



 **Universität Trier**

Universität Trier  
Fachbereich I – Psychologie  
Abteilung Entwicklungspsychologie

**Zusammenhänge des interozeptiven Bewusstseins  
mit Leistungsmotivkongruenz,  
Neurotizismus & Offenheit**

Masterarbeit  
zur Erlangung des Grades eines  
Master of Science

vorgelegt von  
Jana Nuyken  
Robert-Schuman-Allee 20, Apartment 23  
54296 Trier  
Email: [s1januyk@uni-trier.de](mailto:s1januyk@uni-trier.de)  
Matrikelnummer: 1558316

Erstgutachter: Herr Prof. Dr. Jan Hofer  
Zweitgutachterin: Frau M.Sc. Ellen Kerpen

Abgabedatum: 16.09.2022

## Danksagung

# सोऽहम्

„*So Ham* (सोऽहम्) steht in der vedischen Philosophie als Mantra für die Verbindung der erlebten individuellen Realität mit dem allumfassenden höchsten Selbst.“ (Prof. Dr. K. Becker, persönliche Kommunikation, 21 Februar, 2022). Für mich ist *So Ham* die universelle Antwort auf die Frage: „Wer bin ich?“. Möge sie uns zu tiefer Selbsterkenntnis führen!

Das über Jahre angereicherte spirituelle Erfahrungswissen mit den wissenschaftlichen und empirischen Lehren meines Psychologiestudiums verbinden zu dürfen, ist für mich eine große Bereicherung. Ich bin dankbar mit dieser psychologischen Masterarbeit thematisch an meine Bachelorarbeit anzuknüpfen und weiterführende Erkenntnisse zu gewinnen. An dieser Stelle bedanke ich mich bei all denjenigen, die mir beim Anfertigungsprozess meiner Masterarbeit beiseite standen.

Zunächst geht ein großes Dankeschön an meine Familie, meine Freunde, Kommilitoninnen und Kommilitonen, die mich auch bei dieser Forschungsarbeit hilfreich unterstützt haben. Zudem danke ich von Herzen meinen Betreuern und Gutachtern Frau Kerpen und Prof. Dr. Hofer, von denen ich auch in themenentsprechenden Seminaren innerhalb meines Masterstudiums schon viel lernen durfte. Außerdem bedanke ich mich bei den mich unterstützenden wissenschaftlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Universität Trier, insbesondere bei Frau Abbaspour für die Codierung der impliziten Motive.

Vielen Dank an Herrn Prof. Dr. Becker, Herrn Dr. Bornemann, Herrn Eggart, Herrn Dr. Mehling, Herrn Dr. Ott und Herrn Prof. Dr. Thrash für die supportiven Informationen durch E-Mails, Interviews oder Vorträgen auf wissenschaftlichen Kongressen!

Zudem möchte ich mich für die umfassende Beihilfe der Distribution meiner Online-Umfrage bedanken. Diesbezüglich danke ich insbesondere dem *Yoga Vidya e.v.*, der mich schon seit vielen Jahren auf dem psychospirituellen Weg persönlich begleitet und fördert. Auch für die langjährige kooperative Zusammenarbeit mit *Govinda Natur GmbH* möchte ich mich herzlich bedanken. Letztlich danke ich vielmals jedem einzelnen Versuchsteilnehmenden und freue mich über das steigende Interesse an angehenden Forschungsarbeiten wie auch bei dieser nun vorliegenden Arbeit!

## Inhaltsverzeichnis

Abkürzungsverzeichnis .....	6
Tabellenverzeichnis .....	7
Zusammenfassung .....	8
1 Einleitung .....	9
2 Theoretische Grundlage .....	11
2.1. Einführung in die Motivationspsychologie.....	11
2.1.1. Beschreibungsmerkmale zielgerichtetes Verhalten.....	12
2.1.2. Motivationsmodelle.....	15
2.1.3. Dispositionelle Persönlichkeitseigenschaften.....	16
2.2. Implizite und explizite Motive.....	19
2.2.1. Operationalisierung .....	22
2.2.2. Motivkongruenz und -inkongruenz .....	24
2.3. Interozeptives Bewusstsein .....	29
2.4. Ableitung des Forschungsbedarfs .....	33
3 Ableitung der Hypothesen.....	37
3.1. Fragestellungen .....	38
3.2. Hypothesen.....	38
4 Methodik .....	39
4.1. Forschungsdesign.....	40
4.2. Durchführung .....	40
4.3. Messinstrumente .....	41
4.3.1. Picture Story Exercise .....	41
4.3.2. GOALS.....	42
4.3.3. Multidimensional Assessment of Interoceptive Awareness, Version 2 .....	42
4.3.4. 30-Item-Kurzversion .....	43
4.4. Stichprobe .....	44
4.5. Statistische Datenauswertung .....	46

---

5	Statistische Ergebnisse .....	46
5.1.	Deskriptive Ergebnisse .....	46
5.2.	Überprüfung von H1: Motivkongruenz .....	49
5.2.1.	H1a: Skala Bemerken .....	49
5.2.2.	H1b: Skala Nicht-Ablenken.....	50
5.2.3.	H1c: Skala Sich-Keine-Sorgen-Machen.....	51
5.2.4.	H1d: Skala Aufmerksamkeitsregulation.....	52
5.2.5.	H1e: Skala Emotionales Gewahrsein .....	52
5.2.6.	H1f: Skala Selbstregulation .....	53
5.2.7.	H1g: Skala Auf-den-Leib-Hören .....	54
5.2.8.	H1h: Skala Vertrauen .....	55
5.3.	Überprüfung von H2: Neurotizismus.....	55
5.4.	Überprüfung von H3: Offenheit.....	57
5.5.	Überprüfung von H4a und H4b: Abbruchwahrscheinlichkeit .....	57
6	Diskussion .....	58
6.1.	Zusammenfassung und Interpretation der H1 .....	58
6.2.	Zusammenfassung und Interpretation der H2 .....	68
6.3.	Zusammenfassung und Interpretation der H3 .....	71
6.4.	Zusammenfassung und Interpretation der H4 .....	73
6.5.	Kritische Reflektion, Implikationen und Forschungsausblick.....	75
7	Fazit.....	78
	Literaturverzeichnis.....	80
	Anhang .....	99
	Anhang A: Gesprächsprotokoll.....	99
	Anhang B: Überblickmodell - Motivation im Handlungsverlauf .....	100
	Anhang C: Universelle Merkmale zielgerichteten Verhaltens.....	100
	Anhang D: Unterhypothesen der H1, H2 und H3 .....	101
	Anhang E: Erhobene soziodemographische Variablen und ergänzende Fragen.....	103

Anhang F: Vier PSE Bilder .....	104
Anhang G: Moderationsanalyse H1a .....	106
Anhang H: Moderationsanalyse H1e .....	106
Anhang I: Explorative Analysen .....	107

## Abkürzungsverzeichnis

AV	Abhängige Variable
MAIA	Multidimensional Assessment of Interoceptive Awareness
MAIA-2	Multidimensional Assessment of Interoceptive Awareness, Version 2
NEO-FFI	Five-Factor Inventory
NEO-FFI-30	30-Item-Kurzversion
PSE	Picture Story Exercise
SPSS	Statistical Package for the Social Sciences
TAT	Thematischer Auffassungstest
UV	Unabhängige Variable

## Tabellenverzeichnis

Tabelle 1 .....	47
Tabelle 2 .....	48
Tabelle 3 .....	56
Tabelle 4 .....	57

---

## Zusammenfassung

Diese empirische Forschungsarbeit ist der Frage nachgegangen, ob mit einem höheren interozeptiven Bewusstsein der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv stärker positiv wird (H1). Außerdem wurden die Zusammenhänge der dispositionellen Persönlichkeitseigenschaften Neurotizismus (H2) und Offenheit (H3) mit dem interozeptiven Bewusstsein überprüft. Ergänzend wurde untersucht, ob ein negativer Zusammenhang zwischen dem implizitem Leistungsmotiv und der Abbruchwahrscheinlichkeit der durchgeführten Online-Umfrage vorliegt (H4a). Außerdem wurde geprüft, ob ein negativer Zusammenhang zwischen dem explizitem Leistungsmotiv und der Abbruchwahrscheinlichkeit der Online-Umfrage besteht (H4b).

Die Datenerhebung des interozeptiven Bewusstseins basierte auf dem Multidimensional Assessment of Interoceptive Awareness, Version 2 (MAIA-2) von Bornemann et al. (2015) und Eggart et al. (2021). Die Ausprägungen der impliziten Leistungsmotive wurden mit der Picture Story Exercise von Schultheiss und Pang (2007) operationalisiert. Die Ausprägungen der expliziten Leistungsmotive wurden mit dem GOALS von Pöhlmann und Brunstein (1997) erfasst. Mittels der Skala für Neurotizismus und der Skala für Offenheit der 30-Item-Kurzversion von Körner et al. (2008) wurden die Ausprägungen der entsprechenden dispositionellen Persönlichkeitseigenschaften erhoben.

Die querschnittlichen Ergebnisse der H1 haben gezeigt, dass nur die Skala Bemerken des MAIA-2 eine moderierende Wirkung auf den Zusammenhang des impliziten und expliziten Leistungsmotivs ausübt. Bei der untersuchten Gelegenheitsstichprobe, ging eine niedrigere Ausprägung von Bemerken mit Leistungsmotivkongruenz einher. Die Befunde der H2 haben belegt, dass Neurotizismus signifikant im negativen Zusammenhang mit den Skalen Nicht-Ablenken, Sich-Keine-Sorgen-Machen, Aufmerksamkeitsregulation, Emotionales Gewahrsein, Selbstregulation, Auf-den-Leib-Hören und Vertrauen des MAIA-2 steht. Die Ergebnisse der H3 haben verdeutlicht, dass Offenheit signifikant im positiven Zusammenhang mit den Skalen Bemerken, Aufmerksamkeitsregulation und Auf-den-Leib-Hören des MAIA-2 steht. Die Befunde der H4a und H4b haben gezeigt, dass ein höheres implizites und ein höheres explizites Leistungsmotiv eine niedrigere Abbruchwahrscheinlichkeit der Online-Umfrage vorhersagt. Die Ergebnisse dieser Forschungsarbeit wurden auf Basis der bestehenden Literatur interpretiert und integriert.



## 1 Einleitung

„Es ist nicht das Bewusstsein der Menschen, das ihr Sein, sondern umgekehrt ihr gesellschaftliches Sein, das ihr Bewusstsein bestimmt“ (Marx, 1859, S. 9). Doch wodurch wird das menschliche Bewusstsein genau beeinflusst und welche bedeutsamen Zusammenhänge können empirisch erklärt werden? In der vorliegenden Forschungsarbeit werden Erkenntnisse aus der Bewusstseins- und Motivationsforschung zusammengeführt und erweitert.

Aufgabe der Motivationsforschung ist es, individuelle Beweggründe für zielgerichtetes Verhalten empirisch zu untersuchen (Heckhausen & Heckhausen, 2018). Dabei wird die Ausrichtung, *Persistenz* (Ausdauer) und Intensität des Zielstrebens analysiert und mit kognitiven, affektiven und physiologischen Prozessen in Verbindung gebracht. Auf dieser Basis können intra- und interindividuelle Unterschiede im Erleben und Verhalten genauer erklärt werden (Brandstätter et al., 2018). Das Streben nach Motivbefriedigung gilt als eine wesentliche Voraussetzung zielführender Erlebens- und Verhaltenszustände. Durch die Interaktion von Personen- (dispositionelle Persönlichkeitseigenschaften, Motivarten, Motivthemen) und Umweltfaktoren (situative Anreize) können Motive befriedigt werden (Brandstätter, 2019). Motive werden inhaltlich in unterschiedliche Motivthemen und Motivarten klassifiziert (McClelland et al., 1989; Weinberger & McClelland, 1990).

Die individuelle Präferenz, Leistungsanreize anzustreben wird als *Leistungsmotiv* bezeichnet. Wie auch andere Motivthemen kann sich das Leistungsmotiv unbewusst (*implizit*) ausdrücken und sich bewusst (*explizit*) in Selbstbildern niederschlagen. Dabei können intra- und interindividuelle Unterschiede in den Ausprägungen vorliegen (McClelland et al., 1989). Motivkongruenz beschreibt die Übereinstimmung der Ausprägung des impliziten und expliziten Leistungsmotivs, wohingegen Motivinkongruenz die Nichtübereinstimmung kennzeichnet (Brunstein, 2018). Verschiedene gesundheitsfördernde Eigenschaften der Motivkongruenz, wie beispielsweise ein höheres subjektives Wohlbefinden, wurden bereits empirisch verdeutlicht (Brunstein et al., 1998, Schultheiss et al., 2008). Obwohl bezüglich Motivkongruenz und -inkongruenz auch empirische Hinweise zum Selbstzugang (Thrash et al., 2007) sowie zur Selbstkontrolle und Selbstregulation (Baumann et al., 2005) vorliegen, konnten innerhalb des Bearbeitungsprozesses dieser Forschungsarbeit nach bestem Wissen keine passenden Studien zum *interozeptiven Bewusstsein* ausfindig gemacht werden.

Interozeptives Bewusstsein ist definiert als das subjektive, bewusste Wahrnehmen von Empfindungen aus dem Körperinneren, einschließlich interagierender Attributionsprozesse (Bornemann et al., 2015; Cameron, 2001; Craig, 2002; Mehling et al., 2009). Das Wissen über interozeptive Bewusstseinsprozesse wird durch die steigende Anzahl empirischer Studien zunehmend erweitert (Tsakiris & Critchley, 2016). Die vorliegende Forschungsarbeit hat diesen Themenbereich aus der Bewusstseinsforschung mit motivationspsychologischen Erkenntnissen zusammengefügt.

Dabei wurde untersucht, ob mit einem höheren interozeptiven Bewusstsein der Zusammenhang zwischen dem impliziten und expliziten Leistungsmotiv signifikant stärker positiv wird. Außerdem wurden die Zusammenhänge der dispositionellen Persönlichkeitseigenschaften Neurotizismus und Offenheit mit dem interozeptiven Bewusstsein beleuchtet. Neben individuellen Unterschieden im Erleben, wurden ergänzend motivationspsychologische Verhaltensaspekte empirisch untersucht. Dazu wurde geprüft, ob ein höheres implizites Leistungsmotiv mit einer niedrigeren Abbruchwahrscheinlichkeit der durchgeführten Online-Umfrage zusammenhängt. Ebenfalls wurde getestet, ob ein höheres explizites Leistungsmotiv mit einer niedrigeren Abbruchwahrscheinlichkeit der Online-Umfrage im Zusammenhang steht.

Zu Beginn dieser Forschungsarbeit werden im theoretischen Teil grundlegende Begrifflichkeiten, Modelle und Zusammenhänge der Motivationspsychologie dargelegt, die für das inhaltliche Verständnis nützlich sind. Dabei wird Motivation als zielgerichtetes Verhalten genauer analysiert, wobei Leistungsmotivation spezifiziert wird. Anschließend wird auf Motivationsmodelle und dispositionelle Persönlichkeitseigenschaften eingegangen. Danach werden implizite und explizite Motive, deren Operationalisierung und ihr Zusammenspiel dargestellt. Darauf aufbauend werden empirische Erkenntnisse zum (privaten) Körperbewusstsein angeführt, welche einen Übergang zum interozeptiven Bewusstsein bilden. Das interozeptive Bewusstsein wird darauffolgend definiert und genauer beleuchtet. Anschließend erfolgt die Ableitung des Forschungsbedarfs. Der Hauptteil fokussiert die Ableitung der Hypothesen, die Methodik sowie die statistischen Ergebnisse der durchgeführten Online-Umfrage. In der anschließenden Diskussion werden die relevanten Ergebnisse zusammengefasst und interpretiert. Dabei wird das methodische Vorgehen kritisch reflektiert sowie empirische und praktische Empfehlungen ausgesprochen. Mit dem abschließenden Fazit werden die bedeutsamsten Erkenntnisse präzisiert. Innerhalb der

---

vorliegenden Forschungsarbeit wird für einen einheitlichen Sprachgebrauch verallgemeinernd das generische Maskulin verwendet. Diese Formulierung umfasst weibliche, männliche oder anders geschlechtliche Individuen gleichermaßen.

## 2 Theoretische Grundlage

In diesem Kapitel wird der theoretische Hintergrund der vorliegenden empirischen Forschungsarbeit beleuchtet. In Abschnitt 2.1 wird zunächst in den Gegenstandsbereich der Motivationspsychologie eingeführt, indem relevante Begrifflichkeiten, Zusammenhänge und Modelle dargestellt werden, die für das allgemeine Verständnis dieser Arbeit hilfreich sind. Dabei werden in Abschnitt 2.1.1 die Beschreibungsmerkmale zielgerichteten Verhaltens definiert, wobei das Leistungsmotiv ausführlicher beschrieben wird. Anschließend wird in Abschnitt 2.1.2 Motivation als zielgerichtetes Verhalten genauer spezifiziert. In Abschnitt 2.1.2 wird auf dispositionelle Persönlichkeitseigenschaften eingegangen, wobei das *5-Faktoren Modell* konkreter beleuchtet wird.

Anschließend werden in Abschnitt 2.2 implizite und explizite Motive ausführlicher thematisiert. Dabei wird in Abschnitt 2.2.1 die Operationalisierung impliziter und expliziter Motive und in Abschnitt 2.2.2 Motivkongruenz- und -inkongruenz beschrieben. Darauf aufbauend werden theoretische und empirische Zusammenhänge vorgestellt, die zum multidimensionalen Konstrukt des interozeptiven Bewusstseins hinleiten. Folgend wird das interozeptive Bewusstsein in Abschnitt 2.3 genauer thematisiert. Der abschließende Abschnitt 2.4 legitimiert die theoretische Relevanz dieser Forschungsarbeit.

### 2.1. Einführung in die Motivationspsychologie

Der Begriff Motivation wird im alltäglichen Sprachgebrauch häufig angewendet. Dabei beschreibt dieser im Alltagsverständnis meist spezifische Merkmale des Handelns wie Tatendrang, Entschlossenheit und Leistungsbereitschaft (Brandstätter et al., 2018). Auch die Definition im *Deutschen Wörterbuch* stellt den Leistungsaspekt in den Vordergrund, indem Motivation als „Wille bzw. Antrieb zur Leistung“ (Paul, 2002, S. 675) beschrieben wird. Im wissenschaftlichen Sprachgebrauch wird Motivation als zielgerichtetes Verhalten beschrieben. Ein spezielles Zielverhalten ist dabei immer in einen umfassenderen Zielkomplex eingebunden (Heckhausen & Heckhausen, 2018).

