	128
4.5.2	Vermittelnde Effekte von Extraversion auf Modifikation und Akzeptanz	130
4.6	Fazit und Ausblick	131
5	Forensik in der Pflegeausbildung (Katharina Nülsen)	141
5.1	Ausbildungseinsatz in der Forensik	143
5.2	Ethik als Schwerpunkt der forensisch psychiatrischen Pflege	144
5.3	Curriculumsentwicklung der Berufsfachschule Pflege	148
5.4	Ausbildungsziele der Ethikkompetenzen	149
5.5	Entscheidungsbedingte Parameter bei der Unterrichtsplanung	151
5.6	Methodisches Vorgehen	152
5.7	Didaktische Empfehlungen zur Stärkung der Ethikkompetenzentwicklung	153
5.7.1	Aufgabe der Lehrenden	155
5.7.2	Fallarbeit durch Lernsituationen	156
5.7.3	Kleingruppenarbeit zu den ethischen Prinzipien	159
5.7.4	Szenisches Spiel zur Stärkung des ethisch reflektierten Handelns	162
5.8	Schlussbetrachtung	165
Anhang		171
	Autorinnen und Autoren	171
	Abkürzungsverzeichnis	173
	Rechtsquellenverzeichnis	173
	Abbildungsverzeichnis	174
	Tabellenverzeichnis	175
	Stichwortverzeichnis	176

Einleitung

MARCUS ECKERT; EVA SCHANDRO

Stellen Sie sich vor, Sie arbeiten mit künstlicher Intelligenz (KI), die Ihnen permanent die Kontrolle über den Prozess entzieht und alle Entscheidungen für Sie trifft. Viele Menschen würden sich unter solchen Bedingungen in ihrer Autonomie – einem wesentlichen menschlichen Grundbedürfnis (vgl. Legault, 2020, S. 3118) – eingeschränkt fühlen und zu psychologischem Widerstand (Reaktanz) neigen. So erging es auch 328 Freiwilligen, die an einem Versuch von Sankaran et al. (2021) teilnahmen. Sie zeigten durch die „Kontrollübernahme“ der KI deutlich geringere Autonomiewerte, dafür waren ihre Reaktanzwerte hoch. Stellte man ihnen jedoch Erklärungen zur Verfügung, die in die Navigation integriert waren und ihnen beantworteten, warum diese oder jene Empfehlungen durch das Programm gemacht wurden, stieg die wahrgenommene Autonomie und zugleich sank die Reaktanz (vgl. Sankaran et al., 2021, S. 5 ff.).

In vielen Bereichen unseres Arbeitslebens und unseres Miteinanders wird das Autonomieerleben beeinträchtigt. Zugleich hat die wahrgenommene Autonomie einen Einfluss darauf, wie selbstwirksam wir uns fühlen (vgl. Saragih, 2015, S. 212; Siddiqui, 2015, S. 5; Stajkovic/Luthans, 1998, S. 240). Selbstwirksamkeitserwartung ist ein relevanter Prädiktor für vielfältige Outcomes wie Lebenszufriedenheit, Wohlbefinden, Gesundheit und Job-Performanz (vgl. Sheeran et al., 2016, S. 1178). Die oben genannte Studie von Sankaran et al. (2021) zeigt, mit welchen einfachen Mitteln die Wahrnehmung von Autonomieerleben beeinflusst werden kann.

Die in diesem Thesiband vorliegenden Beiträge beschreiben unterschiedliche Aspekte der Selbstwirksamkeit und Autonomie und zeigen unterschiedliche Möglichkeiten auf, diese Variablen niederschwellig zu beeinflussen. Weiterhin lassen sich die Inhalte der Beiträge mit emotionalen Prozessen und automatischen Verarbeitungsvorgängen in Verbindung bringen. In dieser Einleitung sollen die Beiträge kurz zusammengefasst und in einen Zusammenhang gestellt werden. Dabei werden weitere wissenschaftliche Erkenntnisse eingebracht und diskutiert. Ziel ist es, den

roten Faden durch die einzelnen Beiträge hervorzuheben und sie durch weiterführende Informationen zu rahmen.

Das Zusammenspiel von Selbstwirksamkeit und Autonomie spielt in emotionalen Prozessen und bei automatischen Verarbeitungsvorgängen eine wesentliche Rolle (vgl. Schunk/DiBenedetto, 2020; Dwyer/Cummings, 2001). Beispielsweise hat Autonomie einen erheblichen Einfluss auf das Wohlergehen (vgl. Fang et al., 2022, S. 484). Dieses wird auch von der empfundenen Selbstwirksamkeit beeinflusst. Cheever und Hardin (1999) befragten in einer Studie traumatisierte Jugendliche zu ihrer mentalen Gesundheit. Ergebnisse zeigten, dass Jugendliche, die unter einem traumatischen Erlebnis litten, gleichzeitig aber eine hohe Selbstwirksamkeit aufzeigten, signifikant höhere Gesundheitswerte erzielten als Jugendliche, welche eine niedrigere Selbstwirksamkeit hatten. Dieses Ergebnis lässt darauf schließen, dass sich Selbstwirksamkeit auf die Gesundheit auswirkt und sogar traumatische Ereignisse in ihrer individuellen Bedeutung verändern kann.