---

Vertreter der wissenschaftlichen Motivationspsychologie beschreiben Motivation (als ein umfassendes psychologisches Konstrukt) in ihren Definitionen noch konkreter (Brandstätter et al., 2018). So fasst John W. Atkinson, ein Pionier der experimentellen Motivationsforschung (Brandstätter et al., 2018), den Gegenstandsbereich der Motivationsforschung wie folgt zusammen: „The study of motivation has to do with analysis of the various factors which incite the direct and individual's actions“ (Atkinson, 1964, S. 1). Ausführlicher und exemplarisch legen Heckhausen und Heckhausen (2018) den Gegenstandsbereich der Motivationspsychologie dar. Sie beschreiben das Leben eines Individuums als „ein nicht abreißender Strom von Aktivitäten“ (Heckhausen & Heckhausen, 2018, S. 2), wobei sich Individuen hinsichtlich verschiedener Aktivitäten voneinander unterscheiden können. Neben sichtbaren Aktivitäten wie Handlungen oder Mitteilungen, sind auch geistige Aktivitäten wie Wahrnehmungen, Gedanken und Gefühle für Diskrepanzen individueller Zielverfolgungen ausschlaggebend (Heckhausen & Heckhausen, 2018). Aus diesen Definitionen lassen sich wesentliche Bestimmungsmerkmale der Motivationspsychologie ableiten. Wie bereits in der Einleitung verdeutlicht, ist die wesentliche Aufgabe der Motivationspsychologie, die Ausrichtung, Persistenz und Intensität von zielgerichtetem Verhalten zu konkretisieren und mit kognitiven, affektiven und physiologischen Prozessen in Verbindung zu bringen. Auf Basis dieser Beschreibungsmerkmale zielgerichteten Verhaltens können inter- und intraindividuelle Unterschiede im Erleben und Verhalten genauer erklärt werden (Brandstätter et al., 2018).

### 2.1.1. Beschreibungsmerkmale zielgerichtetes Verhalten

Hinsichtlich der Verhaltensausrichtung sind individuelle Beweggründe, die auf ein bestimmtes Ziel ausgerichtet sind, von besonderem Forschungsinteresse (Heckhausen & Heckhausen, 2018). Beweggründe legen dar, was ein Individuum im aktuellen Lebensvollzug priorisiert und was es als wichtig erachtet. Dies können beispielsweise die Freude an Wissenszuwachs, das Gefühl von Stolz und positive Erfolgsaussichten im Beruf sein. Ein Beweggrund, ein bestimmtes Zielverhalten anzustreben, wird auch als *Anreiz* bezeichnet (Brandstätter et al., 2018). Nach Heckhausen und Heckhausen (2018) können Anreize situationsbezogene positive oder negative Anforderungscharaktere für entsprechende Handlungen darstellen. Dabei können sie primär mit der Handlung selber, dem Handlungsergebnis oder den Handlungsergebnisfolgen verknüpft sein. Dementsprechend

---

stammen Anreize aus der Umwelt und lassen sich durch ihre differentiellen thematischen Inhalte in unterschiedliche Anreizklassen unterteilen (Heckhausen & Heckhausen, 2018). Die individuelle Präferenz eine bestimmte Anreizklasse anzustreben wird auch als Motiv bezeichnet (McClelland et al., 1989).

Die am häufigsten untersuchten Motivthemen sind: Einfluss auf andere Menschen ausüben (*Machtmotiv*), soziale Kontakte schließen und pflegen (*Anschlussmotiv*), sowie Herausforderungen meistern (*Leistungsmotiv*). Nach dem ursprünglichen Ansatz von McClelland et al. (1953), stellen diese drei Motivthemen die dominierenden Basismotive dar. Nach ihnen wird versucht, die Verhaltensausrichtung eines Individuums hinsichtlich individueller Beweggründe möglichst konkret und ökonomisch zu erklären. Ein hohes Leistungsmotiv eines Individuums wird beispielsweise durch den Anreiz erregt, im Arbeitsumfeld die Möglichkeit zu erhalten, sich mit herausfordernden Aufgaben auseinanderzusetzen. In diesem Beispiel würde die Zusammensetzung eines hohen Leistungsmotivs und schwachem Anschlussmotivs eine eher sachorientierte und zurückgezogene, als eine gesellige und beziehungsorientierte Lebensweise voraussagen (Brandstätter et al., 2018).

Das Leistungsmotiv gilt bis heute als das am besten fundierte Motiv (Brunstein & Heckhausen, 2018). Bereits Murray (1938) bezeichnete Leistung („*n(eed) achievement*“) als ein psychogenes Bedürfnis, welches sich durch den Verlauf der Sozialisation als regierende Kraft organisch innerhalb eines Individuums verankert hat. Nach McClelland et al. (1953) gilt ein Verhalten als leistungsmotiviert, sobald sich ein Individuum mit einem Tüchtigkeitsmaßstab auseinandersetzt. Nach dieser Definition können unterschiedliche Aktivitäten als leistungsmotiviert bezeichnet werden, sofern der individuelle Aspekt der Selbstoptimierung mit eingebunden wird. Ontogenetische Befunde konnten durch den Ausdruck von Selbstbewertungsempfindungen wie beispielsweise Stolz oder Scham, bei Kindern im Alter von ungefähr 3 ½ Jahre verdeutlichen, dass nicht nur das Leistungsergebnis, sondern auch die individuelle Tüchtigkeit bewertet wird (Brunstein & Heckhausen, 2018). Atkinson (1957) differenzierte das Leistungsmotiv in seinem Risikowahl-Modell genauer, indem er das *Erfolgs-* (Hoffnung auf Erfolg) und *Misserfolgsmotiv* (Furcht vor Misserfolg) voneinander abgrenzt. Untersuchungen verdeutlichen, dass erfolgsmotivierte Individuen sich realistische Ziele setzen und Aufgaben mittlerer Schwierigkeit wählen. Misserfolgsmotiviertete Individuen hingegen befürchten ein Versagen und entscheiden sich entweder für zu leichte

---

oder zu schwere Aufgaben. Außerdem geben Misserfolgsmotivierte bei Herausforderungen schneller auf (Brunstein, 2018).

Wie bereits einleitend verdeutlicht wurde, steht auch die Persistenz im Fokus der Motivationsforschung und bezieht sich auf die individuelle Beharrlichkeit bei einer Zielverfolgung. Ein Individuum mit hoher Persistenz würde trotz Ablenkungen oder anderen Herausforderungen, die im Prozess der Verhaltensaübung auftreten könnten, ein Ziel nicht so schnell aufgeben, wie ein Individuum mit geringer Persistenz. Häufig sind mehrere Handlungsschritte für die Erreichung eines Ziels notwendig (Brandstätter et al., 2018). Persistenz zählt zu den zentralen Merkmalen von zielgerichtetem Verhalten, dessen Bedingungen insbesondere innerhalb der Leistungsmotivationsforschung untersucht wurde (Brandstätter, 2019).

Neben unterschiedlichen Anreizklassen die ein entsprechendes Motiv (Macht, Anschluss, Leistung) anregen, existieren auch unterschiedliche Anreizarten. Ein Anreiz kann sowohl in der Tätigkeit selbst, als auch in den Folgen, welche die Tätigkeit nach sich zieht, liegen. Tätigkeitsanreize sind unmittelbar beim Ausführen der entsprechenden Tätigkeit relevant (Brandstätter et al., 2018) und werden auch als *Flow-Erleben* beschrieben (Engeser & Vollmeyer, 2005). Anders als Tätigkeitsanreize, werden Zweckanreize erst später als Konsequenz der Zielerreichung bedeutsam (Brandstätter et al., 2018). Beide Arten von Anreizen können bei der Umsetzung einer spezifischen Tätigkeit auch parallel angestrebt werden (Engeser & Vollmeyer, 2005). Die Begriffsverwendungen von Tätigkeits- und Zweckanreizen weisen in mancher Literatur Parallelen zur *intrinsischen* und *extrinsischen Motivation* auf. Aktivitäten, die ihren Anreiz hauptsächlich aus der Tätigkeitsausübung beziehen, werden dabei als intrinsisch motiviert beschrieben. Als extrinsisch motiviert werden Aktivitäten definiert, die aufgrund erwarteter Ergebnisfolgen ausgeübt werden (Harlow, 1950; Hunt, 1965; Koch, 1956; McReynolds, 1971; Schiefele & Köllner, 2001). In Abschnitt 2.2 wird dieses Thema differenzierter aufgegriffen. Die Konzentration, Anstrengungsmobilisierung und das Anstrengungserleben eines Individuums als Investition einer Zielerreichung, beschreibt das letzte relevante Beschreibungsmerkmal zielgerichtetes Verhalten, welches als Verhaltensintensität definiert wird (Brandstätter et al., 2018).

### 2.1.2. Motivationsmodelle

Im Laufe der Entwicklungslinie der Motivationsforschung wurden unterschiedliche Motivationsmodelle herangezogen, um zielgerichtetes Verhalten genauer zu spezifizieren. Seit Beginn der experimentellen Psychologie sind jedoch verschiedene Motivationsprobleme, aufgrund bestehender Definitionsunterschiede von Konstrukten, bekannt (Heckhausen & Heckhausen, 2018). Somit scheint, wie Hermann Ebbinghaus (1850-1909) über die Psychologie schon gesagt haben soll, auch die Motivationsforschung „eine lange Vergangenheit, aber eine kurze Geschichte“ zu haben (Heckhausen & Heckhausen, 2018). Bekannte und oft publizierte Motivationsmodelle weisen allerdings gewisse Parallelen auf und erklären zielgerichtetes Verhalten als eine Interaktion von verschiedenen Personenfaktoren und Umweltfaktoren. Durch die Verhaltensformel  $V = P \times U$  wird dieser Zusammenhang formal zum Ausdruck gebracht. Die Multiplikation von Personenfaktoren (P) mit Umweltfaktoren (U) bringt die Notwendigkeit des Bestehens beider Faktoren ( $P \times U$ ) für ein entsprechendes Zielverhalten (V) zum Ausdruck. Eine weitere Aussage der Verhaltensformel ist, dass schon allein eine starke Ausprägung der Personenfaktoren in Interaktion mit schwach ausgeprägten Umweltfaktoren ein entsprechendes Verhalten hervorbringen würde. Andersherum würden auch schwach ausgeprägte Personenfaktoren in Interaktion mit stark ausgeprägten Umweltfaktoren ein entsprechendes Zielverhalten begünstigen. Auf diesen Grundannahmen basiert die allgemeine Motivationspsychologie (Brandstätter, 2019).

Auch das *Überblickmodell der Motivation im Handlungsverlauf* von Heckhausen & Heckhausen (2018; siehe Anhang B) beruht auf diesen Annahmen. Das Modell integriert das *Erweiterte Kognitive Motivationsmodell* von Heinz Heckhausen (1977a, 1977b) und die *Rheinbergs Darstellung des Grundmodells der klassischen Motivationspsychologie* (Heckhausen & Rheinberg, 1980; Heckhausen & Heckhausen, 2018). Zusätzlich wurden in dem Überblickmodell antizipierende Handlungsergebnisse und Handlungsergebnisfolgen integriert. Die Handlungsergebnisfolgen schließen langfristige Ziele, Fremdbewertung, Selbstbewertung und materielle Vorteile mit ein. Auch nach Heckhausen und Heckhausen (2018) sind Personenfaktoren, Situationsfaktoren und deren Wechselwirkung ausschlaggebend für inter- und intraindividuelle Unterschiede im Erleben und Verhalten. Zu den Situationsfaktoren zählen die bereits exemplarisch beschriebenen Anreize und Gelegenheiten der Umwelt. Die Personenfaktoren gliedern sich in Motivdispositionen

(implizite Motive; siehe Abschnitt 2.2), Zielsetzungen (explizite Motive; siehe Abschnitt 2.2) und schließen physiologische Bedürfnisse (beispielsweise Hunger und Durst) sowie universelle Verhaltenstendenzen (siehe Anhang C) mit ein (Heckhausen & Heckhausen, 2018).

### 2.1.3. Dispositionelle Persönlichkeitseigenschaften

Wie in Abschnitt 2.1.1 bereits herausgestellt, entsteht ein zielgerichtetes Verhalten durch die Interaktion von situativen und personenbezogenen Faktoren (Brandstätter et al., 2018; Heckhausen & Heckhausen, 2018). Das Zusammenspiel von Anreizen und dispositionellen Persönlichkeitseigenschaften ist besonders bedeutsam, um individuelles zielgerichtetes Verhalten zu erklären. Dispositionelle Eigenschaften (englisch: *traits*) sind in der Persönlichkeit verankert und werden als zeitlich stabil beschrieben. Sie erklären, warum ein Individuum situationsübergreifend ein bestimmtes zielgerichtetes Verhalten ausführt und ein anderes Individuum nicht. Somit können auch durch robuste dispositionelle Eigenschaften interindividuelle Unterschiede im Erleben und Verhalten erklärt werden (Scheffer & Heckhausen, 2018).

Nach Allport (1937) wird eine Eigenschaft als eine neuropsychische Struktur definiert, die viele Anreize funktionell äquivalent macht und beständige äquivalente Formen von Handlungen und Ausdruck einleitet und ihren Verlauf lenkt. Diese Definition impliziert, dass extreme Eigenschaftsausprägungen zu starren und unflexiblen Reaktionen auf gewisse Reize der Umwelt führen (Scheffer & Heckhausen, 2018). Dieser Aspekt wird im klinischen Kontext häufig mit Persönlichkeitsstörungen assoziiert (Sachse, 2019). Da Eigenschaftsausprägungen in der Population normalverteilt sind, weisen die meisten Menschen eine eher mittlere Ausprägung auf, die sich dennoch signifikant voneinander unterscheiden können (Scheffer & Heckhausen, 2018).

Zu den dispositionellen Persönlichkeitseigenschaften existieren unterschiedliche Motivationstheorien, die den Eigenschaften einen unterschiedlich hohen Stellenwert zuschreiben. Das gemeinsame Ziel verschiedener Motivationstheorien ist möglichst ökonomisch und universell gültig individuelle Unterschiede im Erleben und Verhalten zu erklären. Während beispielsweise systemtheoretische Konzeptionen den Einfluss der Umwelt betonen, konzentriert sich das *Fünf-Faktoren-Modell* mehr auf endogene Dispositionen und



---

weist der Umwelt nur einen geringen Stellenwert ein (Scheffer & Heckhausen, 2018). Im folgenden Abschnitt wird das Fünf-Faktoren-Modell (*Big Five*) näher erläutert.

### *Das Fünf-Faktoren-Modell (Big Five)*

Obwohl das Fünf-Faktoren-Modell in verschiedenen psychologischen Forschungsbereichen auch als *Eigenschaftstheorie* bezeichnet wird, handelt es sich mehr um ein *Eigenschaftsmodell* aus dem Bereich der Persönlichkeitspsychologie. Dennoch werden beide Begriffsverwendungen parallel und nicht stringent eingesetzt. Die Big Five Persönlichkeitseigenschaften haben eine lange Entwicklungsgeschichte hinter sich. Sie beruhen auf dem lexikalischen Ansatz, der besagt, dass menschliche Eigenschaften durch die Gesamtheit der sprachlich festgehaltenen Eigenschaftswörter zu beschreiben sind (Scheffer & Heckhausen, 2018). Durch vorbereitende prozesshafte Untersuchungen der Sedimentierungsthese, konnten Allport und Odbert (1936) etwa 17.953 Eigenschaftswörter aus der englischen Sprache herauskristallisieren. Ungefähr zehn Jahre später übernahm Cattell diese Adjektivliste und reduzierte sie durch Faktorenanalysen zu 171 Gegensatzpaaren wie beispielsweise zukunftsorientiert vs. vergangenheitsbezogen (Scheffer & Heckhausen, 2018). Auch die Personalpsychologen Tupes und Christal (1992) verwendeten Faktorenanalysen, um die Adjektivliste von Allport und Odbert auf fünf personale Beurteilungskriterien zusammenzufassen. Goldenberg (1982) publizierte diese Erkenntnisse und schloss damit auf fünf universell existierende neuropsychologische Eigenschaften, die heute unter folgenden Big Five bekannt sind: *Neurotizismus*, *Offenheit (für neue Erfahrungen)*, *Gewissenhaftigkeit*, *Extraversion* und *Verträglichkeit*.

Die Big Five lassen sich in allen Individuen in unterschiedlicher Ausprägung wiederfinden, wodurch das Gesamtkonstrukt der individuellen Persönlichkeit bestimmt werden soll. Durch die empirische Unabhängigkeit der Big Five sind bedeutsame Vorhersagen des menschlichen Temperaments möglich (Scheffer & Heckhausen, 2018). Scheffer und Heckhausen (2018) beschreiben, dass individuelle Ausprägungen der Faktoren durch die Beantwortung einfacher Fragestellungen intuitiv selbst oder fremd eingeschätzt werden können: Wie feinfühlig, stressanfällig und emotional instabil bin ich oder die andere Person (Neurotizismus)? Wie fantasievoll, experimentell und flexibel bin ich oder die andere Person (Offenheit)? Wie fleißig, verlässlich und ordentlich bin ich oder die andere Person (Gewissenhaftigkeit)? Wie optimistisch, überzeugend und lebhaft bin ich oder die andere

---

Person (Extraversion)? Wie freundlich, kooperativ und sozial angepasst bin ich oder die andere Person (Verträglichkeit)?

Weiterführend erklären Borkenau und Ostendorf (1993) die Ebene der *Typen* als eine abstrahierende Einheit der Big Five: Individuen mit einer hohen Neurotizismusausprägung neigen dazu schneller aus dem emotionalen Gleichgewicht zu geraten. Solche Individuen sind tendenziell unsicher, besorgt, nervös, ängstlich und traurig. Sie sorgen sich auch häufig um ihre Gesundheit. Außerdem reagieren sie in Stresssituationen oft unangemessen, da sie einen niedrigen Grad an Selbstkontrolle aufweisen. Individuen mit einer hohen Ausprägung der Persönlichkeitseigenschaft Offenheit interessieren sich für neue Erlebnisse und sind tendenziell wissbegierig, intellektuell, phantasievoll und künstlerisch. Eine hohe Ausprägung der Persönlichkeitseigenschaft Gewissenhaftigkeit spiegelt einen hohen Grad an Selbstkontrolle wider, der sich in Zielstrebigkeit, Ehrgeiz und Ausdauer äußert. Individuen mit einer hohen Ausprägung der Persönlichkeitseigenschaft Gewissenhaftigkeit weisen ein hohes Anspruchsdenken auf und können zwanghafte Strukturen besitzen. Individuen mit einer hohen Ausprägung der Persönlichkeitseigenschaft Extraversion werden als gesellig, selbstsicher, aktiv, heiter und optimistisch beschrieben. Individuen mit einer hohen Ausprägung der Persönlichkeitseigenschaft Verträglichkeit begegnen anderen Menschen mitfühlend, verständnisvoll, wohlwollend und hilfsbereit. Sie sind weniger misstrauisch und haben ein starkes Harmoniebedürfnis (Borkenau und Ostendorf, 1993).

Insbesondere durch ihre strukturelle Einfachheit haben die Big Five viel Zuspruch erfahren (Scheffer & Heckhausen, 2018). Wie bereits einleitend zur Eigenschaftsdefinition angemerkt, sollten die Big Five allerdings nicht im Sinne einer psychiatrischen Kategorisierung missverstanden werden (Borkenau & Ostendorf, 1993). Die Big Five wurde dimensional konzipiert und stellen nicht pathologische Merkmalsbeschreibung der Persönlichkeit eines Individuums dar (Makuch, 2017).

Auf die kategoriale Einteilung der Big Five beruhen auch validierte und häufig verwendete Persönlichkeitstests wie beispielsweise das NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) von Costa und McCrae (1985). Es gehört bis heute zu den meist durchgeführten Persönlichkeitstest innerhalb der psychologischen Forschung und Diagnostik. Nach der Veröffentlichung der deutschen Übersetzung von Borkenau und Ostendorf (1993), hat sich das NEO-FFI auch im deutschsprachigen Raum etabliert (Körner et al., 2008). Da die 30-

---

Item-Kurzversion (NEO-FFI 30) als Messinstrument in die vorliegende Forschungsarbeit eingebunden wurde, wird diese später in Abschnitt 4.3.4 genauer beschrieben.

Eine Klassifikation der menschlichen Persönlichkeit auf Basis der Big Five, scheint jedoch nach kritischen Argumentationen zu oberflächlich, stark sozial erwünscht und kontextabhängig zu sein (Block, 2010). Zudem verdeutlichen empirische Befunde, dass Fragebögen bei soziodemografisch benachteiligten Versuchsteilnehmenden eine geringe Retest-Reliabilität aufweisen. Eine psychometrische Messung ist daher eher bei gebildeten Versuchsteilnehmenden aussagekräftig (Gnambs, 2015; Gurven et al., 2013). Befürworter der Big Five argumentieren allerdings, dass bekannte Persönlichkeitstests nicht grundlos auf Basis der Big Five entwickelt wurden. Dennoch kann die Komplexität der menschlichen Persönlichkeit durch Berücksichtigung weiterer existierender Temperamentsdimensionen, wie beispielsweise *Risikoneigung*, umfassender gemessen werden (Andresen, 1995). Aus Gründen des Sparsamkeitsprinzips sollten dafür allerdings spezifische Gründe vorliegen (Scheffer & Heckhausen, 2018). Die Annahme der Fünf-Faktoren-Lösung konnte durch verschiedene Analysen bestätigt werden (Caprara et al., 2000; Rost et al., 1999; Tokar et al., 1999). Trotzdem wird die Anzahl der fünf Grunddimensionen immer wieder kritisch diskutiert (Ball, 2002; Becker, 1998; Paunonen & Jackson, 2000).

Empirische Befunde decken verschiedene Kombinationen von dispositionellen Persönlichkeitseigenschaften und Motiven auf, die ein zielgerichtetes Verhalten präziser vorhersagen, als wenn nur eine PersonenvARIABLE berücksichtigt wird. Dadurch können häufig auch neue empirische Erkenntnisse offengelegt werden (Brunstein, 2018; Winter et al., 1998). Winter et al. (1998) formulierten die Interaktionshypothese, dass dispositionelle Persönlichkeitseigenschaften die konkrete Form bestimmen, in der implizite Motive im Verhalten Ausdruck finden. Im folgenden Abschnitt wird die Unterscheidung zwischen impliziten und expliziten Motiven sowie ihr Zusammenspiel verdeutlicht.

## 2.2. Implizite und explizite Motive

Wie in Abschnitt 2.1 vermerkt, können Motive nicht nur inhaltlich nach ihren unterschiedlichen Motivthemen systematisiert werden. Ein weiteres Einteilungsmerkmal ist die Klassifizierung in implizite und explizite Motive (McClelland et al., 1989; Weinberger & McClelland, 1990). Implizite Motive sind dem Bewusstsein nicht direkt zugänglich und sind sprachlich nicht repräsentiert. Sie beruhen auf ontogenetisch frühkindlichen Erfahrungen mit

vorsprachlichen Anreizen und streben nach affektiver Befriedigung (McClelland et al. 1989). Dementsprechend werden implizite Motive auch als affektgesteuerte Bedürfnisse beschrieben (Brunstein, 2010). Beispielsweise könnte ein Schwierigkeitsanreiz das affektgesteuerte Bedürfnis eines Individuums mit hohem impliziten Leistungsmotiv anregen, um eine herausfordernde Aufgabe zu bewältigen. Dabei könnte die erfolgreiche Verhaltensausbübung weiterführend das Gefühl von Stolz auslösen, wodurch das implizite Leistungsmotiv befriedigt würde (Brandstätter et al., 2018). Implizite Motive dienen dazu, bestimmte Anreize als belohnend und bestimmte Arten von Fehlanreizen als aversiv zu erleben (Atkinson, 1957; Schultheiss, 2008).

Anders als implizite Motive sind explizite Motive dem Bewusstsein direkt zugänglich und sprachlich repräsentiert. Ihre Entwicklung beginnt etwas später als implizite Motive innerhalb der Kindheit. Sie entstehen durch die Vermittlung von Zielen, Werten und Einstellungen nahestehender Bezugspersonen (Brunstein, 2018). Wie Festinger (1954) bereits in der *Theorie der sozialen Vergleiche* postuliert hat, streben Individuen nach Erkenntnissen über ihre persönlichen Fähigkeiten. Erkenntnisse über das eigene Selbst, durch Vergleiche mit ähnlichen Bezugsgruppen, sind beispielsweise für bewusste Entscheidungsaufgaben sehr bedeutungsvoll (Brunstein, 2018). Die Auseinandersetzung mit Normen und Regeln der sozialen Umwelt bedingt, dass explizite Motive als motivationale Selbstbilder erlernt und als Teil des individuellen Selbstkonzeptes integriert werden (McClelland et al. 1989). Explizite Motive gelten auch als kognitive Bedürfnisse, mit welchen Individuen sich bewusst identifizieren (Brunstein, 2018). Beispielsweise könnte ein explizites Leistungsmotiv die kognitive Einstellung sein, dass Erfolg im Leben als wichtig angesehen und bewertet wird (Brandstätter et al., 2018). Zusammenfassend stellen implizite Motive ein Motivationssystem dar, das aus affektiven Erfahrungen abgeleitet wird. Selbst zugeschriebene Motive basieren hingegen auf kognitiv ausgearbeiteten Konstrukten (McClelland et al., 1989).

Entwicklungspsychologische Befunde verdeutlichen die Annahme, dass beide Motivarten mit unterschiedlichen Sozialisierungserfahrungen verbunden sind (McClelland & Pilon, 1983; McClelland, 1985). Beim impliziten Leistungsmotiv wird davon ausgegangen, dass es eher mit internen Maßstäben (beispielsweise Wetteifer mit sich selbst) zusammenhängt. Das explizite Leistungsmotiv wird stattdessen vermehrt mit normativen Maßstäben (beispielsweise Wetteifer mit anderen Individuen) in Verbindung gebracht. Die Tatsache, dass Selbstvergleiche in der Ontogenese früher als soziale Vergleiche auftreten,

könnte auch die Entstehung der unterschiedlichen Anreizarten erklären (Brunstein, 2018). So verweisen empirische Befunde auch auf die Unterscheidung von impliziten und expliziten Motiven hinsichtlich ihrer unterschiedlichen Anreizarten (siehe Abschnitt 2.1.1). Implizite Motive werden von intrinsischen Anreizen angeregt, die ausschließlich in der Aufgabe oder Tätigkeit selber liegen. Explizite Motive hingegen werden von extrinsischen Anreizen, wie beispielsweise sozial-evaluative Anreize, angeregt (Brandstätter, 2018). Zum Beispiel wird das implizite Leistungsmotiv durch Anstrengung und Ausdauer aktiviert, wobei kein externer Leistungsdruck auf das Individuum ausgeübt werden muss. Der Anreiz zum Handeln geht ausschließlich von den gestellten Leistungsanforderungen aus, die vom Individuum selber immer schneller und besser ausgeübt werden möchten. Ein explizites Leistungsmotiv hingegen wird durch externe Anforderungen und Vorschriften aktiviert (Brunstein, 2018). So strengen sich Individuen mit einem hohen leistungsorientierten Selbstbild oft erst dann an, wenn sie sozial anerkannte Fähigkeiten im gesellschaftlichen Konkurrenzkampf unter Beweis stellen können (Patten & White, 1977). Koestner et al. (1991) haben aus den Befunden einer Metaanalyse von Spangler (1992) die Erkenntnis gezogen, dass ausschließlich Individuen mit einem hoch ausgeprägtem impliziten Leistungsmotiv hohe Leistungsanforderungen meistern wollen. Für Individuen mit einem hohen leistungsorientierten Selbstbild hingegen sind Leistungen nur ein Mittel zum Zweck, um soziale Anerkennung für sich zu gewinnen (Koestner et al., 1991).

Letztlich nehmen implizite und explizite Motive auch auf zwei unterschiedliche Verhaltensarten Einfluss. Implizite Motive werden durch *operantes Verhalten* und explizite Motive durch *respondentes Verhalten* zum Ausdruck gebracht. Operantes Verhalten, welches durch implizite Motive vorhergesagt wird, zeichnet sich durch spontanes eigeninitiatives Handeln in strukturell offenen Situationen aus. Dabei ist wiederholtes längerfristiges Handeln notwendig, um das implizite Motiv zu befriedigen (McClelland, 1980). Ein Situationsbeispiel für ein implizites Leistungsmotiv ist eine langanhaltende berufliche Karriere, bei der eine wiederholte Auseinandersetzung mit intrinsischen Leistungsansprüchen erforderlich ist (Brandstätter et al., 2018). Wird das Leistungshandeln allerdings durch stark strukturierte Bedingungen innerhalb der Umgebung eingeschränkt, kann das implizite Leistungsmotiv die Leistung nicht mehr vorhersagen (McClelland, 1980).

Explizite Motive sagen hingegen respondentes Verhalten vorher, welches als bewusst geplante Reaktion auf klar erkennbare Umstände innerhalb einer strukturierten Situation

beschrieben wird. Dazu zählen bewusste Entscheidungen, Bewertungen und Abwägungen, welche mit dem eigenen Selbstbild abgeglichen werden (McClelland, 1980). Ein Beispiel für ein explizites Leistungsmotiv ist die Entscheidung zur Übernahme schwieriger Projektaufgaben und dem anschließenden Abgleich mit einem leistungsorientierten Selbstbild (Brandstätter et al., 2018). Brunstein und Hoyer (2002) konnten diese zwei verschiedenen Verhaltensvorhersagen empirisch bestätigen. Zusammenfassend beruhen implizite und explizite Motive somit auf einer unterschiedlichen Entstehung, verschiedenen Sozialisationserfahrungen, werden durch differenzierte Situationsmerkmale angeregt und sagen andere Verhaltensmerkmale vorher (Brunstein, 2018).

McClelland et al. (1989) beschreiben implizite und explizite Motive als zwei voneinander unabhängige Motivsysteme, die in einem Verhältnis der Wechselwirkung zu einander stehen. Diese Erkenntnis beendete eine über Jahrzehntelang geführte Debatte zwischen Vertretern impliziter und expliziter Motive (Brandstätter et al., 2018). Ursprünglich wurden beide Motivsysteme noch als ein einheitliches Konstrukt betrachtet, welches nur über zwei unterschiedliche Verfahren hinweg operationalisiert wurden (Entwisle, 1972, McClelland, 1980). Nach traditioneller Auffassung der Persönlichkeitsdiagnostik müsste dann eine Korrelation der Konstrukte auch über unterschiedliche Messverfahren hinweg vorliegen (Cronbach, 1990). Da diese Korrelation in wiederholten Untersuchungen nicht gegeben war (deCharms et al., 1955; McClelland et al., 1953), wurde die Reliabilität und Validität der zwei unterschiedlichen Messmethoden impliziter und expliziter Motive zunächst (fälschlicherweise) infrage gestellt (Brunstein, 2018). Der folgende Abschnitt wird die gängigsten Motivmessinstrumente impliziter und expliziter Motive kurz vorstellen und dabei jene fokussieren, die auch innerhalb der vorliegenden Forschungsarbeit eingesetzt wurden. In Abschnitt 4.3 werden diese Inhalte aufgegriffen, indem die Operationalisierung der gesamten Forschungsarbeit genauer beleuchtet wird.

### 2.2.1. Operationalisierung

Wie bereits in Abschnitt 2.3 beschrieben wurde, sind implizite Motive dem Bewusstsein nicht direkt zugänglich und demnach sprachlich nicht repräsentiert. Aus diesem Grund kann eine Messung impliziter Motive ausschließlich introspektiv durch indirekte Verfahren erfolgen (McClelland et al. 1989). Um das Leistungsmotiv als ein affektbasiertes Bedürfnis zu messen, entwickelten McClelland et al., (1953) zunächst eine Version des

---

Thematischen Auffassungstests (TAT). Dieser basiert auf vieldeutigen motivanregenden Bildvorlagen, die im Individuum einen Imaginationstrom erzeugen sollen. Dieser kann durch vorstellungsreiche Geschichten, die vom Individuum aufgeschrieben werden sollen, abgebildet werden (McClelland, 1958). Die Operationalisierung sollte dabei unabhängig von Selbstdarstellungstendenzen, wie der sozialen Erwünschtheit, kognitiven Fähigkeiten, wie dem tatsächlichen Leistungsvermögen und situativen Einflüssen, wie externen Leistungsanreizen, erfolgen (Brunstein, 2018). Der TAT gilt bis heute als Grundlage für die bedeutendsten Erkenntnisse in der Motivmessung (McClelland et al., 1953) sowie der dynamischen Grundidee von Motivation (Atkinson, 1957; Atkinson & Birch, 1970; Kuhl & Blankenship, 1979). Zehn Jahre später veröffentlichte Heckhausen (1963) eine differenziertere TAT Version des Leistungsmotivs. Innerhalb dieser kann die Unterscheidung zwischen Hoffnung auf Erfolg und Furcht vor Misserfolg (siehe Abschnitt 2.3) vorgenommen werden (Heckhausen, 1963).

Der TAT ist ein Vorgänger der Bildergeschichtenübung (Picture Story Exercise; PSE) von Schultheiss und Pang (2007), die auf sehr ähnlichen Mechanismen basiert. Wie auch beim TAT sollen die Versuchsteilnehmenden bei der PSE über die Personen, die in den Bildergeschichten dargestellt sind, einfallsreiche vollständige Geschichten aufschreiben. Dabei können spezifische Leitfragen als Anhaltspunkt dienen. Für das genaue Betrachten eines Bildes und das anschließende Aufschreiben einer passenden Geschichte haben die Versuchsteilnehmenden eine Zeitangabe von ungefähr fünf Minuten. Danach wird zum nächsten Bild übergegangen. Durch den Vorgang der Introspektion können die impliziten Motive der Versuchsteilnehmenden indirekt operationalisiert werden. Die Auswertung erfolgt anhand spezifischer Kodierungssysteme (Brandstätter et al., 2018). Zunächst wurden voneinander getrennte Kodierungssysteme entwickelt, um das Machtmotiv (Veroff, 1957), das Anschlussmotiv (Heyns et al., 1958) und das Leistungsmotiv zu operationalisieren (Heckhausen 1963; McClelland et al., 1953). Winter (1994) entwickelte schließlich ein komplexeres Kodierungssystem, womit eine Verrechnung der drei Motivthemen gemeinsam ermöglicht wurde. Die PSE zählt aktuell zu den gängigsten impliziten Motivmessinstrumenten (Brandstätter et al., 2018) und wurde zur Messung der impliziten Motive in dieser Forschungsarbeit eingesetzt (siehe Abschnitt 4.3.1).

Anders als implizite Motive lassen sich explizite Motive als bewusste Selbstzuschreibungen durch direkte Verfahren messen (Gjesme & Nygard, 1970; Mehrabian,

---

1969). Zum expliziten Motivationssystem gehören auch persönliche Lebensziele (McClelland, 1985), welche durch den Lebenszielfragebogen GOALS von Pöhlmann und Brunstein (1997) nomothetisch erfasst werden können. Nach Pöhlmann und Brunstein (1997) stellen Lebensziele spezifische Ziele dar, die auf einer höheren abstrakten Zielebene liegen. Diese sind demnach als Oberziele einzuordnen und dienen als Orientierungspunkte des individuellen Lebensvollzugs (Pöhlmann & Brunstein, 1997). Wie einleitend in Abschnitt 2.1 verdeutlicht, ist ein Zielverhalten eines Individuums immer Teil eines umfassenderen Zielkomplexes. Dies bedeutet, dass ein untergeordnetes Ziel dienlich für ein anderes Ziel einer höheren Ordnung sein kann (Brandstätter et al., 2018). Ein Ziel kann allgemein auch als kognitive Repräsentation eines erwünschten Zustandes beschrieben werden. Anders als bei Wünschen besteht bei Zielen zwischen Individuum und Zielintention eine Verbindlichkeit (Bargh et al., 2010). Die Lebensziele des GOALS stellen Annäherungsziele (McClelland, 1985) beziehungsweise Wachstumsziele (Maslow, 1954) dar. Demnach sind die Lebensziele des GOALS auf einen spezifizierten positiven Zustand ausgerichtet. Beim GOALS kann die Wichtigkeit, die Realisierbarkeit und der bisher erreichte Erfolg unterschiedlicher Zielbereiche bewertet werden (Pöhlmann et al., 2010). Da der GOALS methodisch in diese Forschungsarbeit mit eingebunden wurde, wird in Abschnitt 4.3.2 auf diesen ausführlicher eingegangen.