Des Weiteren legen andere Studien nahe, dass der Grad der Selbstwirksamkeit nicht nur bei Traumatisierungen in der klinischen Psychologie von Bedeutung ist (vgl. Luszczynska, 2005). In einer weiteren Studie (vgl. Appel/Hahn, 1997) wurde festgestellt, dass sich Selbstwirksamkeit auf die psychosomatischen Symptome bei Krebspatienten/-patientinnen auswirkt. Hier wurde ein Zusammenhang zwischen Selbstwirksamkeit und depressiven Symptomen, Fatigue und emotionalen sowie kognitiven Funktionen festgestellt: Eine höhere Selbstwirksamkeit ging mit weniger depressiven Symptomen, einer niedrigeren Ausprägung von Fatigue und besseren emotionalen und kognitiven Funktionen einher.

Emotionale Funktionen spielten auch in einer Studie von Buric und Moè (2019) eine Rolle. Die Forscher näherten sich darin dem Zusammenhang zwischen emotionalem Affekt und Enthusiasmus an und stellten fest, dass ein positiver Affekt die Selbstwirksamkeit erhöht, welche sich wiederum positiv auf den Enthusiasmus von Lehrkräften auswirkt. Letztendlich ist der Enthusiasmus grundlegend für einen erfolgreichen und effektiven Unterricht (vgl. Keller et al., 2016). Diese Studie liefert eine Aufschlüsselung der Zusammenhänge zwischen emotionalem Erleben (positiver

Affekt), Selbstwirksamkeit und dem Enthusiasmus bei Lehrenden. Was für Zusammenhänge zwischen emotionalem Erleben und empfundener Selbstwirksamkeit bei Rettungssanitätern/-sanitäterinnen bestehen, untersuchte *Andrea Hofmann* in ihrer Studie. Diese befasste sich mit der hoch stressauslösenden Arbeit eines Rettungsdienstes im Zusammenhang mit der Imagination eines bzw. einer warmherzigen Kollegen/Kollegin. Dazu zog sie das Konzept der Selbstwirksamkeit heran, welches zum Wohlbefinden und zur Leistungsfähigkeit beiträgt (vgl. Milam et al., 2019; Stajkovic/Luthans, 1998). Die Autorin analysierte in einem Experiment den Einfluss von wahrgenommener Warmherzigkeit auf die eigene Selbstwirksamkeit von Rettungssanitätern/-sanitäterinnen. Die Ergebnisse der Studie zeigten auf, dass ein/-e als warmherzig wahrgenommene/-r Kollege/Kollegin die Selbstwirksamkeit der Teampartner/-innen während eines Einsatzes signifikant steigern konnte. Weiterhin wurde festgestellt, dass die empfundene Schwierigkeit des Einsatzes signifikant mit der Imagination eines warmherzigen Kollegen bzw. einer warmherzigen Kollegin sank. Im Vergleich dazu blieb die Schwierigkeit des Einsatzes auf einem Level, wenn sich die Probanden/Probandinnen eine/-n nicht warmherzige/-n Kollegen/Kollegin vorstellten.

An den Ergebnissen dieser Studie wird erkennbar, dass emotionale Prozesse – wie hier das Empfinden von Warmherzigkeit – die Selbstwirksamkeit beeinflussen und auch stärken können. Dies deutet erneut darauf hin, dass Emotionen mit Selbstwirksamkeit verknüpft sind und diese sogar bedingen. Im Lichte der Broaden-and-Build-Theorie von Fredrickson (2001) erscheinen diese Befunde und deren Interpretation schlüssig. Die in der positiven Psychologie verortete Theorie nimmt an, dass emotional positives Erleben den mentalen Fokus und damit die Möglichkeiten einer Person erweitert (*broaden*), sodass dadurch Ressourcenaufbau und -aktivierungsprozesse (*build*) initiiert werden (vgl. Fredrickson, 2001, S. 218). Warmherzigkeit von Kolleginnen und Kollegen erweitert möglicherweise den Blick einer Person insofern, als diese die eigenen Ressourcen und in diesem Sinne auch die Selbstwirksamkeit fokussiert, die zu weiteren positiven bzw. selbstwirksamkeitsfördernden Erfahrungen führen. Diese gewonnenen positiven Emotionen können des Weiteren die mentale Gesund-