### 2.2.2. Motivkongruenz und -inkongruenz

Ausgehend von der Koexistenz eines impliziten und expliziten Motivsystems stellt sich die Frage, wie beide Systeme genau zusammenwirken. Wie in Abschnitt 2.2 eingebracht, postulieren McClelland et al. (1989), dass beide Motivarten in Wechselwirkung zueinanderstehen, wodurch individuelles Erleben und Verhalten beeinflusst wird. *Motivkongruenz* beschreibt dabei die Übereinstimmung der Ausprägung impliziter und expliziter Motive, die sich auf dieselbe Inhaltsdomäne (Macht, Anschluss, Leistung) beziehen. *Motivinkongruenz* beschreibt hingegen die Nichtübereinstimmung der Ausprägung von sich inhaltlich entsprechender Motivarten (Brunstein, 2018).

Mittels eines Vier-Felder-Schemas mit zwei Motivkongruenztypen (A: implizites und explizites Motiv niedrig ausgeprägt; B: implizites und explizites Motiv hoch ausgeprägt) und zwei Motivinkongruenztypen (C: implizites Motiv hoch und explizites Motiv niedrig ausgeprägt; D: implizites Motiv niedrig und explizites Motiv hoch ausgeprägt) kann das



Zusammenspiel impliziter und expliziter Motive vereinfacht dargestellt werden. Bei einem Motivkongruenztyp (A), der ein niedriges implizites und explizites Leistungsmotiv aufweist, entfällt eine leistungsbezogene Zielsetzung und entsprechende Verhaltensaübung. Seine affektiven und kognitiven Bedürfnisse hinsichtlich der Leistungsdomäne sind nicht stark genug ausgeprägt und es kommt zu keinem Konflikt. Bei einem Motivkongruenztyp (B), der ein hohes implizites und explizites Motiv verdeutlicht, *koalieren* die Motive auf funktionaler Ebene und richten die Energie gebündelt auf ein entsprechendes zielgerichtetes Verhalten aus (Brandstätter, 2018). Dabei energetisieren implizite Motive das Verhalten und explizite Motive lenken das Verhalten durch konkrete Ziele in eine bestimmte Richtung (McClelland et al. 1989). Beispielsweise könnte ein hohes implizites Leistungsmotiv „Vergnügen an herausfordernden Situationen“ über ein hohes explizites Leistungsmotiv „Ich bin eine leistungsorientierte Person“ in entsprechende Leistungsziele und -verhalten übersetzt werden, wodurch das implizite Motiv befriedigt wird. Dass sich nicht jedes Individuum in eines der zwei aufgeführten konfliktfreien Motivkongruenztypen einordnen lässt, besteht in der Tatsache, dass neben Kongruenz auch Inkongruenz zwischen sich inhaltlich entsprechenden Motivarten existieren kann (Brandstätter et al., 2018).

Aus Konflikten resultieren zwei unterschiedliche Einbußen: Bei einem Motivinkongruenztypen (C) mit einem hohen impliziten aber niedrigem expliziten Motiv findet das implizite Motiv keinen Ausdruck im Verhalten. Das implizite Motiv kann demzufolge nicht befriedigt werden (Brandstätter et al., 2018), was in Motivationsproblemen und emotionaler Belastung münden kann (Brunstein, 2018). Ein Beispiel hinsichtlich des Leistungsmotivs ist, dass ein solches Individuum (C) trotz vorhandenem Verlangen nach Herausforderungen keine Herausforderungen im aktuellen Lebensvollzug erfährt. Dies ist darin begründet, dass das explizite Leistungsmotiv keine anspruchsvollen Leistungsziele generiert und eher leistungsneutrale Situationen vom Individuum bevorzugt werden. So würde das hohe implizite Leistungsmotiv aus dem obigen Beispiel „Vergnügen an herausfordernden Situationen“ durch ein niedriges explizites Leistungsmotiv „Ich bin keine leistungsorientierte Person“ in keine Leistungsziele und in kein Leistungsverhalten übersetzt werden. Daraus resultiert, dass das implizite Motiv nicht befriedigt wird (Brandstätter et al., 2018). Bei einem Motivinkongruenztypen (D) mit einem niedrigen impliziten, aber hohem expliziten Motiv, erfordert ein zielgerichtetes Verhalten mehr Disziplin und Anstrengung, was auch in einem Konflikt resultiert. Leistungsziele die auf Basis eines motivationalen

Selbstbildes wie beispielweise „Ich bin eine leistungsorientierte Person“ generiert wurden, können von einem impliziten Motiv wie beispielweise „kein Vergnügen an herausfordernden Situationen“ nicht energetisiert werden. Durch das Fehlen dieser Energiequelle muss der Leistungsantrieb alleine durch sozial-evaluativer Anreize oder dem Ziel, dem eigenen Selbstbild entsprechen zu wollen, erfolgen. Somit erfordert die Handlungsregulation durch Impulsunterdrückung und Anreizverstärkung mehr Selbstkontrolle (Brandstätter et al. 2018). Als Strategie ist diese allerdings einschränkend zu betrachten und nicht für alle Individuen immer adäquat umsetzbar (Brunstein, 2018).

### *Theoretische und empirische Zusammenhänge*

Wie in Abschnitt 2.2 bereits herausgestellt, dienen implizite Motive dazu, bestimmte Anreize als belohnend und bestimmte Arten von Fehlanreizen als aversiv zu erleben (Atkinson, 1957; Schultheiss, 2008). Schultheiss et al. (2010) verdeutlichen, dass in Abhängigkeit der Beziehung impliziter und expliziter Motive, Individuen mit positivem Affekt (Zielverfolgung hat einen positiven Anreiz), negativem Affekt (Zielverfolgung hat einen negativen Anreiz) oder neutralem Affekt (Zielverfolgung hat keine Anreize oder es besteht kein passendes Motiv) reagieren. Diese affektive Reaktion wird weiterführend als gültiger Leitfaden für die Entscheidung verwendet, ein Ziel zu verfolgen oder nicht (Schultheiss et al., 2010). Damasio (2000) beschreibt Emotionen als relevante Navigationshilfe, die auf der Suche nach geeigneten Handlungsoptionen dienen. Weiterführend erklären Scheffner & Heckhausen (2018) Emotionen als ein rudimentäres Motivationssystem, welches das Zusammenspiel impliziter und expliziter Motive beeinflusst.

Das berühmte Zitat von McClelland „Whatever the reasons for discordance between implicit and explicit motives, it can certainly lead to trouble“ (McClelland et al., 1989, S.700) macht auf negative Folgen aufmerksam, die durch Motivinkongruenz entstehen können. Baumann et al. (2005) begründen, dass der mit Motivinkongruenz assoziierte Konflikt wie ein unbewusster durchgehend aktiver Stressor (*hidden Stressor*) fungieren kann. Ähnlich wie auch andere Stressoren, wirkt dieser negativ auf verschiedene kognitive, affektive und physiologische Prozesse (Brandstätter et al., 2018). Innerhalb drei empirischer Untersuchungen wurde der hidden Stressor durch die motivationale Inkongruenz des Leistungsmotivs von Baumann et al. (2005) verdeutlicht. Inkongruenz wurde dabei als internale intransparenten Spannungsquelle beschrieben, wodurch das Zusammenspiel von

Motivation und Selbstregulation negativ beeinträchtigt wird. Direkte Zusammenhänge zwischen Affektregulationsdefiziten und verschiedenen psychosomatischen Symptomen konnten empirisch aufgedeckt werden (Baumann et al., 2005). Neben diesen Befunden betonen weitere empirische Studien, dass Motivinkongruenz das subjektive Wohlbefinden negativ beeinflusst (Brunstein et al., 1995; Brunstein et al., 1998; Brunstein, et al., 1999; Brunstein, 2010). Während Motivkongruenz positive Effekte auf die psychische Gesundheit hat, kann Motivinkongruenz das Auftreten verschiedener emotionaler Beeinträchtigungen verstärken (Brunstein et al., 1998; Brunstein 2018; Hofer & Chasiotis, 2003; Kehr, 2004).

Die empirische Evidenz, dass Diskrepanzen zwischen impliziten und expliziten Motiven signifikante Nachteile zur Folge haben, begründet die Notwendigkeit nach personenbezogenen Erklärungen und Veränderungsmöglichkeiten zu suchen (Brandstätter et al., 2018; Brunstein, 2018; Thrash et al., 2007). Während McClelland (1987) Personenfaktoren, die das Zusammenspiel von impliziten und expliziten Motiven beeinflussen, als Ausnahmen und Besonderheiten herunterspielt, halten andere Forscher diese Merkmale für entscheidend um zu verstehen, warum implizite und explizite Motive in den meisten Fällen schlecht aufeinander angepasst sind (Thrash et al., 2007).

McClellands (1980) Hauptklärung für eine meist fehlende Korrelation zwischen impliziten und expliziten Motiven ist, dass eine statistische Unabhängigkeit durch eine angenommene Unabhängigkeit der impliziten und expliziten Motiventstehung bedingt ist. Wie ausführlich in Abschnitt 2.2 beschrieben wurde, wird angenommen, dass implizite Motive sich schon früh im Leben durch nonverbales affektives Lernen entwickeln und explizite Motive erst später durch verbales Lernen vermittelt werden (McClelland, 1980; McClelland et al., 1989; McClelland & Pilon, 1983). McClelland et al. (1989) erklären das Bestehen von Motivinkongruenz dadurch, dass implizite Motive in den meisten Fällen nicht bewusst wahrgenommen und deshalb auch nicht als Information für explizite Ziele dienen können. Eine weitere Ursache für Motivinkongruenz und ihren Folgen ist nach McClelland et al. (1989) eine Überanpassung an umweltbedingten Einflüssen (wie beispielsweise an soziale Normen) und die damit einhergehende Vernachlässigung internaler Informationsquellen.

Befunde der Motivationsforschung belegen, dass neben methodischen Voraussetzungen, die Wahl der Moderatoren das Zusammenspiel von impliziten und expliziten Motiven signifikant beeinflussen (Hofmann et al., 2005; Thrash & Elliot, 2002; Thrash et al., 2007). So haben Thrash et al. (2007) empirisch belegt, dass eine hohe

Ausprägung auf der Private Body Consciousness Sub-Scale des Body Consciousness Questionnaire von Miller et al. (1981) im positiven Zusammenhang mit Leistungsmotivkongruenz steht. Versuchsteilnehmende mit einem guten Zugang zum *privaten Körperbewusstsein* verdeutlichen verstärkt Motivkongruenz (Thrash et al., 2007). Mit fünf Items wurde die bewusste Wahrnehmung innerer Körperempfindungen operationalisiert wie beispielsweise die subjektive Empfindlichkeit gegenüber Körperspannungen (Miller et al. 1981). Dieser Befund weist darauf hin, dass das implizite Leistungsmotiv indirekt durch die bewusste interozeptive Wahrnehmung zugänglich sein könnte. So vermuten die Forscher, dass Individuen die sich ihren inneren Körperempfindungen bewusst sind, ihr implizites Leistungsmotiv als gefühlte körperliche Aktivierung, Mobilisierung und spontane Leistungsbereitschaft erleben. Eine häufig bestehende schwache Beziehung zwischen impliziten und expliziten Motiven spiegelt nach Thrash et al. (2007) möglicherweise die Tatsache wider, dass die meisten Individuen keinen Zugang zu ihren impliziten Motiven haben. Aus Gründen der Diskriminierung haben die Forscher innerhalb ihrer Studie eine moderierende Wirkung des *privaten Selbstbewusstseins* überprüft. Diese konnte nicht bestätigt werden. Die Items der dabei eingesetzten Self Consciousness-Scale von Fenigstein et al. (1975) beziehen sich auf die Tendenz, sich auf Gedanken und Gefühle zu konzentrieren. Thrash et al. (2007) interpretieren, dass ausschließlich kognitive und affektive Selbstreflexion für das Vorliegen von Motivkongruenz nicht ausreicht. Den Forschern nach, lenken die Items der Self Consciousness-Scale die Aufmerksamkeit wahrscheinlich verstärkt auf das Selbstkonzept und damit verbundene explizite Motive und nicht auf implizite Motive, wodurch keine Leistungsmotivkongruenz vorliegt. Allerdings wird angenommen, dass die Aufmerksamkeitsausrichtung auf den eigenen Körper, die körperlichen Auswirkungen des impliziten Motivs, in die Bewusstseins Ebene übertragen könnte (Thrash et al., 2007).

Außerdem verdeutlichen Thrash et al. (2007) innerhalb ihrer Studie, dass Motivkongruenz auch bei Individuen vorliegt, die über eine niedrige *Selbstüberwachung* verfügen. Die Selbstüberwachung wurde anhand der Self-Monitoring Scale von Snyder und Gangestad (1986) bewertet. Somit lag eine negative Korrelation zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv vor, wenn die Aufmerksamkeit auf soziale Anforderungen und Erwartungshaltungen ausgerichtet war (Thrash et al., 2007). Die bereits aufgeführten Begründungen für das Bestehen von Motivinkongruenz von McClelland et al. (1989) werden

durch diese Studienbefunde und die Interpretationen der Forscher gestützt. So legen die Befunde von Thrash et al. (2007) nahe, dass implizite Motive häufig nicht bewusst wahrgenommen und deshalb auch nicht als Information für explizite Ziele dienen können. Außerdem verdeutlichen die Ergebnisse, dass eine Überanpassung an umweltbedingten Einflüssen und die damit einhergehende Vernachlässigung internaler Informationsquellen ein weiterer Grund für Motivinkongruenz sein kann. Die Forscher weisen darauf hin, dass implizite und explizite Leistungsmotive nicht bei allen Individuen unabhängig sind, sondern systematisch verwandt sein können (Thrash et al., 2007).

Die Studienbefunde von Thrash et al. (2007) deuten insgesamt darauf hin, dass eine hohe Präferenz Kognitionen miteinander in Einklang zu bringen (*Präferenz für Konsistenz*), sowie ein hohes privates Körperbewusstsein und eine niedrige Selbstüberwachung die Entwicklung eines motivationalen Selbstbildes fördert, das den impliziten Motiven entspricht. Neben dieser Studie machen auch weitere empirische Befunde auf die Relevanz von bewussten inneren Körperempfindungen beziehungsweise interozeptiven Wahrnehmungsprozessen aufmerksam (Adolphs et al., 2000; Dunn et al., 2007; Pollatos et al., 2005; Wiens, 2005). Im folgenden Abschnitt wird dieses Themengebiet genauer beleuchtet.

### 2.3. Interozeptives Bewusstsein

Die Transparenz des Körpers wird von Phänomenologen als ein präkonditionierender Faktor für das eigene Bewusstsein und Erleben der individuellen Realität beschrieben (Allen & Tsakiri, 2019). Schon im späten 19. Jahrhundert wurde über die Relevanz körperlicher und psychischer Interaktionsprozesse aufgeklärt. So beschreiben William James (1884) und Carl Lange (1885) etwa zeitgleich Emotionen als Begleiterscheinung innerer Körperempfindungen und begründen damit die *James-Lange-Theorie* (Herbert & Pollatos, 2008). Darauf aufbauend verdeutlicht die *Somatic Marker Hypothese* von Damasio et al. (1991) die Bedeutsamkeit viszeraler Wahrnehmungsprozesse für Emotionsverarbeitungs-, Entscheidungs- und motivationale Verhaltensprozesse (Damasio, 1994). Diese theoretischen Annahmen wurden von verschiedenen empirischen Studien bestätigt (Adolphs et al., 2000; Dunn et al., 2007; Pollatos et al., 2005; Wiens, 2005). Zudem wurde die Bedeutung interozeptiver Wahrnehmungsprozesse für die Bildung eines subjektiven Selbstgefühls empirisch verdeutlicht (Berlucchi & Aglioti, 2010; Craig, 2002, Craig, 2009; Park & Tallon-Baudry, 2014; Varela et al., 1991). Dem Körperbewusstsein wird innerhalb der Psychologie, Medizin

und Neurowissenschaft ein besonders hoher Stellenwert zugesprochen (Bornemann et al., 2015). Dabei definiert dieses umfassende Konstrukt allgemein die kognitive Einschätzung des eigenen Körpers, einschließlich seiner sensorischen und motorischen Fähigkeiten (Haug-Schnabel 2002). Das traditionelle Körperbewusstseinskonstrukt wurde früher häufig in Studien mit Angst- und Panikpatienten verwendet, um eine kognitive Einstellung von Patienten zu beschreiben, die durch eine übertriebene Konzentration auf körperliche Symptome, Grübeln und katastrophale Folgen gekennzeichnet ist. Dementsprechend wurde innerhalb der Medizin- und Verhaltenswissenschaft ein erhöhtes Bewusstsein für somatische Informationen als potenziell belastend und maladaptiv angesehen. Ergebnisse aus der Schmerzforschung widersprechen dem traditionellen Verständnis von Körperbewusstsein und legen nahe, dass Körperbewusstsein ein komplexes, mehrdimensionales Konstrukt ist, das einer differenzierteren Konzeptualisierung bedarf (Mehling et al., 2009).

Im Verlauf der geschichtlichen Entwicklung wurde deshalb das Konstrukt der *Achtsamkeit* in das Verständnis von Körperbewusstsein eingeschlossen (Mehling et al., 2012). Das Konzept der Achtsamkeit entspringt den über 2.500 Jahre alten Lehren Buddhas (Shapiro & Carlson, 2011). Buddha beschreibt Achtsamkeit als die bewusste Aufmerksamkeitslenkung auf die Wahrnehmung von physiologischen Empfindungen, Emotionen und Kognitionen. In der modernen Literatur ist diese metakognitive Wahrnehmung auch definiert als *offenes Gewahrsein*. Dem Buddhismus nach kennzeichnet Achtsamkeit insbesondere die *Nicht-Identifikation* mit diesen bewussten Wahrnehmungen sowie die Aufmerksamkeits- und Emotionsregulation (Sedlmeier, 2016). Achtsamkeit wird als ein wesentliches Merkmal des gesamten Körperbewusstseinskonstrukts beschrieben (Leder, 1990; Varela et al., 1991). Das interozeptive Bewusstsein als multidimensionales Körperbewusstseinskonstrukt, basiert auf dem Prinzip von Achtsamkeit. Für ein einheitliches Verständnis von Körperbewusstsein sollten nach Mehling et al. (2012) die differentiellen Interaktionsprozesse zwischen Körper und Geist genauer beschrieben werden. Nach physiologischen, neurowissenschaftlichen und biomedizinischen Erkenntnissen können verschiedene Dimensionen von Körperbewusstsein voneinander abgegrenzt werden. Dabei geht die Konzeptualisierung des interozeptiven Bewusstseins auf das multidimensionale Verständnis der Interozeption zurück (Mehling et al., 2012).

Interozeption wurde erstmalig von Sherrington (1906) definiert und hat eine lange Entwicklungsgeschichte hinter sich. Allgemein wird Interozeption als die Verbindung

zwischen Körper und Gehirn beschrieben, die auf der Wahrnehmung körperinterner Signale basiert (Cameron, 2001; Allen & Tsakiris, 2019; Vaitl, 1996). Demzufolge wurden interozeptive Wahrnehmungen mit endogenem Ursprung von exterozeptiven Wahrnehmungen mit exogenem Ursprung abgegrenzt (Mehling et al., 2012). Interozeptive Wahrnehmungsprozesse wurden ursprünglich durch die *Viszerozeption* und die *Propriozeption* beschrieben (Jones, 1994; Vaitl, 1996; Mehling et al., 2012). Viszerozeption beschreibt die bewusste Wahrnehmung (*Perzeption*) der eigenen Organaktivität wie beispielsweise Atmung und Herzschlag (Mehling et al., 2012). Dabei wird auch die Genauigkeit (*interozeptive Sensitivität*) und Intensität der Perzeption eingeschlossen (Herbert & Pollatos, 2008). Diese viszerale Wahrnehmungsprozesse werden häufig auch als *interozeptive Empfindlichkeit* (Bornemann et al., 2015; Critchley et al., 2004) und *interozeptive Genauigkeit* definiert (Bornemann et al., 2015; Bornemann, 2017). Propriozeption beschreibt die physiologische Wahrnehmung von Gelenken, Muskeln und Sehnen (Mehling et al., 2012; Truffer, 2017). Neuroanatomische Befunde machen darauf aufmerksam, dass Interozeption einen physiologischen Wahrnehmungsprozess beschreibt, der ausschließlich viszerale Signale betrifft (Craig, 2002). Basierend auf dieser Erkenntnis, wird der Begriff Interozeption in manchen Publikationen auch synonym als Viszerozeption bezeichnet (Schultchen, 2020). Wie bereits herausgestellt, beruht die Konzeptualisierung des interozeptiven Bewusstseins auf dem multidimensionalen Verständnis der Interozeption (Mehling et al., 2012).

Interozeptives Bewusstsein ist innerhalb dieser Forschungsarbeit als die bewusste interozeptive Wahrnehmung (von viszerale und propriozeptiven Signalen) definiert, wobei interagierende psychologische Prozesse höherer Ordnung in dieses Verständnis inkludiert sind (Bornemann et al., 2015; Cameron, 2001). So wird das interozeptive Bewusstsein auch von Emotionen, Kognitionen, Erfahrungen und Vorurteile beeinflusst, die mit interozeptiven Wahrnehmungsprozessen interagieren (Bornemann et al., 2015; Mehling et al. 2012). Attributionsprozesse die auf das interozeptive Bewusstsein einwirken (Bornemann et al., 2015; Cameron, 2001; Craig, 2002; Mehling et al., 2009) beeinflussen motivationale, emotionale und volitionale Prozesse (Weiner, 1986). Es wird betont, dass interozeptive Bewusstseinsprozesse immer subjektiv geprägt sind (Ceunen et al., 2016; Mehling et al. 2012; Nuyken, 2019).

Das Ergebnis einer durchgeführten konfirmatorischen Faktorenanalyse zur Konstruktbestimmung bestätigte folgende acht Dimensionen des interozeptiven Bewusstseins: Bemerken, Nicht-Ablenken, Sich-Keine-Sorgen-Machen, Aufmerksamkeitsregulation, Emotionales Gewährsein, Selbstregulation, Auf-den-Leib-Hören und Vertrauen (Mehling et al., 2012). Die erste Dimension *Bemerken* beschreibt das bewusste Gewährsein innerer Körperempfindungen. Die zweite Dimension *Nicht-Ablenken* bezieht sich auf die Fähigkeit, bewusst Aufmerksamkeit auf negativ behafteten Empfindungen wie körperliche Schmerzen richten zu können. Die dritte Dimension *Sich-Keine-Sorgen-Machen* stellt die Tendenz dar, trotz unangenehmer Empfindungen emotional stabil zu bleiben und sich aufgrund von Schmerzen nicht zu sorgen. Die vierte Dimension *Aufmerksamkeitsregulation* beschreibt den Grad der Aufmerksamkeitsfokussierung auf physiologischen Empfindungen. Die fünfte Dimension *Emotionales Gewährsein* bezieht sich auf die bewusste Wahrnehmung der Interaktion von Psyche und Körper. Die sechste Dimension *Selbstregulation* stellt die Fähigkeit dar, unangenehme Wahrnehmungen durch physische Aufmerksamkeitslenkung regulieren zu können. Die siebte Dimension *Auf-den-Leib-Hören* beschreibt die Verhaltenstendenz sich physischen Empfindungen anzupassen, auf diese zu hören und von ihnen zu lernen. Letztlich bezieht sich die achte Dimension *Vertrauen* auf die Neigung, den eigenen Körper als vertrauensvoll zu erleben und sich auf ihn zu verlassen (Bornemann & Mehling, 2012).

Diese Dimensionen des interozeptiven Bewusstseins sind mittels der entsprechenden Skalen des Multidimensional Assessment of Interoceptive Awareness (MAIA) von Mehling et al. (2012) messbar. Das Selbstberichtsmaß wurde erstmalig in seiner englischen Originalversion im November 2012 veröffentlicht. Aufgrund der geringen internen Konsistenz von zwei Skalen erfolgte ungefähr sechs Jahre später eine Überarbeitung (Mehling et al., 2018). Die deutsche Übersetzung der überarbeiteten Version (MAIA-2) wurde im Juni 2021 veröffentlicht und beruht ebenfalls auf den beschriebenen acht Dimensionen des interozeptiven Bewusstseins (Bornemann et al., 2015; Eggart et al., 2021). Das Selbstberichtsmaß wurde insbesondere für Studien angefertigt, um multidimensionale Interaktionsprozesse von Körper und Psyche zu untersuchen (Mehling et al., 2012). Da der MAIA-2 als Messinstrument in die vorliegende Forschungsarbeit inkludiert wurde, wird auf diesen in Abschnitt 4.3.3 ausführlicher eingegangen.



## 2.4. Ableitung des Forschungsbedarfs

Obwohl das Konzept der motivationalen Kongruenz und Inkongruenz in der Forschung zunehmend an Aufmerksamkeit gewinnt (Brunstein, 2018), konnten innerhalb des Bearbeitungsprozesses dieser Forschungsarbeit keine empirischen Zusammenhänge zum interozeptiven Bewusstsein ausfindig gemacht werden. Wie aus Abschnitt 2.3 hervorgeht, beeinflussten allerdings interozeptive Wahrnehmungsprozesse motivationale, emotionale und volitionale Prozesse. Dementsprechend erscheint es von hoher Relevanz, diesen Themenbereich genauer zu untersuchen. Die in Abschnitt 2.2.2 ausgeführten Studienbefunde von Thrash et al. (2007) legen nahe, dass die Fähigkeit innere Körperempfindungen bewusst wahrzunehmen (privates Körperbewusstsein), die Entwicklung eines motivationalen Selbstbildes fördert, die zum impliziten Motiv passt. Eine hohe Ausprägung auf der Private Body Consciousness Sub-Scale des Body Consciousness Questionnaire von Miller et al. (1981) stand in ihrer Studie im positiven Zusammenhang mit Leistungsmotivkongruenz (siehe Abschnitt 2.2.2). Innerhalb der Studie von Thrash et al. (2007) wurde die bewusste Wahrnehmung innerer Körperempfindungen allerdings nicht auf multidimensionaler Ebene erfasst, wie es mit dem MAIA-2 von Bornemann et al. (2015) und Eggart et al. (2021) möglich wäre. Innerhalb der vorliegenden Forschungsarbeit soll geprüft werden, ob auch die achtsamkeitsbasierten emotionalen und metakognitiven Komponenten des interozeptiven Bewusstseins, die mit der bewussten Wahrnehmung innerer Körperempfindungen in Interaktion stehen (Craig, 2010; Damasio, 1994, Mehling et al., 2012), den Zusammenhang zwischen dem impliziten und expliziten Leistungsmotiv positiv beeinflussen. Konform den Interpretationen von Thrash et al. (2007) wird davon ausgegangen, dass die interozeptive Wahrnehmung die körperlichen Auswirkungen des impliziten Motivs in die Bewusstseins Ebene übertragen könnte. Individuen mit einem hohen interozeptiven Bewusstsein könnten in ihren impliziten und expliziten Leistungsmotiven kongruent sein, da sie ihre expliziten Motive an tief liegenden affektbasierten Bedürfnissen (implizite Motive) orientieren.

Aus dem nicht vorliegenden Moderationseffekt des privaten Selbstbewusstseins konnten Thrash et al. (2007) zwar schlussfolgern, dass für das Vorliegen von Leistungsmotivkongruenz ausschließlich kognitive und affektive Selbstreflektion nicht ausreicht (siehe Abschnitt 2.2.2), eine moderierende Wirkung der Skalen des MAIA-2 kann damit jedoch nicht ausgeschlossen werden. Wie in Abschnitt 2.2.2 beschrieben, beziehen sich

die entsprechenden Items der Self Consciousness-Scale von Fenigstein et al. (1975) auf die Fähigkeit Gedanken und Gefühle bewusst wahrzunehmen. Nach Mehling et al. (2009) wird damit das Selbstbewusstsein/Selbstbild eines Individuums unabhängig von körperlichen Empfindungen und interozeptiven Prozessen operationalisiert (Mehling et al., 2009). Da Selbstreflexion als ein fester Bestandteil interozeptiver Wahrnehmungsprozesse gesehen wird (Mehling et al. 2012; Miller et al., 1981), soll innerhalb dieser Forschungsarbeit überprüft werden, ob der Zusammenhang des impliziten und expliziten Leistungsmotivs auch durch eine hohe Ausprägung auf den Skalen des MAIA-2 positiv beeinflusst wird.

Dass die Konstrukte des privaten Körperbewusstseins und des interozeptiven Bewusstseins sich überschneiden, konnten Mehling et al. (2012) empirisch bestätigen. Bei der Überprüfung der Konstruktvalidität des MAIA wurde die Private Body Consciousness Sub-Scale mit jeder Skala des MAIA einzeln korreliert. Die höchstsignifikant stärksten Zusammenhänge verdeutlichten die Skalen Aufmerksamkeitsregulation ( $r = .43, p < .0001$ ) und Bemerken ( $r = .40, p < .0001$ ). Gegen die Erwartungen von Mehling et al. (2012) lag ausschließlich bei der Skala Sich-Keine-Sorgen-Machen der positive Zusammenhang ( $r = .01$ ) nach Cohen (1988) deutlich unterhalb eines kleinen Effektes. Diese Ergebnisse konnten in ähnlicher Weise von Bornemann et al. (2015) mit der deutschen Version des MAIA bestätigt werden. Die höchstsignifikant stärksten Zusammenhänge mit der Private Body Consciousness Sub-Scale verdeutlichten dabei die Skalen Emotionales Gewahrsein ( $r = .43, p < .001$ ) und Bemerken ( $r = .42, p < .001$ ; Bornemann et al., 2015). Die vorliegende Forschungsarbeit baut demnach auf den Erkenntnissen von Thrash et al. (2007) auf. Ferner werden weitere Aspekte berücksichtigt, denen die Motivations- und Bewusstseinsforschung bislang nur wenig Interesse geschenkt hat.

Dass das interozeptive Bewusstsein mit grundlegenden Persönlichkeitseigenschaften in Beziehung steht, konnte anhand einer aktuellen Validierungsstudie des MAIA von Ferentzi et al. (2021) bestätigt werden. Mittels dem HEXACO Personality Inventory von Ashton und Lee (2007) wurden insgesamt sechs Persönlichkeitsdimensionen erfasst (Ferentzi et al., 2021). Die Persönlichkeitsdimension Emotionalität, die vergleichbar mit der Big Five Persönlichkeitseigenschaft Neurotizismus ist (Baiocco et al., 2017), korrelierte signifikant negativ mit den MAIA Skalen Sich-Keine-Sorgen-Machen, Aufmerksamkeitsregulation, Selbstregulation, Auf-den-Leib-Hören und Vertrauen. Die Persönlichkeitsdimension Offenheit korrelierte signifikant positiv mit den Skalen Bemerken,

---

Aufmerksamkeitsregulation, Emotionales Gewahrsein, Selbstregulation, Auf-den-Leib-Hören und Vertrauen (Ferentzi et al., 2021).

Ergänzend zu diesen Befunden haben Pearson und Pfeifer (2020) empirisch nachgewiesen, dass das interozeptive Bewusstsein mit Neurotizismus-Stabilität (*EPI-Neuroticism-Stability*) zusammenhängt. In ihrer Studie wurde Neurotizismus anhand des Eysenck Personality Inventory (Eysenck & Eysenck, 1964) operationalisiert. Die verschiedenen Dimensionen des interozeptiven Bewusstseins wurden anhand der MAIA-Skalen von Mehling et al. (2012) gemessen. Da manche Items des MAIA eher angenehme und andere Items eher unangenehme Aspekte der interozeptiven Wahrnehmung operationalisieren, ging eine höhere emotionale Stabilität und eine niedrige Neurotizismusausprägung mit höheren Werten zur eher angenehmen interozeptiven Wahrnehmung einher. Eine hohe Ausprägung auf der Skala Vertrauen hat sich als der beste Prädiktor für eine niedrige Neurotizismusausprägung herausgestellt, was diesen Zusammenhang verdeutlicht. In ähnlicher Weise belegt der zweite Prädiktor Selbstregulation die Fähigkeit emotional stabiler Versuchsteilnehmender, Emotionen und Empfindungen nach ihrem Bewusstsein zu regulieren (Pearson & Pfeifer, 2020). Die Ergebnisse von Pearson und Pfeifer (2020) entsprechen den empirischen Befunden von Mallorquí-Bagué et al. (2014), die signifikant negative Korrelationen zwischen Neurotizismus und den MAIA Skalen Aufmerksamkeitsregulation, Selbstregulation und Vertrauen belegen. Ein weiterer Befund von Pearson und Pfeifer (2020) war, dass ausschließlich die Skala Bemerkungen positiv mit Neurotizismus korrelierte. Dieser Zusammenhang wurde durch die erhöhte autonome Reaktivität neurotischer Versuchsteilnehmender erklärt, da Neurotizismus die Sensitivität für Körperempfindungen erhöht (Pearson & Pfeifer, 2020). Die signifikanten prädiktiven Beziehungen der Dimensionen des interozeptiven Bewusstseins mit Neurotizismus stimmen auch mit früheren empirischen Ergebnissen überein (Critchley et al., 2004; Dunn et al., 2010; Ehlers et al., 2000; Ewing et al., 2017; Mallorquí-Bagué et al., 2014; Pollatos et al., 2007).

In einer empirischen MRI/fMRI Studie von Vachon-Pressseau et al. (2018) wurde die Big Five Persönlichkeitseigenschaft Offenheit, gemessen durch das NEO-FFI, genauer untersucht. Die Forscher berichten, dass Offenheit überwiegend im positiven Zusammenhang mit den Skalen des MAIA von Mehling et al. (2012) steht. Signifikant positiv mit Offenheit korrelierten dabei die Skalen Aufmerksamkeitsregulation, Emotionales Gewahrsein und Selbstregulation. Nur die Skala Nicht-Ablenken korrelierte signifikant negativ mit Offenheit.

---

Allerdings beschränkt sich auch diese Studie, wie viele andere Studien die interozeptive Prozesse empirisch untersuchten, auf eine spezifische Bevölkerungsgruppe. Diese Ergebnisse beziehen sich ausschließlich auf Rückenschmerzpatienten (Vachon-Preseau et al., 2018), weshalb die Befunde innerhalb der vorliegenden Forschungsarbeit anhand einer nicht klinischen Stichprobe repliziert werden sollen.

Aufgrund des schmalen Spektrums an empirischen Studien, die den Zusammenhang des interozeptiven Bewusstseins und Persönlichkeitseigenschaften untersuchen, sowie differentiellen Konzeptualisierungen und Operationalisierungen, besteht die Relevanz, dieses Themengebiet weiter zu erforschen. Zusammengefasst dienen die vorgestellten Forschungsbefunde als Hinweis, dass auch die Big Five Persönlichkeitseigenschaften Neurotizismus und Offenheit signifikant mit dem interozeptiven Bewusstsein zusammenhängen könnten. Dies soll innerhalb der vorliegenden Forschungsarbeit empirisch überprüft werden.

Neben der Untersuchung des interozeptiven Bewusstseins werden innerhalb dieser Forschungsarbeit ergänzend Verhaltensaspekte empirisch analysiert. Dafür soll die Abbruchwahrscheinlichkeit der durchgeführten Online-Umfrage untersucht und in Zusammenhang mit den Ausprägungen des impliziten und expliziten Leistungsmotivs der Versuchsteilnehmenden gebracht werden. Es wird angenommen, dass die Teilnahme an der Online-Umfrage eine zu erbringende Leistung darstellt.

Wie in Abschnitt 2.2 herausgestellt, könnte ein Schwierigkeitsanreiz das affektgesteuerte Bedürfnis eines Individuums mit hohem impliziten Leistungsmotiv anregen, um eine herausfordernde Aufgabe zu bewältigen. Beispielsweise könnte ein hohes implizites Leistungsmotiv „Vergnügen an der Teilnahme empirischer Online-Umfragen“ über ein hohes explizites Leistungsmotiv „Ich bin eine leistungsorientierte Person“ in ein entsprechendes Leistungsziel und in die Verhaltensaübung (vollständiges Beenden der Online-Umfrage) übersetzt werden. Die erfolgreiche Verhaltensaübung könnte weiterführend das Gefühl von Stolz auslösen, wodurch das implizite Leistungsmotiv befriedigt wird (Brandstätter et al., 2018). Wie in Abschnitt 2.2 herausgestellt, geht bei einem hohen impliziten Leistungsmotiv der Anreiz zum Handeln ausschließlich von der gestellten Leistungsanforderungen aus, die Versuchsteilnehmende mit hohen eigenen Ansprüchen bestmöglich meistern möchten (Brunstein, 2018). Dementsprechend liegt die Vermutung nahe, dass Versuchsteilnehmende mit einem hohen (energetisierenden) impliziten Leistungsmotiv (McClelland et al. 1989) die

---

Studie eher vollständig absolvieren, als Versuchsteilnehmende mit einem niedrigen impliziten Leistungsmotiv.