heit fördern (vgl. Tugade/Fredrickson, 2000). Tugade und Fredrickson (2000) stellten ergänzend dazu fest, dass sich die positiven Emotionen auf die Resilienz auswirken. Resiliente Probanden/Probandinnen kehrten in ihrer Studie schneller zu ihrem Grundlevel der kardiovaskulären Aktivität zurück als Probanden/Probandinnen, die weniger Resilienz aufwiesen. Diese Korrelation wurde zudem vom positiven emotionalen Erleben mediiert. Ganz ähnliche Ergebnisse erzielte *Lisa Gruenagel* in ihrem Beitrag. Sie fokussierte in ihrer Untersuchung Schüler/-innen, deren empfundene Selbstwirksamkeit sich vergrößerte, wenn sie sich eine warmherzige Lehrkraft vorstellten. Damit steht dieses Ergebnis in einer Reihe mit den Ergebnissen von Hofmann. Auch hier hat die erhöhte empfundene Selbstwirksamkeit unterschiedliche Auswirkungen. Dies eröffnet die Möglichkeit besserer Lernerfolge, ausgelöst durch eine höhere Motivation zum Lernen. Dies lässt sich beispielsweise mit der Selbstwirksamkeitstheorie von Bandura (1977) erklären. Darin definiert er die Selbstwirksamkeit als entscheidenden Faktor, der die Motivation beeinflusst: Wenn Menschen glauben, eine Aufgabe erfolgreich meistern zu können, steigert das wiederum auch ihre Motivation, die entsprechende Aufgabe zu erledigen. Doch nicht nur die Selbstwirksamkeit, sondern auch die Warmherzigkeit könnte den schulischen Erfolg von Schülerinnen und Schülern steigern. Warmherzigkeit führt zu einem positiven Affekt, der wiederum die Fokussierung auf Ressourcen stärken kann (vgl. Fredrickson, 2001). Niemiec und Lachowicz-Tabaczek (2015) stellten im Einklang damit fest, dass positiv gestimmte Probandinnen mit einer hoch empfundenen Selbstwirksamkeit erfolgreich Aufgaben absolvierten. Dies wirkte sich zudem stimmungsbestärkend aus.

Die Selbstwirksamkeit ist im Rahmen der Motivation eng an das Konzept der Autonomie geknüpft, denn das Autonomieerleben liegt der erlebten Selbstwirksamkeit zugrunde (vgl. Krapp/Ryan, 2002, S. 75). Wird die Autonomie spürbar eingeschränkt, entfällt das Selbst als Urheber selbstbestimmter Handlungen. Entsprechend wird der Erfolg der eigenen Handlungen mit großer Wahrscheinlichkeit als Ergebnis der Anweisungen, denen man folgt, interpretiert und nicht auf eigene Fähigkeiten und selbstinitiierte Handlungen zurückgeführt. Es ist wichtig zu berücksichtigen, dass dieser Zusammenhang auf der subjektiven Interpretation des

„Eigenanteils“ am Erfolg beruht. Van Mierlo et al. (2006) fanden heraus, dass insbesondere das Ausmaß sozialer Unterstützung im Team den Zusammenhang von Autonomie und Selbstwirksamkeit sowie den Zusammenhang zwischen Teamautonomie und individuell erlebter Autonomie beeinflusst (vgl. Mierlo et al., 2006, S. 290 f.).

Sowohl Autonomieerleben als auch Selbstwirksamkeit können wiederum abhängig von anderen Faktoren wie beispielsweise Persönlichkeitsmerkmalen sein. Der Psychoanalytiker C. G. Jung postulierte erstmals eine Unterscheidung zwischen Extraversion und Introversion (1921). Diese Konzepte wurden später von verschiedenen Psychologen wieder aufgegriffen und finden sich in dem heute aktuellen Standardmodell der Persönlichkeitsaufschlüsselung „Big Five“. Hier verankert sind neben Extraversion die Merkmale Neurotizismus, Offenheit für Erfahrungen, Gewissenhaftigkeit und Verträglichkeit (vgl. Barlett/Anderson, 2012; Hayes/Joseph, 2003; Zillig et al., 2002).

Viele Studien haben sich diesen Persönlichkeitsmerkmalen angenähert oder verwendeten sie. Sahin und Cetin (2016) schauten sich beispielsweise Persönlichkeitsmerkmale in Zusammenhang mit der erlebten Selbstwirksamkeit an. Die Forscher entdeckten einen Mediationseffekt von Selbstwirksamkeit auf die Korrelation zwischen Extraversion und den Umgang mit Stress. Demzufolge wird die Beziehung zwischen Extraversion und dem Umgang mit Stress durch Selbstwirksamkeit bedingt: Extraversion wirkt sich zuerst auf Selbstwirksamkeit aus, welche dann Auswirkungen auf den Umgang mit Stress hat (vgl. Sahin/Cetin, 2016, S. 41).

Carver und Connor-Smith (2009) legen zudem nahe, dass auch erlebter Stress von Persönlichkeitscharakteristiken beeinflusst werden kann. Die Autorinnen und Autoren beschreiben in einer Metaanalyse, dass sich Extraversion auf Coping-Strategien auswirkt. Von extravertierten Menschen wird vor allem die Engagement-Coping-Strategie verwendet, welche eine aktive Auseinandersetzung mit Stressoren beschreibt. Hier werden die entstandenen Stressoren bewusst betrachtet und analysiert. Weiterhin beinhaltet diese Coping-Strategie Elemente des problem- und emotionsorientierten Copings (vgl. Carver/Connor-Smith, 2009, S. 3). Diese zwei

Coping-Strategien bilden zwei Säulen im Stressmodell von Lazarus (vgl. Lazarus/Folkman, 1984, S. 141 ff.).

Coping beschreibt den Umgang mit einer psychisch belastenden Situation und deren damit einhergehende Bewältigung. Beim emotionsfokussierten Coping handelt es sich um die Verarbeitung des körperlichen Erregungszustands, während beim problemorientierten Coping die auslösende Situation genauer analysiert und eventuell beseitigt wird. Während in dieser Art des Copings der Reiz rational betrachtet wird, spielt im emotionsfokussierten Coping die Emotionsregulation die entscheidende Rolle (Folkman/ Lazarus, 1988; S. 466).

Was aber ist Emotionsregulation überhaupt? Emotionsregulation beschreibt kognitive und verhaltensorientierte Prozesse, mit deren Hilfe negative Emotionen verarbeitet und bewältigt werden. Dabei wird versucht, Einfluss auf die Dauer, die Intensität, den Zeitpunkt und den Ausdruck der Emotion Einfluss zu nehmen (vgl. Gross/Thompson, 2007). Die Autoren betonen, dass diese Faktoren in verschiedene Richtungen gelenkt werden können.

Auch *Deborah Hofer* beschäftigte sich mit der Emotionsregulation und untersuchte, inwieweit diese mit den Persönlichkeitsmerkmalen Introversion und Extraversion zusammenhängt. Sie schaute sich dabei an, wie sich diese Charakteristiken auf die Akzeptanz und Modifikation von Emotionen auswirken. Dafür nutzte sie das Modell emotionaler Kompetenzen von Berking und Znoj (2008), welches u. a. neun emotionale Teilkompetenzen postuliert: (1) Aufmerksamkeit für Emotionen, (2) Körperwahrnehmung der Emotionen, (3) Klarheit darüber, welche Emotionen man aktuell erlebt, (4) Verständnis von Emotionen, (5) emotionale Selbstunterstützung, (6) Modifikation aversiver Emotionen, (7) Akzeptanz und (8) Toleranz von aversiven Emotionen und (9) Konfrontationsbereitschaft mit aversiven Emotionen. Entscheidend im Modell von Berking und Znoj (2008) ist die Dialektik zwischen dem Akzeptieren/Tolerieren aversiverer Emotionen und deren willentlicher Regulation (Modifikation). Dem Annehmen bzw. Akzeptieren kommt eine entscheidende Rolle zu, denn eine Nichtakzeptanz nichtveränderbarer Emotionen verstärkt das aversive Erleben in Dauer und Intensität, indem zusätzliche aversive Sekundäremotionen

die Regulation der Primäremotionen beeinträchtigen (vgl. Berking/Znoj, 2008, S. 143). Das bedeutet, dass Personen, die beispielsweise Angst erleben (Primäremotion), dies aber nicht akzeptieren können, allein durch das Nichtakzeptieren eine weitere negative Emotion erleben können (z. B. Ärger oder Scham über die Angst). Diese Emotion über eine Emotion wird als Sekundäremotion bezeichnet (vgl. Greenberg/Paivio, 1997, S. 205). Diese Sekundäremotionen erschweren vielfach die Regulation der ursprünglichen Emotionen. Daher sind das Akzeptieren und Tolerieren aversiver Emotionen wesentliche emotionale Teilkompetenzen, deren hohe Ausprägung ein Schutzfaktor vor psychischen Erkrankungen ist (vgl. Visted et al., 2018, S. 4 f.).

In ihrem Beitrag stellt Hofer anhand einer quantitativen Analyse Zusammenhänge zwischen Introversion und Extraversion und deren emotionalen Kompetenzen her. Die Ergebnisse ihrer Studie bestätigen und erweitern den aktuellen Forschungsstand: Es werden signifikante Effekte von Extraversion auf Körperwahrnehmung, Klarheit und Verständnis belegt. Weiterhin wird gezeigt, dass der direkte Effekt von Extraversion auf Modifikation positiv ist, wohingegen der direkte Effekt von diesem Persönlichkeitsmerkmal auf Akzeptanz negativ ist. Dies ist erklärungsbedürftig, da die Teilkompetenz „aversive Emotionen“ zu akzeptieren mit einer höheren mentalen Gesundheit einhergeht, aber auch Extraversion in einem positiven Zusammenhang zu mentaler Gesundheit und Wohlbefinden steht (vgl. Gale et al., 2018; S. 687). Sehr wahrscheinlich ist es, dass Personen, bei denen Extraversion hoch ausgeprägt ist, kompensatorische Strategien haben, beispielsweise also flexibler emotional belastende Ereignisse umdeuten können. Des Weiteren wurden im Beitrag von Hofer explizite emotionale Kompetenzen erfasst. Es ist gut möglich, dass Personen mit hohen Extraversionswerten implizit eine höhere Toleranz für aversive Emotionen haben, diese implizit auch besser akzeptieren können (z. B. indem sie gelassener reagieren), explizit jedoch angeben, diese weniger zu akzeptieren.

Außerdem wurde festgestellt, dass die emotionale Teilkompetenz „Klarheit“ den stärksten Effekt von Extraversion auf Akzeptanz und Modifikation aufweist. Dabei mediiert die Klarheit den Einfluss von Extraversion auf Akzeptanz und Modifikation. Das bedeutet, dass sich Personen

mit hoher Extraversion i. d. R. in einem hohen Maße darüber im Klaren sind, was sie fühlen. Auf dieser Grundlage sind sie erst in der Lage, aversive Emotionen zu akzeptieren und diese auch gezielt zu verändern.