Wie ebenfalls in Abschnitt 2.2 verdeutlicht, wird ein explizites Leistungsmotiv insbesondere durch externe Anforderungen und Vorschriften aktiviert (Brunstein, 2018). Die Distribution der Studie könnte dazu beitragen, dass auch ein hohes explizites Leistungsmotiv von Versuchsteilnehmenden angeregt wird. Insbesondere extrinsisch motivierte Freunde und Familienmitglieder von der Verfasserin dieser Forschungsarbeit, könnten die Studie möglicherweise vollständig absolvieren, um die Verfasserin zu beeindrucken, glücklich zu machen oder/und diese nicht zu enttäuschen. Wie Patten und White (1977) publizierten, strengen sich Individuen mit einem hohen expliziten Leistungsmotiv oft erst dann an, wenn sie sozial anerkannte Fähigkeiten unter Beweis stellen können (siehe Abschnitt 2.2). Ein Abbruch der Studie würde wahrscheinlich im Sinne der meisten Versuchsteilnehmenden gegen die generellen Normen und Regeln verstoßen und nicht zur Aufrechterhaltung und Optimierung eines positiven Selbstbildes (wie beispielsweise „Ich habe etwas Sinnvolles getan, bin diszipliniert und leistungsorientiert“) beitragen. Außerdem könnte ein externer Anreiz für Studierende der Universität Trier, die vorab versprochenen Versuchspersonenstunden sein, die sie nach einer vollständigen Studienteilnahme gutgeschrieben bekommen (siehe Abschnitt 4.4). Die Handlungsregulation erfordert bei Leistungszielen, die ausschließlich auf Basis eines motivationalen Selbstbildes generiert sind, durch Impulsunterdrückung und Anreizverstärkung mehr Selbstkontrolle (Brandstätter et al. 2018). Aufgrund der Tatsache, dass implizite Motive eine Verhaltensaübung energetisieren und explizite Motive das konkrete Verhalten lenken (McClelland et al. 1989) wird die Vermutung gestützt, dass auch Versuchsteilnehmende mit einem hohen expliziten Leistungsmotiv die Studie eher vollständig absolvieren als Versuchsteilnehmende mit einem niedrigen expliziten Leistungsmotiv. Innerhalb der vorliegenden Forschungsarbeit sollen diese Annahmen empirisch überprüft werden.

### 3 Ableitung der Hypothesen

Auf Basis des theoretischen Hintergrundes (siehe Kapitel 2) bleiben themenspezifische Fragen unbeantwortet, welche im folgenden Abschnitt 3.1 aufgelistet werden. Die daraus abgeleiteten Hypothesen werden anschließend in Abschnitt 3.2

---

tabellarisch dargestellt. Wie in Abschnitt 2.3 angemerkt, handelt es sich beim interozeptiven Bewusstsein um subjektive Selbstberichte.

### 3.1. Fragestellungen

1. Wird der Zusammenhang zwischen dem impliziten und expliziten Leistungsmotiv mit einem höheren interozeptiven Bewusstsein signifikant stärker positiv?
2. Steht die dispositionelle Persönlichkeitseigenschaft Neurotizismus signifikant im negativen Zusammenhang mit dem interozeptiven Bewusstsein (ausgenommen der Skala Bemerken, die signifikant im positiven Zusammenhang mit dem interozeptiven Bewusstsein steht)?
3. Steht die dispositionelle Persönlichkeitseigenschaft Offenheit signifikant im positiven Zusammenhang mit dem interozeptiven Bewusstsein (ausgenommen der Skala Nicht-Ablenken, die signifikant im negativen Zusammenhang mit dem interozeptiven Bewusstsein steht)?
4. a) Ist die Abbruchwahrscheinlichkeit der Online-Umfrage von Versuchsteilnehmenden mit einem hohen impliziten Leistungsmotiv signifikant geringer als von Versuchsteilnehmenden mit einem niedrigen impliziten Leistungsmotiv?  
  
b) Ist die Abbruchwahrscheinlichkeit der Online-Umfrage von Versuchsteilnehmenden mit einem hohen expliziten Leistungsmotiv signifikant geringer als von Versuchsteilnehmenden mit einem niedrigen expliziten Leistungsmotiv?

### 3.2. Hypothesen

Wie in Abschnitt 2.3 angemerkt, umfasst das interozeptive Bewusstsein als multidimensionales Konstrukt acht verschiedene Dimensionen. Diese Dimensionen können unter Zuhilfenahme der entsprechenden Skalen des MAIA-2 von Bornemann et al. (2015) und Eggart et al. (2021) operationalisiert werden. Nach empirischen Erkenntnissen wird

nahegelegt, jede Dimension des interozeptiven Bewusstseins separat zu untersuchen (Bornemann et al., 2015). Im Folgenden werden die Hypothesen H1, H2, H3, H4a und H4b aufgelistet. Im weiteren Verlauf der Forschungsarbeit werden diese durch die statistisch getesteten Unterhypothesen (siehe Anhang D) genauer analysiert.

H1	Mit einem höheren interozeptiven Bewusstsein wird der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv signifikant stärker positiv.
----	---

H2	Neurotizismus steht signifikant im negativen Zusammenhang mit dem interozeptiven Bewusstsein (ausgenommen der Skala Bemerken, die signifikant im positiven Zusammenhang mit dem interozeptiven Bewusstsein steht).
----	--

H3	Offenheit steht signifikant im positiven Zusammenhang mit dem interozeptiven Bewusstsein (ausgenommen der Skala Nicht-Ablenken, die signifikant im negativen Zusammenhang mit dem interozeptiven Bewusstsein steht).
----	--

H4a	Je höher das implizite Leistungsmotiv ausgeprägt ist, desto niedriger ist die Abbruchwahrscheinlichkeit der Online-Umfrage.
-----	---

H4b	Je höher das explizite Leistungsmotiv ausgeprägt ist, desto niedriger ist die Abbruchwahrscheinlichkeit der Online-Umfrage.
-----	---

## 4 Methodik

In diesem Kapitel wird dargelegt, wie die aufgestellten Hypothesen innerhalb der vorliegenden Forschungsarbeit empirisch überprüft wurden. Zunächst wird in Abschnitt 4.1 das eingesetzte Forschungsdesign erläutert. Anschließend wird in Abschnitt 4.2 erklärt, wie dieses innerhalb der praktischen Durchführung umgesetzt wurde. Auf die eingesetzten Messinstrumente wird in Abschnitt 4.3 genauer eingegangen. In Abschnitt 4.4 wird die Stichprobe genauer beschrieben. Mit dem abschließenden Abschnitt 4.5 wird in die statistische Datenauswertung eingeleitet.

#### 4.1. Forschungsdesign

Diese empirische Forschungsarbeit untersucht die querschnittlichen Zusammenhänge der Leistungsmotivkongruenz mit dem interozeptiven Bewusstsein. Zur Überprüfung der H1 wurde untersucht, ob die Dimensionen des interozeptiven Bewusstseins als Moderatoren zur Vorhersage der Kongruenz zwischen dem impliziten (UV) und expliziten Leistungsmotiv (AV) fungieren. Zur Untersuchung der H2 wurde der Zusammenhang der Big Five Persönlichkeitseigenschaft Neurotizismus (UV) mit den Dimensionen des interozeptiven Bewusstseins (AV) geprüft. Die H3 überprüft den Zusammenhang der Persönlichkeitseigenschaft Offenheit (UV) mit den Dimensionen des interozeptiven Bewusstseins (AV). Für die Untersuchung der H4a wurde getestet, ob ein hohes implizites Leistungsmotiv (UV) mit einer geringeren Abbruchwahrscheinlichkeit der Online-Umfrage (AV) im signifikanten Zusammenhang steht. Letztlich wurde für die Überprüfung der H4b ermittelt, ob ein hohes explizites Leistungsmotiv (UV) mit einer geringeren Abbruchwahrscheinlichkeit der Online-Umfrage (AV) im signifikanten Zusammenhang steht.

#### 4.2. Durchführung

Für den empirischen Forschungsprozess wurde eine quantitative Online-Umfrage mit dem Programm *Enterprise Feedback Suite Survey* eingerichtet. Das Programm gehört der Firma *Tivian XI GmbH*, die unter der Bezeichnung *Unipark* ein Lizenzmodell für akademische Einrichtungen anbietet. An diesem beteiligt sich auch die Universität Trier (Baltes-Götz, 2020). Der dabei eingesetzte Fragebogen bestand aus verschiedenen Messinstrumenten, die in Abschnitt 4.3 beschrieben sind. Insgesamt war der Forschungsablauf programmiert und das Programm wurde über das Internet aufgerufen. Außerdem sind die Versuchsteilnehmenden nicht mit einem Versuchsleitenden persönlich in Kontakt getreten. Dementsprechend handelt es sich um ein *Internet-Experiment*, durch dessen Einsatz die Durchführungsobjektivität der Online-Umfrage verbessert wurde (Huber, 2013). Durch einen Pretest mit ausgewählten Versuchsteilnehmenden konnten technische, methodische und inhaltliche Korrekturen vorab vorgenommen werden.



### 4.3. Messinstrumente

Die Online-Umfrage (Online-Fragebogen) bestand aus insgesamt vier verschiedenen Messinstrumenten, die in den folgenden Abschnitten genauer beschrieben werden. Die Reihenfolge der hier aufgeführten Messinstrumente stimmt mit der Struktur des Fragebogens überein. Soziodemographische Daten, sowie zusätzlich erhobene Variablen wurden am Ende des Fragebogens erhoben und sind im Anhang E dieser Forschungsarbeit dokumentiert. Die Durchführungszeit für die gesamte Online-Umfrage lag bei ungefähr 45 Minuten. Da die Antworten der Versuchsteilnehmenden insgesamt auf Selbsteinschätzung basieren, sind die Ergebnisse nicht unabhängig von den Versuchsteilnehmenden. Für eine hohe Auswertungsobjektivität der Messinstrumente lag jeweils eine standardisierte Scoring-Anleitung vor, die für die Datenauswertung eingesetzt wurde.

#### 4.3.1. Picture Story Exercise

Zu Beginn des Online-Fragebogens wurden die impliziten Leistungsmotive der Versuchsteilnehmenden mit der PSE von Schultheiss und Pang (2007; siehe Abschnitt 2.2.1) erhoben. Dazu wurden folgende vier Bilder eingesetzt: „women in laboratory“ (McClelland, 1975), „boxer“ (McClelland & Steele, 1972), „trapeze artists“ (McClelland, 1975) und „architect at desk“ (McClelland, 1975; Smith, 1992). Die aufgeführte Reihenfolge stimmt mit der Reihenfolge im Fragebogen überein, so dass weibliche und männliche Personen in wechselnder Abfolge den Versuchsteilnehmenden präsentiert wurden. Die PSE Bilder sind auf der öffentlich zugänglichen *OSF Datenbank* von Schönbrodt et al. (2018) bereitgestellt und im Anhang F dieser Forschungsarbeit hinterlegt. Da die eingesetzten Bilder einen besonders hohen achievement-pull haben (Schönbrodt et al. 2021), wurden sie für den Einsatz der durchgeführten Online-Umfrage ausgewählt. Der PSE Teil war in *Unipark* so eingestellt, dass zunächst jeweils ein Bild auf eine Seite für 30 Sekunden eingeblendet wurde. Sobald die 30 Sekunden abgelaufen sind, wurde die Seite mit dem Bild automatisch abgesendet. Auf der nächsten Seite waren folgende vier Fragen über einem Textfeld eingeblendet: „Was passiert auf dem Bild, wer sind die Personen? Wie kam es zu der Situation; wie begann die Geschichte? Worüber denken die Personen nach, was wollen sie und wie fühlen sie sich? Was wird passieren, wie wird die Geschichte ausgehen?“. Diese Seite konnte nach frühestens zwei

Minuten durch den „Weiter“-Button abgesendet werden und wurde nach spätestens viereinhalb Minuten (270 Sekunden) automatisch abgesendet.

Für die Skalenbildung erfolgte eine Residualisierung der PSE. Dafür wurde die Korrelation von Wortzahl und Anzahl der Kodierungen über die Anzahl der Kodierungen um die Varianz bereinigt, die allein durch die Wortzahl erklärt wurde (Schönbrodt et al., 2021).

#### 4.3.2. GOALS

Im zweiten Teil des Online-Fragebogens wurden das explizite Leistungsmotiv der Versuchsteilnehmenden mittels vier Items der Zielkategorie Leistung und der Skala (Dimension) *Wichtigkeit* des bereits validierten Lebenszielfragebogen GOALS von Pöhlmann und Brunstein (1997; siehe Abschnitt 2.2.1) erhoben. Der Inhaltsbereich Leistung des GOALS wurde entsprechend der Motivklassifikation von McClelland (1985) und McAdams (1988) konzipiert. Die Zielattribution *Wichtigkeit* beschreibt die subjektive Bedeutsamkeit des Ziels sowie das Ausmaß der Bindung an das Ziel. Anhand einer fünfstufigen Likertskala (1 = *nicht wichtig* bis 5 = *sehr wichtig*) wurde nomothetisch bewertet, wie wichtig es den Versuchsteilnehmenden beispielsweise ist, sich kontinuierlich fortzubilden. Alle vier Items des GOALS sind kontextunabhängig formuliert. Der Lebenszielfragebogen GOALS ist theoretisch und empirisch fundiert und kann ökonomisch und vielseitig eingesetzt werden. Demnach kann er in der Grundlagen- als auch in der angewandten Forschung eingesetzt werden (Pöhlmann & Brunstein, 1997).

Die Skalenbildung für das explizite Leistungsmotiv wurde durch das arithmetische Mittel der vier Items gebildet. Die Reliabilität lag bei Cronbachs  $\alpha = .88$ .

#### 4.3.3. Multidimensional Assessment of Interoceptive Awareness, Version 2

Der dritte Teil des Online-Fragebogens diente zur Operationalisierung des interozeptiven Bewusstseins der Versuchsteilnehmenden. Die Datenerhebung basierte dabei auf dem MAIA-2 von Bornemann et al. (2015) und Eggart et al. (2021). Nach Mehling et al. (2012) basiert das multidimensionale Selbstberichtsmaß auf einer umfangreichen Literaturrecherche zu bereits bestehenden psychometrischen Tests und standardisierten Fragebögen. Der MAIA-2 wurde an einer klinischen Stichprobe (Depressionspatienten) validiert (Eggart et al., 2021). Die differentiellen Ergebnisse der Skalen des MAIA aus der Längsschnittstudie von Bornemann et al. (2015) machen darauf aufmerksam, dass das

interozeptive Bewusstsein multidimensional bewertet werden sollte. Der MAIA-2 umfasst insgesamt 37 Items, die auf acht differenzierte Skalen aufgeteilt sind. Die Skalen des MAIA-2 sind entsprechen der Dimensionen des interozeptiven Bewusstseins definiert (siehe Abschnitt 2.3). Anhand einer 6-stufigen Likertskala (0 = *nie* bis 5 = *immer*) sollten die Versuchsteilnehmenden das Bemerken (Beispielitem Nr.1 : „Wenn ich angespannt bin, merke ich, wo in meinem Körper die Anspannung auftritt.“), Nicht-Ablenken (Beispielitem Nr.5: „Ich ignoriere körperliche Anspannung oder Unwohlsein, bis diese stärker werden“), Sich-Keine-Sorgen-Machen (Beispielitem Nr.11: „Wenn ich körperliche Schmerzen habe, ärgere ich mich.“), Aufmerksamkeitsregulation (Beispielitem Nr.16: „Ich kann auf meine Atmung achten ohne von dem, was um mich herum geschieht, abgelenkt zu werden.“), Emotionales Gewahrsein (Beispielitem Nr. 23: „Ich bemerke, wie mein Körper sich verändert, wenn ich wütend bin.“), Selbstregulation (Beispielitem Nr. 28: „Wenn mir alles zu viel wird, kann ich einen Ort der Ruhe in mir finden.“), Auf-den-Leib-Hören (Beispielitem Nr. 33: „Wenn ich aufgebracht bin, nehmen ich mir Zeit herauszufinden, wie mein Körper sich anfühlt.“), Vertrauen (Beispielitem Nr. 36: „Ich empfinde meinen Körper als einen sicheren Ort.“) persönlich (subjektiv) einschätzen. Das fünfte, sechste, siebte, achte, neunte und zehnte Item der Skala Nicht-Ablenken sowie das elfte, zwölfte, dreizehnte, vierzehnte und fünfzehnte Item der Skala Sich-Keine-Sorgen machen, wurden bei der Auswertung invertiert (Mehling et al. 2018).

Die Bildung der acht Skalen des MAIA-2 erfolgte durch die Ermittlung des arithmetischen Mittels der jeweils zugehörigen Items. Die Reliabilität für die Skala Bemerken lag bei Cronbachs  $\alpha = .70$ , für Nicht-Ablenken bei Cronbachs  $\alpha = .89$ , für Sich-Keine-Sorgen-Machen bei Cronbachs  $\alpha = .71$ , für Aufmerksamkeitsregulation bei Cronbachs  $\alpha = .87$ , für Emotionales Gewahrsein bei Cronbachs  $\alpha = .83$ , für Selbstregulation bei Cronbachs  $\alpha = .90$ , für Auf-den-Leib-Hören bei Cronbachs  $\alpha = .89$  und für Vertrauen bei Cronbachs  $\alpha = .90$ .

#### 4.3.4. 30-Item-Kurzversion

Im anschließenden vierten Teil des Online-Fragebogens wurden die dispositionellen Persönlichkeitseigenschaften Offenheit und Neurotizismus mit der NEO-FFI-30 von Körner et al. (2008) erhoben. Dabei wurde die erste Skala für Neurotizismus (Beispiel-Item Nr. 21: „Ich fühle mich oft angespannt und nervös“) und die dritte Skala für Offenheit (Beispiel-Item Nr. 13: „Mich begeistern die Motive, die ich in der Kunst und in der Natur finde“) eingesetzt.