Letztendlich wird festgestellt, dass die vier emotionalen Kompetenzen Aufmerksamkeit, Körperwahrnehmung, Klarheit und Verständnis eine ähnliche Rolle für den Einfluss von Extraversion auf die Akzeptanz und Modifikation von aversiven Emotionen spielen, wobei insbesondere Klarheit und Verständnis einen entscheidenden Effekt haben.

Das Herzstück der Analyse bildet eine Mediationsanalyse, die zeigt, dass der Einfluss von Extraversion auf Modifikation und Akzeptanz von den emotionalen Kompetenzen Aufmerksamkeit, Körperwahrnehmung, Klarheit und Verständnis mediiert wird. Diese Befunde sind im Einklang mit dem postulierten Modell von Berking und Znoj (2008, S. 142). Sie besagen, dass Personen mit hohen Extraversionsausprägungen nur dann aversive Emotionen akzeptieren oder regulieren können, wenn sie diesen zunächst Aufmerksamkeit widmen, sie körperlich wahrnehmen, ihnen klar ist, was sie spüren und sie auch verstehen, warum sie diese Emotionen in den entsprechenden Situationen erleben. Während Aufmerksamkeit und Körperempfinden eher die Wahrnehmungsprozesse betrifft, zielen Klarheit und Verständnis darauf ab, dass die Personen ein explizites Konzept der Emotionen besitzen und damit „Stellschrauben“ zu deren Veränderung nutzen können (vgl. Berking/Znoj, 2008, S. 143).

Hofer greift den Themenkomplex Emotionen auf und macht deutlich, dass dieser einen wesentlichen motivationalen Bestandteil der menschlichen Psyche darstellt. Dabei bringt sie die emotionalen Vorgänge in Verbindung mit Extraversion und Introversion, die beide durch die Lebensspanne hindurch flexibel und nicht festgesetzt sind. Zwar gelten Persönlichkeitsmerkmale als relativ stabil über die Lebenszeit, dennoch lassen sich auch Veränderungen hin zu dem mittleren Bereich ihrer Ausprägung feststellen, die mit dem Alter deutlich werden. Gleichzeitig ist die Persönlichkeit auch äußeren Faktoren ausgesetzt und ihre Ausprägungen können sich, je nach Situation, verändern. Nicht selten kann eine Begegnung mit bedeutsamen, lebensverändernden Situationen auch die Persönlichkeit verändern.

Auch können emotionale Prozesse ständiger situationaler Veränderung unterliegen. Es handelt sich bei diesen Kompetenzen nicht um konstante Attribute, die entweder vorhanden oder nicht vorhanden sind. Vielmehr sind diese Kompetenzen in die eine oder andere Richtung veränderbar. Das bedeutet, dass diese Kompetenzen trainiert werden können, sich aber beispielsweise auch durch Veränderungen der Umwelt einschränken können.

Weiterhin können die emotionalen Kompetenzen auch durch psychotherapeutische Verfahren gestärkt werden. Werden die Kompetenzen z. B. durch eine gravierende (intrapyschische) Veränderung verringert, so hätte das auch Auswirkungen auf die Ergebnisse der Studie.

Richten wir den Blick wieder auf das Erleben von Selbstwirksamkeit und Autonomie: Beide Konstrukte sind vor allem in ihrer subjektiven Zuschreibung wirksam. So können zwei Personen dieselben Bedingungen hinsichtlich der erfahrenen Autonomie sehr unterschiedlich erleben. Während Person A beispielsweise v. a. Aspekte einer Situation wahrnimmt, die einschränkend sind, und diese als „unerträglich“ interpretiert, kann Person B ihre Wahrnehmung auf bestimmte Aspekte der Situation lenken, indem sie Autonomie erlebt und hierfür beispielweise Dankbarkeit spürt. Die unterschiedlichen Interpretationen hängen sehr eng mit der Emotionsregulation einer Person zusammen. Ajmal, Amin und Bajwa (2016) konnten darüber hinaus zeigen, dass Persönlichkeitseigenschaften wie Extraversion beispielsweise einen positiven Zusammenhang mit der Tendenz zur Dankbarkeit aufweisen. Es liegt nahe, dass die hier skizzierten Emotionsregulationsprozesse eine wesentliche Rolle spielen und somit ebenfalls das wahrgenommene Ausmaß an Selbstwirksamkeit und Autonomie beeinflussen.

In der Studie von *Andrea Hofmann* wird das Konzept der Selbstwirksamkeit auch aus einer emotionalen Perspektive beleuchtet. Damit ist sie im Einklang mit weiterer Forschung, die sich mit der Beziehung zwischen Emotionen und mentaler Verarbeitung auseinandersetzt. Dabei wird häufig beschrieben, dass Emotionen entscheidende Auswirkungen auf rationale Entscheidungen haben und diese Vorgänge untrennbar miteinander verknüpft sind.

Der Betrachtung rationaler und irrationaler Entscheidungen hat sich vor allem Daniel Kahneman in seinen Arbeiten angenähert. In seinem Buch „Langsames Denken, schnelles Denken“ (2011) sind u. a. Verbildlichungen der wissenschaftlichen Forschungen Kahnemans enthalten, in denen er die Schwächen der menschlichen Denkprozesse analysiert. Dafür erarbeitete er die Theorie von System 1 und System 2, die, je nach verfügbarer mentaler Kapazität, für mentale Prozesse verwendet wird. In System 1 werden dabei schnelle Entscheidungen verarbeitet, in System 2 langsame. Während durch die langsame Verarbeitung in System 2 rationale und logische Prozesse von Bedeutung sind, spielen in der Verarbeitung in System 1 eher emotionale, assoziative Prozesse eine Rolle. Diese sind in vielen Fällen brauchbare Heuristiken. Da sie jedoch einer genauen Analyse entbehren, wirken sie in einigen Situationen eher irrational. Das Vorhandensein und die Aufgabenverteilung dieser zwei unterschiedlichen Systeme weisen auf den Mechanismus hinter Gedankenverzerrungen hin: Da die meisten Menschen schnelle Entscheidungen bevorzugen, neigen sie zu der unbewussten Verarbeitung und damit zum Gebrauch von System 1, welches wiederum zu emotionalen Entscheidungen führt. Damit festigt Kahneman die Annahme, dass Entscheidungen und Denkprozesse von Emotionen (mit-) bestimmt werden (vgl. Kahneman, 2003, S. 1450 ff.).

Hanna und Antonio Damasio haben durch ihre Arbeit als Neurologin/Neurologe die Bewusstseinsforschung geprägt. Sie beschrieben in einer bahnbrechenden Arbeit den Fall des Bahnarbeiters Phineas Gage, der aufgrund eines Unfalls Läsionen am linken präfrontalen Kortex erlitt. Große Teile des präfrontalen Kortex blieben unverletzt. Aber mit großer Wahrscheinlichkeit wurden genau die Stellen verletzt, an denen der Informationsaustausch zwischen dem limbischen System und dem präfrontalen Kortex stattfindet. Eine genauere Analyse war nicht möglich, da Gage bereits 1861 starb und erst nach seiner Exhumierung von den Damasios untersucht wurde. Obwohl berichtet wird, dass Gage seine kognitiven, sensorischen und motorischen Fähigkeiten weitgehend behielt, waren seine Emotionen und seine Entscheidungsfähigkeit nach dem Eingriff eingeschränkt. Dieser Fall bildete die Grundlage der Theorie der somatischen Marker. Nach dieser Theorie sind Emotionen fester Bestandteil des Kör-

pers (engl.: Embodiment) und beeinflussen durch das Embodiment die zu treffenden Entscheidungen. Zudem sind die im Leben gemachten Erfahrungen in einem emotionalen Erfahrungsgedächtnis gespeichert. Wenn sich dieses emotionale Erfahrungsgedächtnis nun mitteilen möchte, passiert dies über körperliches Erleben (= somatische Marker).

Merle Dworack greift diese Theorie in ihrem Beitrag auf und bringt sie in die Analyse der Auswirkungen von Tranceerleben auf die Entscheidungsfähigkeit von Führungskräften ein. In einer Mixed-Method-Studie verbindet die Autorin eine Literaturanalyse mit einem Experiment. In dem Experiment wurde eine Gruppe von drei Teilnehmenden gebeten, an einem 90-minütigen Trancetanz teilzunehmen und danach Fragen zu somatischen Markern und zur Problemlösefähigkeit zu beantworten. Die Ergebnisse zeigen, dass unbewusste Prozesse, die durch einen Trancezustand ausgelöst werden können, beim Problemlösen aktiv sind. Des Weiteren zeigen die Ergebnisse, dass sich hypnotische Verfahren direkt auf die Arbeitsgedächtnisleistung auswirken. Zudem verbessert sich die kognitive Kontrolle durch Hypnose.

Diese Ergebnisse ähneln denen anderer Studien: Riskind und Gotay (1982) erforschten, wie die Körperhaltung motivationales Verhalten beeinflusst. Wenn von den Probandinnen und Probanden verlangt wurde, eine eingefallene Haltung einzunehmen, während sie ein eigentlich unlösbares Puzzle lösten, war die Wahrscheinlichkeit höher, dass sie schneller aufgaben. Die anderen Teilnehmenden, welche eine aufgerichtete Haltung annehmen sollten, waren in der nachfolgenden Aufgabe persistenter (vgl. Riskind/Gotay, 1982, S. 273).