Sechs Items sind jeweils einer Skala zugeordnet. Die Selbsteinschätzung der Versuchsteilnehmenden erfolgt über den Grad der Zustimmung einer fünfstufigen Likert-Skala (von 0 = *Starke Ablehnung* bis 4 = *Starke Zustimmung*). Die NEO-FFI-30 basiert auf seinem Vorgängermodell, dem NEO-FFI von Costa und McCrae (1989) und entspringt somit den in Abschnitt 2.1.3 beschriebenen Theorien und Methoden der Faktorenanalyse. Aufgrund der Ergebnisse einer empirischen Studie von Körner et al. (2002), wurde die Originalversion in Hinblick auf die psychometrischen Eigenschaften optimiert und für einen ökonomischeren Einsatz gekürzt und validiert (Körner et al., 2008). Das erste, dritte und fünfte Item von Offenheit wurde bei der Auswertung invertiert.

Für beide Skalen (Offenheit und Neurotizismus) wurde jeweils das arithmetische Mittel auf Basis der zugehörigen Items unter Berücksichtigung der invertierten Items gebildet. Die Reliabilität für Offenheit lag bei Cronbachs  $\alpha = .76$ . Für Neurotizismus lag die Reliabilität bei Cronbachs  $\alpha = .88$ .

#### 4.4. Stichprobe

Die Distribution der Online-Umfrage erfolgte insbesondere über soziale Netzwerke wie beispielweise *Facebook*, *Instagram*, *Whatsapp*, themenentsprechenden Foren und Blogs. Durch den Einsatz des *Schneeballverfahrens* (Bortz & Döring, 2006) sollte eine umfassende Anzahl an Versuchsteilnehmenden rekrutiert werden. Außerdem wurden Versuchsteilnehmende über E-mail Verteilerlisten verschiedener Institutionen und Organisationen erworben. Studierende der *Universität Trier* haben nach vollständiger Studienteilnahme 0,75 Versuchspersonenstunden über das cloudbasierte *SONA-System* gutgeschrieben bekommen. Die Zielgruppe wurde bewusst offengehalten und es lagen keine spezifischen Ausschlusskriterien für die Teilnahme an der Umfrage vor. Demnach handelt es sich um eine willkürliche Auswahl von Versuchsteilnehmenden (Fantapiè Altobelli, 2007). Die Datenerhebung begann am 10. März 2022 und endete am 28. März 2022. In der Einverständniserklärung der Umfrage war eine E-Mail-Adresse vermerkt, an die Fragen oder Anregungen zur Online-Umfrage gesendet werden konnten.

Insgesamt haben 670 Versuchsteilnehmende an der Online-Umfrage teilgenommen. Von dieser Gesamtanzahl mussten über 65% der Versuchsteilnehmenden von der Datenauswertung ausgeschlossen werden, da diese vor dem GOALS die Umfrage abgebrochen haben. 229 Versuchsteilnehmende haben bis einschließlich zum GOALS die

Umfrage beendet. 34 Versuchsteilnehmende wurden von der Stichprobe entfernt, da diese in ihren vier aufgeschriebenen Geschichten (PSE) nicht insgesamt mindestens 120 Wörter geschrieben haben. Dieses Kriterium wurde nach den Empfehlungen von Smith, Feld, & Franz (1992) festgelegt und sollte die Validität der Online-Umfrage erhöhen. Aus diesen Gründen wurden weitere acht Versuchsteilnehmende entfernt, da diese in der Umfrage angegeben haben, *Deutsch nicht als Muttersprache* zu haben. Eine weitere Versuchsteilnehmende wurde aus dem Stichprobendatensatz gelöscht, da diese angegeben hat, *nicht ernsthaft* an der Umfrage teilgenommen zu haben. Demnach verblieb noch ein Gesamtstichprobenumfang von 186 Versuchsteilnehmenden. Von diesem wurden 15 Versuchsteilnehmende als Abbrecher (8.1%) und 171 Versuchsteilnehmende als Nicht-Abbrecher (91.9%) definiert. Die Abbrecher haben die Umfrage bis einschließlich zum GOALS beendet und danach weitere Fragen nicht mehr beantwortet. Die Nicht-Abbrecher haben die Umfrage vollständig abgeschlossen.

Hinsichtlich soziodemographischer Aspekte (siehe Anhang E) kann diese Teilstichprobe genauer beschrieben werden: 142 Versuchsteilnehmende (83.0%) haben angegeben, sich dem weiblichen Geschlecht (83.0%), 28 Versuchsteilnehmende (16.4%) sich dem männlichen Geschlecht und eine Versuchsteilnehmende (0.6%) sich einem diversen Geschlecht zugehörig zu fühlen. Das biologische Alter der Nicht-Abbrecher entspricht 14 Jahre bis 77 Jahre ( $M = 31.51$ ;  $SD = 13.31$ ). Zwei Versuchsteilnehmende (1.2%) haben angegeben bisher keinen Bildungsabschluss erreicht zu haben. Sieben Versuchsteilnehmende (4.1%) gaben als aktuell höchsten Bildungsabschluss einen Realschulabschluss an. 74 Versuchsteilnehmende (43.3%) haben vermerkt das Abitur erreicht zu haben. Eine abgeschlossene Berufsausbildung haben 45 Versuchsteilnehmende (26.3%) als aktuell höchsten Bildungsabschluss vermerkt. 40 Versuchsteilnehmende (23.4%) haben nach Eigenangaben einen Hochschulabschluss (Bachelor, Master, Diplom oder ähnliches). Drei Versuchsteilnehmende (1.8%) haben angegeben promoviert und/oder approbiert zu haben. Ergänzend zu soziodemographischen Fragen wurde der Grad an Meditationserfahrung sowie das Ausüben/Nicht-Ausüben anderer bewusstseinsweiternden Praktiken (wie beispielsweise Yoga, Tai-Chi oder Qi-Gong) erhoben. 38 Versuchsteilnehmende (22.2%) gaben an keine, 97 Versuchsteilnehmende (56.7%) ein wenig, 29 Versuchsteilnehmende (17.0%) regelmäßige und 7 Versuchsteilnehmende (4.1%) tägliche Meditationserfahrungen zu machen. 60 Versuchsteilnehmende (35.1%) haben die Angabe gemacht andere bewusstseinsweiternden

---

Praktiken im Alltag auszuüben. 111 Versuchsteilnehmende (64.9%) haben angegeben keinen anderen bewusstseinsweiternden Praktiken alltäglich nachzugehen. Der beschriebene Stichprobendatensatz war nicht immer bei allen Untersuchungen konstant. Aufgrund Missing Values im MAIA-2 wurden für die Berechnung einzelner Skalen teilweise weitere Versuchsteilnehmende ausgeschlossen. Diese haben weniger als 5% der Stichprobe ausgemacht.

#### 4.5. Statistische Datenauswertung

Die PSE Geschichten wurden von einer ausgebildeten wissenschaftlichen Hilfskraft der Universität Trier nach dem Kodierungssystem von Winter (1994) kodiert. Nachdem die Kodierung der PSE für die impliziten Leistungsmotive abgeschlossen war, erfolgte die statistische Auswertung der Daten. Dafür wurde die Statistik-Software *IBM SPSS Statistics Version 28* benutzt. Für die statistische Datenauswertung wurden die einzelnen Variablen zunächst benannt und kodiert. Danach wurde das optimale Skalenniveau eingetragen.

### 5 Statistische Ergebnisse

Durch die folgenden statistischen Ergebnisse sollen die in Abschnitt 3.1 angeführten Fragestellungen beantwortet werden. Dafür wurden die jeweiligen Unterhypothesen der H1, H2 und H3 (siehe Anhang D) sowie die H4a und H4b statistisch überprüft. Die Ergebnisse der H1, H2 und H3 beruhen nicht auf der Gesamtstichprobe, da die Abbrecher für diese Analysen nicht eingeschlossen wurden (siehe Abschnitt 4.4). Stattdessen basieren diese Ergebnisse auf der in Abschnitt 4.4 beschriebenen Teilstichprobe (Nicht-Abbrecher), bei der bivariat kein signifikanter Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv vorlag. Ergänzend wurden explorative Analysen durchgeführt, die im Anhang I dieser Forschungsarbeit dokumentiert sind. Eine zusammenfassende Darstellung der relevanten statistischen Ergebnisse und deren Interpretation erfolgt im Kapitel 6.

#### 5.1. Deskriptive Ergebnisse

Die deskriptiven Ergebnisse der untersuchten Skalen sind in Tabelle 1 zusammengefasst. Da für die Skalenbildung des impliziten Leistungsmotivs eine

Residualisierung nach Schönbrodt et al. (2021) stattfand (siehe Abschnitt 4.3.1), lag der Mittelwert dieser Variable bei Null.

Tabelle 1

*Stichprobengröße, Minimum, Maximum, Mittelwert und Standardabweichung für alle Variablen*

	<i>N</i>	Min	Max	<i>M</i>	<i>SD</i>
Explizites Leistungsmotiv	186	1.00	5.00	3.99	0.86
Implizites Leistungsmotiv	186	-4.76	4.52	0.00	1.77
Neurotizismus	170	0.17	4.00	2.03	0.93
Offenheit	170	0.50	4.00	2.71	0.71
Bemerken	175	0.25	5.00	3.42	0.88
Nicht-Ablenken	171	0.00	4.83	2.09	1.02
Sich-Keine-Sorgen-Machen	172	0.00	4.80	2.33	0.89
Aufmerksamkeitsregulation	169	0.00	5.00	2.75	0.94
Emotionales Gewahrsein	171	0.80	5.00	3.70	0.94
Selbstregulation	172	0.00	5.00	2.47	1.28
Auf-den-Leib-Hören	171	0.00	5.00	2.36	1.19
Vertrauen	172	0.00	5.00	3.12	1.33

*Anmerkungen.* Min = Minimum, Max = Maximum.

Wie in Tabelle 2 sichtbar, korrelierten in der Gesamtstichprobe implizites und explizites Leistungsmotiv geringfügig positiv miteinander ( $r = .19, p < .01$ ). Das explizite Leistungsmotiv korrelierte geringfügig positiv mit Auf-den-Leib-Hören ( $r = .18, p < .05$ ) und Offenheit ( $r = .24, p < .001$ ). Das implizite Leistungsmotiv korrelierte geringfügig positiv mit Neurotizismus ( $r = -.16, p < .05$ ).

Tabelle 2

*Produkt-Moment Korrelationen der Variablen*

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
1. Explizites Leistungsmotiv	186								
2. Implizites Leistungsmotiv	.19**	186							
3. Bemerken	.17*	-.04	175						
4. Nicht-Ablenken	-.07	.09	.32***	171					
5. Sich-Keine-Sorgen-Machen	.05	.17*	.05	.24***	172				
6. Aufmerksamkeitsregulation	.12	.01	.47***	.35***	.29***	168			
7. Emotionales Gewahrsein	.11	-.12	.65***	.30***	.07	.46***	171		
8. Selbstregulation	.02	.02	.47***	.48***	.28***	.69***	.51***	172	
9. Auf-den-Leib-Hören	.18*	.04	.49***	.58***	.24***	.61***	.46***	.64***	171
10. Vertrauen	.10	.04	.26***	.42***	.23***	.57***	.40***	.56***	.50***
11. Offenheit	.24***	-.13	.17*	.02	.10	.20**	.09	.13	.21**
12. Neurotizismus	-.02	-.16*	-.12	-.39***	-.37***	-.38***	-.15*	-.44***	-.32***



			10.
			11.
			12.
-.59***	.02	172	
-.01	.170		
	.170		

Anmerkungen.: Zahlen in der Diagonale stellen *N* der entsprechenden Variable dar.

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ .

## 5.2. Überprüfung von H1: Motivkongruenz

Die Überprüfung der H1 erfolgte durch insgesamt acht Moderationsanalysen. Damit wurde bestimmt, ob die Interaktion zwischen den einzelnen Dimensionen des interozeptiven Bewusstseins (Moderatorvariable) und dem impliziten Leistungsmotiv (UV) das explizite Leistungsmotiv (AV) signifikant vorhersagt. Es wurde jeweils eine Moderationsanalyse für eine Skala des MAIA-2 berechnet (H1a-H1h). Dafür wurden jeweils hierarchisch moderierte Regressionen für die Vorhersage des expliziten Leistungsmotivs berechnet. Im ersten Block wurde das implizite Leistungsmotiv in das Modell aufgenommen. Im zweiten Block wurde mit dem Einschussverfahren die jeweils zentrierte MAIA-2 Skala zusätzlich in das Modell einbezogen. Im dritten Block kommt darüber hinaus der Interaktionsterm zwischen dem impliziten Leistungsmotiv und der jeweiligen MAIA-2 Skala hinzu. Für die statistische Schlussfolgerung (ob eine Moderation vorliegt oder nicht) wurde ausschließlich der dritte Block (Signifikanzprüfung des Interaktionstherm) berücksichtigt. Die Voraussetzungen der Moderation wurden jeweils zuvor kontrolliert und bestätigt. Im Folgenden werden die statistischen Ergebnisse für die H1 der einzelnen Skalen des MAIA-2 ausgeführt.

### 5.2.1. H1a: Skala Bemerken

Das Ergebnis von Block 1 zeigte, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem implizitem (UV) und dem explizitem Leistungsmotiv (AV) vorlag,  $b = 0.024$ ,  $SE = 0.032$ ,  $\beta = .057$ ,  $p > .05$ , 95% CI<sub>b</sub>[-0.039, -0.086],  $F(1, 173) = 0.554$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = .003$ . Das Hinzufügen des Moderators Bemerken im zweiten Block bewirkte eine signifikante Änderung

der aufgeklärten Varianz von 3.1% (Änderung in  $R^2 = .031$ ,  $p < .05$ ). Das Ergebnis von Block 2 belegte, dass ein signifikanter Zusammenhang zwischen Bemerken und dem explizitem Leistungsmotiv (AV) bestand,  $b = 0.140$ ,  $SE = 0.060$ ,  $\beta = .176$ ,  $p < .05$ , 95%  $CI_b[0.022, 0.258]$ ,  $F(2, 172) = 3.042$ ,  $p = .050$ ,  $R^2 = .034$ . Der Zusammenhang zwischen dem implizitem und dem explizitem Leistungsmotiv war weiterhin nicht signifikant.

Das Hinzufügen des Interaktionsterms im dritten Block zur Überprüfung der Moderationshypothese bewirkte eine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz von 2.6% (Änderung in  $R^2 = .026$ ,  $p < .05$ ). Das Gesamtmodell für Block 3 war signifikant,  $F(3, 171) = 3.623$ ,  $p < .05$  und erreichte eine Varianzaufklärung von 6.0% ( $R^2 = .060$ ). Das Ergebnis der Moderationsanalyse belegte einen signifikanten Moderationseffekt von Bemerken auf die Beziehung zwischen implizitem Leistungsmotiv (UV) auf explizitem Leistungsmotiv (AV),  $b = -0.073$ ,  $SE = 0.034$ ,  $\beta = -.160$ ,  $p < .05$ , 95%  $CI_b[-0.140, -0.006]$ . Zudem wurde ein signifikanter Haupteffekt für Bemerken nachgewiesen,  $b = 0.138$ ,  $SE = 0.059$ ,  $\beta = -.173$ ,  $p < .05$ , 95%  $CI_b[0.021, 0.254]$ . Allerdings lag kein signifikanter Haupteffekt für das implizite Leistungsmotiv vor,  $b = 0.027$ ,  $SE = 0.031$ ,  $\beta = .065$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.034, 0.088]$ .

Abbildung 6 (siehe Anhang G) veranschaulicht, dass mit einer niedrigen Ausprägung von Bemerken (-1  $SD$ ) der Zusammenhang zwischen dem impliziten und expliziten Leistungsmotiv positiv war,  $\beta = .092$ ,  $SE = 0.043$ ,  $p < .05$ , 95%  $CI[.006, .177]$ . Die Effektstärken für eine mittlere und hohe Ausprägung von Bemerken waren so gering ( $|\beta| < .038$ ), dass sie nicht signifikant ( $p > .05$ ) wurden. Da mit höheren Ausprägungen von Bemerken kein signifikant positiver Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv vorlag wurde die H1a abgelehnt.

### 5.2.2. H1b: Skala Nicht-Ablenken

Das Ergebnis von Block 1 belegte, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem implizitem (UV) und explizitem Leistungsmotiv (AV) vorlag,  $b = 0.008$ ,  $SE = 0.029$ ,  $\beta = .020$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.050, 0.066]$ ,  $F(1, 169) = 0.071$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 < .001$ . Das Hinzufügen des Moderators Nicht-Ablenken im zweiten Block bewirkte keine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz (Änderung in  $R^2 = .005$ ,  $p > .05$ ). Das Ergebnis von Block 2 zeigte, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen Nicht-Ablenken und dem explizitem Leistungsmotiv (AV) vorlag,  $b = -0.044$ ,  $SE = 0.049$ ,  $\beta = -.070$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.141,$

0.052],  $F(2, 168) = 0.446, p > .05, R^2 = .005$ . Der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv war weiterhin nicht signifikant.

Das Hinzufügen des Interaktionsterms im dritten Block zur Überprüfung der Moderationshypothese bewirkte keine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz (Änderung in  $R^2 = .002, p > .05$ ). Das Gesamtmodell für Block 3 war nicht signifikant,  $F(3, 167) = 0.408, p > .05, R^2 = .007$ . Das Ergebnis der Moderationsanalyse belegte, dass kein signifikanter Moderationseffekt von Nicht-Ablenken auf die Beziehung zwischen implizitem Leistungsmotiv auf explizitem Leistungsmotiv vorlag,  $b = -0.015, SE = .025, \beta = -.046, p > .05, 95\% CI_b[-.065, .036]$ . Dementsprechend wurde die H1b zugunsten der H0 verworfen. Es lag außerdem kein signifikanter Haupteffekt für Nicht-Ablenken vor,  $b = -0.040, SE = 0.049, \beta = -.064, p > .05, 95\% CI_b[-0.138, 0.057]$ . Zudem gab es keinen signifikanten Haupteffekt für das implizite Leistungsmotiv,  $b = 0.012, SE = 0.030, \beta = .033, p > .05, 95\% CI_b[-0.047, 0.072]$ .