Durch Forschungen wie diese wurde in den letzten Jahren der oben erwähnte Begriff „Embodiment“ beschrieben und erklärt. Embodiment wird im Deutschen mit „Verkörperung“ übersetzt und bildet den Überbegriff für die Interaktion zwischen Körper und Psyche, die untrennbar miteinander verknüpft sind. Die Embodiment-Perspektive basiert auf der Annahme, dass Wissen „verkörperlicht“ (engl.: embodied) ist und in körperlichen Befindlichkeiten und Zuständen ruht (vgl. Storch/Weber, 2018). Ferner besagt diese Perspektive, dass physische Körperpositionen und Bewegungen die Kognitionen und Entscheidungen der Menschen

verändern können (vgl. Storch/Weber, 2018, S. 126). Das Embodiment-Paradigma weist viele Anknüpfungspunkte zu Dworacks Studie auf. Zum einen beschreibt Connors (2018), dass sich physische Aktivitäten auf Entscheidungsfindungsprozesse auswirken. Auch Lepora und Pezzulo gehen davon aus, dass der aktive Körper einen wesentlichen Bestandteil der Entscheidungsfindung darstellt. Folgendes Zitat unterstreicht die Relevanz des Körpers in kognitiven Prozessen:

“The central statement of embodied choice is the existence of bidirectional influences between action and decisions. This implies that the action dynamics and its constraints (e. g., current trajectory and kinematics) influence the decision making process.” (Lepora/Pezzulo, 2015, S. 1)

Lepora und Pezzulo (2015) stellten ein Modell auf, welches die Verflechtung von Aktion und Entscheidung abbildet. Dieses sogenannte „Embodied choice model“ geht davon aus, dass Aktion und Entscheidung in einer Schleife ablaufen. In dieser Schleife bedingt die Aktion die Entscheidungsfindung durch ihren Einfluss auf die sensorische Wahrnehmung, welche sich wiederum auf die gefällten Entscheidungen auswirkt.

Bessel van der Kolk beschreibt in seinem Buch „The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma“ (2014) sehr anschaulich die Erkenntnisse jahrzehntelanger psychiatrischer Arbeit. Ursprünglich geprägt von der Behandlung von Kriegsveteranen, erkennt van der Kolk einen Zusammenhang zwischen traumatischen Erlebnissen und der anschließenden Veränderung des körperlichen Zustands. Der traumatisierte Körper wird vor allem bei wiederkehrenden Flashbacks aktiviert, während das rationale Denken deaktiviert wird. Anhand zusammenwirkender körperlicher Funktionen (z. B. Sympathikus und Parasympathikus) erklärt er die Speicherung der seelischen Erfahrungen im Körper. Damit ergibt sich ein erweitertes Bild von der bidirektionalen Kommunikation zwischen Körper und Geist.

Der nicht dualistische Ansatz zu Körper und Geist wird in den vergangenen Jahren immer mehr im wissenschaftlichen Diskurs vertieft. Das Konzept des Embodiment wird in verschiedenen humanwissenschaftlichen Disziplinen aufgenommen und innerhalb unterschiedlicher Studien beschrieben. Hervey (2007) setzte sich mit dem Embodiment und seiner

Verbindung zur Ethik auseinander. Die Autorin analysiert, inwiefern ethische Entscheidungen im Embodiment wiedergefunden werden können und wie sich das Embodiment auf die ethische Entscheidungsfindung auswirkt. Dieser spannende Ansatz gründet u. a. auf den Annahmen des Soziologen Arthur Frank (1990), der davon ausgeht, dass sich ethische Entscheidungen immer auf einen eigenen Körper des „Ich“ und einen anderen Körper des „Du“ beziehen, weil sie durch einen Körper gefällt werden und der Körper somit die kommunizierte Mitteilung konstituiert.

Um die Implikationen und die Wirkung von Autonomie zu verstehen, lohnt sich ein Blick in Bereiche, in denen die Autonomie sehr stark eingeschränkt ist. *Katharina Nülsen* nimmt uns in diesem Band mit in den Maßregelvollzug und beschäftigt sich in ihrem Beitrag mit den ethischen Besonderheiten der Pflegeausbildung im Maßregelvollzug. Hierzu analysierte die Autorin in einer Literaturanalyse und in weiteren Experteninterviews das Curriculum der Pflegeausbildung. Die Ergebnisse der Arbeit deuten darauf hin, dass die Auszubildenden in der Forensik zum einen für die Besserung der Patientinnen, zum anderen aber auch für ihre Sicherstellung verantwortlich sind. Da die Patientinnen auf einer forensischen Station zwangsweise dort untergebracht sind, wird ihnen die Möglichkeit, ihren Therapieverlauf selbstständig mitzugestalten, entzogen. Die Selbstbestimmung der Patientinnen trotz ihrer Zwangsunterbringung zu wahren und ihnen wertschätzend zu begegnen, erfordert hingegen ein ethisches Handeln und nötige Voraussetzungen im Curriculum der Pflegeausbildung. Die zu vermittelnden Kenntnisse sind dabei als langfristiger Prozess zu begreifen, in dem vielfältige Erfahrungen gesammelt werden können.

Nülsen steht mit ihrem Beitrag dabei im Einklang mit weiterer Literatur, die sich mit der Arbeit in forensischen Unterbringungen beschäftigt. Walterscheid und Bowen (2011) geben an, dass diese Arbeit besonders viele Kompetenzen, Verständnis und Fertigkeiten benötigt.

Weiterhin berührt Nülsen die ethische Entscheidungsfindung – ein vielseitig diskutiertes Thema in der Literatur (vgl. z. B. Craft, 2013; Mattison, 2000; Schwartz, 2016). Dabei sind besonders Emotionen innerhalb dieser Form der Entscheidungsfindung betrachtungswürdig, denn wie zuvor beschrieben, kann das Erleben unterschiedlicher Emotionen Einfluss auf

die kognitiven Prozesse, die dem Entscheiden zugrunde liegen, haben (vgl. Kahneman, 2011). Die ethische Entscheidungsfindung ist demgegenüber ein komplexerer Prozess, bei dem viele relevante Aspekte miteinbezogen werden sollten.

Ward und Willis (2010) beschreiben entscheidende Wegweiser für ethische Entscheidungsfindungen und legen einen ethischen Kodex nahe, der von Professionellen im forensischen Bereich beachtet werden sollte. Dabei weisen die Autorinnen darauf hin, dass der Wert aller Personen nicht gefährdet werden darf. Für diesen Zweck sei es notwendig, wohlütig und gerecht zu handeln und auch die Autonomie involvierter Personen zu schützen.

Daraus ergibt sich, dass sowohl Emotionen als auch die Autonomie eine tragende Rolle in einem ethischen Umgang mit Patientinnen und Patienten im Maßregelvollzug haben, die genauso wie die im Beitrag von Nülsen genannten Punkte einen Platz im Curriculum der Pflegekräfte finden sollten. Dabei ist es unabdingbar, die Funktionen von Emotionen und Autonomie zu kennen und diese auf den forensischen Kontext anwenden zu können. Auch Selbstwirksamkeit ist ein Grundpfeiler ethischer Fragestellungen. Stenmark et al. (2021; S. 301) fanden heraus, dass sich unterschiedliche Level der empfundenen Selbstwirksamkeit auf die Wahrnehmung von ethischen Problemen auswirken. Einen weiteren spannenden Aspekt erörtert die Studie von Moller, Deci und Ryan (2006). Sie untersuchten, inwieweit sich die Einschränkung der Autonomie auf die Willenskraft auswirkt. Die dahinterstehende Annahme ist, dass die menschliche Willenskraft eine limitierte Ressource ist: Wer mental „ausgepowert“ ist, ist zu weniger Willensanstrengung und Selbststeuerung in der Lage – der Fachbegriff für mental „ausgepowert“ ist „Ego Depletion“ (vgl. Baumeister et al., 2000). Moller und Kollegen fanden heraus, dass Personen, die eine freie Wahl haben, deutlich besser in der Lage sind, sich willentlich selbst zu steuern, als wenn sie keine Wahl haben. Suggestiert man Personen, sie hätten eine Wahl, obwohl sie spürbar keine haben, beeinträchtigt dies noch stärker die willentliche Selbststeuerung als keine Wahl zu haben. In diesem Sinn spricht vieles dafür – aus ethischen und aus pragmatischen

Überlegungen –, Personen, die keine Wahl haben, nicht zu suggerieren, sie hätten eine Wahl.

Zusammenfassend lassen sich deutliche Zusammenhänge zwischen den Beiträgen der Autorinnen feststellen. Sie leisten einen Beitrag zu relevanten Konzepten, die einer differenzierten, wissenschaftlichen Analyse unterliegen. Die Autorinnen helfen dabei, diese Konzepte durch neue Perspektiven weiterzuentwickeln.

In dieser Einleitung wurden Studien und Bücher vorgestellt, die die nachfolgenden Beiträge rahmen. Die hier beschriebene Literatur hat weitgehend eine enorme Resonanz im wissenschaftlichen Diskurs erfahren. Es wurden außerdem weitere Forschungsimpulse eingebracht, die für die zukünftige Forschung genutzt werden können.

Prof. Dr. Marcus Eckert
Dekan Psychologie und Pädagogik

Eva Schandro
Wissenschaftliche Mitarbeiterin, Fachbereich Psychologie und Pädagogik

Literatur

- Ajmal, A./Amin, R./Bajwa, R. S. (2016). *Personality traits as predictors of forgiveness and gratitude*. Pakistan Journal of Life and Social Sciences, 14 (2), S. 91–95.
- Appel, E./Hahn, A. (1997). *Krankheitsbewältigung bei Krebspatienten: Zur Bedeutung sozialer und personaler Ressourcen*. Zeitschrift für Gesundheitspsychologie, 5 (2), S. 109–129.
- Bandura, A. (1977). *Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change*. Psychological Review, 84 (2), S. 191–215.
- Baumeister, R. F./Muraven, M./Tice, D. M. (2000). *Ego depletion: A resource model of volition, self-regulation, and controlled processing*. Social cognition, 18 (2), S. 130–150.
- Berking, M./Znoj, H. (2008). *Entwicklung und Validierung eines Fragebogens zur standardisierten Selbsteinschätzung emotionaler Kompetenzen (SEK-27)*. Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie, 56 (2), S. 141–153.
- Burić, I./Moe, A. (2020). *What makes teachers enthusiastic: The interplay of positive affect, self-efficacy and job satisfaction*. Teaching and teacher education, 89, S. 103008.
- Carver, C. S. (2013). *Coping*. In: Gellman, M. D./Turner, R. J. (Hrsg.): Encyclopedia of Behavioral Medicine. New York: Springer, S. 496–500.