### 5.2.3. H1c: Skala Sich-Keine-Sorgen-Machen

Das Ergebnis von Block 1 zeigte, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem implizitem (UV) und explizitem Leistungsmotiv (AV) vorlag,  $b = 0.014, SE = 0.030, \beta = .037, p > .05, 95\% CI_b[-0.045, 0.074], F(1, 170) = 0.232, p > .05, R^2 = 0.001$ . Das Hinzufügen des Moderators Sich-Keine-Sorgen-Machen im zweiten Block bewirkte keine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz (Änderung in  $R^2 = .002, p > .05$ ). Das Ergebnis von Block 2 belegte, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen Sich-Keine-Sorgen-Machen und dem explizitem Leistungsmotiv (AV) vorlag,  $b = 0.035, SE = 0.058, \beta = -.047, p > .05, 95\% CI_b[-0.080, 0.149], F(2, 169) = 0.294, p > .05, R^2 = .003$ . Der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv war weiterhin nicht signifikant.

Das Hinzufügen des Interaktionsterms im dritten Block zur Überprüfung der Moderationshypothese bewirkte keine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz (Änderung in  $R^2 = .006, p > .05$ ). Das Gesamtmodell für Block 3 war nicht signifikant,  $F(3, 168) = 0.515, p < .05, R^2 = .009$ . Das Ergebnis der Moderationsanalyse zeigte, dass kein signifikanter Moderationseffekt von Sich-Keine-Sorgen-Machen auf die Beziehung zwischen implizitem Leistungsmotiv auf explizitem Leistungsmotiv vorlag,  $b = 0.032, SE = 0.033, \beta = .078, p > .05, 95\% CI_b[-0.033, 0.097]$ . Deshalb wurde die H1c zugunsten der H0 abgelehnt. Es lag außerdem kein signifikanter Haupteffekt für Keine-

Sorgen-Machen vor,  $b = 0.019$ ,  $SE = 0.060$ ,  $\beta = .026$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.099, 0.138]$ . Zudem gab es keinen signifikanten Haupteffekt für das implizite Leistungsmotiv,  $b = 0.013$ ,  $SE = 0.031$ ,  $\beta = .034$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.047, 0.074]$ .

#### 5.2.4. H1d: Skala Aufmerksamkeitsregulation

Das Ergebnis von Block 1 verdeutlichte, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem implizitem (UV) und explizitem Leistungsmotiv (AV) vorlag,  $b = 0.011$ ,  $SE = 0.029$ ,  $\beta = .029$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.047, 0.069]$ ,  $F(1, 167) = 0.138$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = .001$ . Das Hinzufügen des Moderators Aufmerksamkeitsregulation im zweiten Block bewirkte keine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz (Änderung in  $R^2 = .014$ ,  $p > .05$ ). Das Ergebnis von Block 2 belegt, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen Aufmerksamkeitsregulation und dem explizitem Leistungsmotiv (AV) vorlag,  $b = 0.079$ ,  $SE = 0.052$ ,  $\beta = .116$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.024, 0.181]$ ,  $F(2, 166) = 1.212$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = .014$ . Der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv war weiterhin nicht signifikant.

Das Hinzufügen des Interaktionsterms im dritten Block zur Überprüfung der Moderationshypothese bewirkte keine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz (Änderung in  $R^2 = .002$ ,  $p > .05$ ). Das Gesamtmodell für Block 3 war nicht signifikant,  $F(3, 165) = 0.892$ ,  $p > 0.5$ ,  $R^2 = .016$ . Das Ergebnis der Moderationsanalyse zeigte, dass kein signifikanter Moderationseffekt von Aufmerksamkeitsregulation auf die Beziehung zwischen implizitem Leistungsmotiv auf explizitem Leistungsmotiv,  $b = -0.015$ ,  $SE = 0.029$ ,  $\beta = -.040$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.073, 0.043]$  vorliegt. Deshalb wird die H1d zugunsten der H0 abgelehnt. Es liegt kein signifikanter Haupteffekt für Aufmerksamkeitsregulation vor,  $b = 0.084$ ,  $SE = 0.053$ ,  $\beta = .124$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.021, 0.188]$ . Zudem gibt es keinen signifikanten Haupteffekt für das implizite Leistungsmotiv,  $b = 0.012$ ,  $SE = 0.029$ ,  $\beta = .031$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.046, 0.070]$ .

#### 5.2.5. H1e: Skala Emotionales Gewahrsein

Das Ergebnis von Block 1 zeigte, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem implizitem (UV) und explizitem Leistungsmotiv (AV) vorlag,  $b = 0.008$ ,  $SE = 0.031$ ,  $\beta = .020$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.053, 0.069]$ ,  $F(1, 169) = 0.067$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 < .001$ . Das Hinzufügen des Moderators Emotionales Gewahrsein im zweiten Block bewirkte keine signifikante

Änderung der aufgeklärten Varianz (Änderung in  $R^2 = .012, p > .05$ ). Das Ergebnis von Block 2 belegte, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen Emotionales Gewahrsein und dem explizitem Leistungsmotiv (AV) vorlag,  $b = 0.080, SE = 0.055, \beta = -.112, p > .05, 95\% CI_b[-0.029, 0.188], F(2, 168) = 2.093, p > .05, R^2 = .013$ . Der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv war weiterhin nicht signifikant.

Das Hinzufügen des Interaktionsterms im dritten Block zur Überprüfung der Moderationshypothese bewirkte keine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz (Änderung in  $R^2 = .022, p > .05$ ). Das Gesamtmodell für Block 3 war nicht signifikant,  $F(3, 167) = 1.990, p > .05, R^2 = .035$ . Das Ergebnis der Moderationsanalyse zeigte, dass kein signifikanter Moderationseffekt von Emotionales Gewahrsein auf die Beziehung zwischen implizitem Leistungsmotiv auf explizitem Leistungsmotiv vorlag,  $b = -0.059, SE = .031, \beta = -.149, p > .05, 95\% CI_b[-0.120, 0.001]$ . Dementsprechend wurde die H1e zugunsten der H0 abgelehnt. Es lag außerdem kein signifikanter Haupteffekt für Emotionales Gewahrsein vor,  $b = 0.095, SE = 0.055, \beta = .134, p > .05, 95\% CI_b[-0.014, 0.204]$ . Zudem gab es keinen signifikanten Haupteffekt für das implizite Leistungsmotiv,  $b = 0.015, SE = 0.031, \beta = .037, p > .05, 95\% CI_b[-0.046, 0.075]$ .

Für die H1e wurde eine Post-hoc Poweranalyse mit G\*Power *Version 3.1.9.6* (Faul et al., 2009) durchgeführt, da hierbei ein kleiner bedeutsamer Effekt von  $f^2 = .04$  (Cohen, 1988) vorlag, der auf dem Signifikanzniveau von 5% knapp nicht signifikant wurde. Die berechnete Teststärke lag bei .739 (73.9%). Für eine Teststärke von 80% wären 199 Versuchsteilnehmende notwendig gewesen.

#### 5.2.6. H1f: Skala Selbstregulation

Das Ergebnis von Block 1 verdeutlichte, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem implizitem (UV) und explizitem Leistungsmotiv (AV) vorlag,  $b = 0.010, SE = 0.030, \beta = .026, p > .05, 95\% CI_b[-0.049, 0.070], F(1, 170) = 0.118, p > .05, R^2 = .001$ . Das Hinzufügen des Moderators *Selbstregulation* im zweiten Block bewirkte keine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz (Änderung in  $R^2 < .001, p > .05$ ). Das Ergebnis von Block 2 belegte, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen Selbstregulation und dem explizitem Leistungsmotiv (AV) vorlag,  $b = 0.010, SE = 0.040, \beta = 0.019, p > .05, 95\% CI_b[-0.069, 0.089], F(2, 169) = 0.090, p > .05, R^2 = .002$ ). Der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv war weiterhin nicht signifikant.

Das Hinzufügen des Interaktionsterms im dritten Block zur Überprüfung der Moderationshypothese bewirkte keine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz (Änderung in  $R^2 = .001$ ,  $p > .05$ ). Das Gesamtmodell für Block 3 war nicht signifikant,  $F(3,168) = 0.110$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = 0.002$ . Das Ergebnis der Moderationsanalyse verdeutlichte, dass kein signifikanter Moderationseffekt von Selbstregulation auf die Beziehung zwischen implizitem Leistungsmotiv auf explizitem Leistungsmotiv vorlag,  $b = -0.009$ ,  $SE = .023$ ,  $\beta = -.031$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.055, 0.037]$ . Deshalb wurde die H1f zugunsten der H0 verworfen. Es lag außerdem kein signifikanter Haupteffekt für Selbstregulation vor,  $b = 0.013$ ,  $SE = 0.041$ ,  $\beta = .024$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.068, 0.093]$ . Zudem gab es keinen signifikanten Haupteffekt für das implizite Leistungsmotiv,  $b = 0.012$ ,  $SE = 0.031$ ,  $\beta = .029$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.049, 0.072]$ .

#### 5.2.7. H1g: Skala Auf-den-Leib-Hören

Das Ergebnis von Block 1 zeigte, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem implizitem (UV) und explizitem Leistungsmotiv (AV) vorlag,  $b = 0.008$ ,  $SE = 0.031$ ,  $\beta = .021$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.052, 0.069]$ ,  $F(1, 169) = 0.077$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 < .001$ . Das Hinzufügen des Moderators Auf-den-Leib-Hören im zweiten Block bewirkte eine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz von 3.1% (Änderung in  $R^2 = .031$ ,  $p < .05$ ). Das Ergebnis von Block 2 belegte, dass ein signifikanter Zusammenhang zwischen Auf-den-Leib-Hören und dem explizitem Leistungsmotiv (AV) besteht,  $b = 0.098$ ,  $SE = 0.043$ ,  $\beta = .175$ ,  $p < .05$ , 95%  $CI_b[0.014, 0.182]$ ,  $F(2, 168) = 2.684$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = .031$ . Der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv war weiterhin nicht signifikant.

Das Hinzufügen des Interaktionsterms im dritten Block zur Überprüfung der Moderationshypothese bewirkte keine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz (Änderung in  $R^2 = .008$ ,  $p > .05$ ). Das Gesamtmodell wurde nicht signifikant,  $F(3,167) = 2.272$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = .039$ . Das Ergebnis der Moderationsanalyse zeigte, dass kein signifikanter Moderationseffekt von Auf-den-Leib-Hören auf die Beziehung zwischen implizitem Leistungsmotiv auf explizitem Leistungsmotiv vorlag,  $b = -0.029$ ,  $SE = 0.024$ ,  $\beta = -.092$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.076, 0.019]$ . Aus diesen Gründen wurde die H1g zugunsten der H0 abgelehnt. Es lag ein signifikanter Haupteffekt für Auf-den-Leib-Hören vor,  $b = 0.103$ ,  $SE = 0.043$ ,  $\beta = .184$ ,  $p < .05$ , 95%  $CI_b[-0.019, 0.188]$ . Für das implizite Leistungsmotiv wurde kein

signifikanter Haupteffekt belegt,  $b = 0.011$ ,  $SE = 0.031$ ,  $\beta = .028$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.049, 0.071]$ .

#### 5.2.8. H1h: Skala Vertrauen

Das Ergebnis von Block 1 belegte, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem implizitem (UV) und explizitem Leistungsmotiv (AV) vorlag,  $b = 0.010$ ,  $SE = 0.030$ ,  $\beta = .026$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.049, 0.070]$ ,  $F(1, 170) = 0.118$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = .001$ . Das Hinzufügen des Moderators Vertrauen im zweiten Block bewirkte keine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz (Änderung in  $R^2 = .011$ ,  $p > .05$ ). Das Ergebnis von Block 2 zeigte, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen Vertrauen und dem explizitem Leistungsmotiv (AV) vorlag,  $b = 0.052$ ,  $SE = 0.038$ ,  $\beta = .103$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.024, 0.128]$ ,  $F(2, 169) = 0.971$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = .011$ ) vorlag. Der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv war weiterhin nicht signifikant.

Das Hinzufügen des Interaktionsterms im dritten Block zur Überprüfung der Moderationshypothese bewirkte keine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz (Änderung in  $R^2 = .006$ ,  $p > .05$ ). Das Gesamtmodell war nicht signifikant,  $F(3, 168) = 0.993$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = .017$ . Das Ergebnis der Moderationsanalyse verdeutlichte, dass kein signifikanter Moderationseffekt von Vertrauen auf die Beziehung zwischen implizitem Leistungsmotiv auf explizitem Leistungsmotiv bestand,  $b = -0.024$ ,  $SE = .023$ ,  $\beta = -.078$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.070, 0.022]$ . Dementsprechend wurde die H1h zugunsten der H0 verworfen. Es lag außerdem kein signifikanter Haupteffekt für Vertrauen vor,  $b = 0.055$ ,  $SE = 0.038$ ,  $\beta = .109$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.021, 0.131]$ . Zudem gab es keinen signifikanten Haupteffekt für das implizite Leistungsmotiv,  $b = 0.011$ ,  $SE = 0.030$ ,  $\beta = .028$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.049, 0.071]$ .

Da alle inferenzstatistisch geprüften Unterhypothesen (H1a - H1h) nicht bestätigt werden konnten, musste auch die H1 abgelehnt werden.

### 5.3. Überprüfung von H2: Neurotizismus

Die Überprüfung der H2 erfolgte durch insgesamt acht Pearson-Korrelationsanalysen. Dafür wurde jeweils eine Korrelationsanalyse für eine Skala des *MAIA-2* berechnet (H2a-H2h). Hinsichtlich der Voraussetzungsüberprüfungen ist anzumerken, dass der

Zusammenhang zwischen Neurotizismus und Emotionales Gewahrsein (H2e) eine Tendenz zu einem quadratischen Zusammenhang (umgekehrt u-förmig) verdeutlichte. Ergänzend wurde deshalb eine Kurvenanpassung für den Vergleich zwischen linearen und quadratischen Zusammenhängen berechnet. Das Ergebnis bestätigte eine bessere Anpassung eines quadratischen Zusammenhangs an die Daten. Dementsprechend sollte das Ergebnis der H2e mit Vorsicht (unter Berücksichtigung des quadratischen Zusammenhangs) interpretiert werden. Alle anderen Zusammenhänge zwischen Neurotizismus und den Dimensionen des interozeptiven Bewusstseins (Skalen des MAIA-2) waren linear. Zur Berechnung der 95%-Konfidenzintervalle für den Pearson-Korrelationskoeffizienten wurde Bootstrapping mit der Perzentil-Methode und 1000 Bootstrapping-Ziehungen genutzt. Die Ergebnisse der Korrelationsanalysen zur Überprüfung der H2 für die einzelnen Skalen des MAIA-2 sind in Tabelle 3 zusammengefasst. Da sich für alle Skalen des MAIA-2 (bis auf die Skala Bemerken) die postulierten Zusammenhänge zeigten, wurde die H2 partiell bestätigt.

Tabelle 3

*Ergebnisse der Korrelationsanalysen der H2*

Hypothese	<i>r</i>	Bootstrap 95% CI	Testentscheidung
H2a Bemerken	-.119	[-.262, .039]	abgelehnt
H2b Nicht-Ablenken	-.375***	[-.477, -.253]	angenommen
H2c Sich-Keine-Sorgen-Machen	-.363***	[-.494, -.216]	angenommen
H2d Aufmerksamkeitsregulation	-.398***	[-.514, -.274]	angenommen
H2e Emotionales Gewahrsein	-.162*	[-.322, .020]	angenommen
H2f Selbstregulation	-.449***	[-.569, -.306]	angenommen
H2g Auf-den-Leib-Hören	-.316***	[-.452, -.160]	angenommen
H2h Vertrauen	-.605***	[-.693, -.491]	angenommen

*Anmerkungen.* *N* = 164.

\* *p* < .05, \*\* *p* < .01, \*\*\* *p* < .001

Zur statistischen Absicherung von den kleinsten noch bedeutsamen (Cohen, 1988) gefundenen Zusammenhängen (H2a und H2g) von  $|r| = .119$  war die Stichprobe zu klein, da die mit G\*Power *Version 3.1.9.6* (Faul et al., 2009) berechnete Post-hoc Teststärke für eine einseitige Korrelationsanalyse bei nur .45 (45%) lag. Für eine Power von 80% wären 435 Versuchsteilnehmende notwendig.



#### 5.4. Überprüfung von H3: Offenheit

Gleich der Überprüfung der H2 wurde die H3 durch insgesamt acht Pearson-Korrelationsanalysen getestet. Jeweils eine Korrelationsanalyse wurde dabei für eine Skala des MAIA-2 berechnet (H3a-H3h). Alle Voraussetzungen wurden zuvor geprüft und bestätigt. Zur Berechnung der 95%-Konfidenzintervalle für den Pearson-Korrelationskoeffizienten wurde Bootstrapping mit der Perzentil-Methode und 1000 Bootstrapping-Ziehungen eingesetzt. In Tabelle 4 sind die Ergebnisse der Korrelationsanalysen zur Überprüfung der H3 für die einzelnen Skalen des MAIA-2 dargestellt. Da sich ausschließlich für die Skalen des MAIA-2 Bemerken (H1a), Aufmerksamkeitsregulation (H3d) und Auf-den-Leib-Hören (H3g) die postulierten Zusammenhänge zeigten, konnte die H3 nur partiell bestätigt werden.

Tabelle 4

*Ergebnisse der Korrelationsanalysen der H3*

Hypothese	<i>r</i>	Bootstrap 95% CI	Testentscheidung
H3a Bemerken	.169*	[.011, .330]	angenommen
H3b Nicht-Ablenken	.016	[-124, .166]	abgelehnt
H3c Sich-Keine-Sorgen-Machen	.100	[-.075, .259]	abgelehnt
H3d Aufmerksamkeitsregulation	.210**	[.049, .360]	angenommen
H3e Emotionales Gewahrsein	.096	[-.060, .268]	abgelehnt
H3f Selbstregulation	.143	[-.025, .295]	abgelehnt
H3g Auf-den-Leib-Hören	.212**	[.075, .359]	angenommen
H3h Vertrauen	.039	[-.120, .195]	abgelehnt

*Anmerkungen.* *N* = 164.

\* *p* < .05, \*\* *p* < .01, \*\*\* *p* < .001

Zur statistischen Absicherung der noch kleinsten bedeutsamen (Cohen, 1988) Zusammenhänge (H3c und H3e) von *r* = .1 war die Stichprobe zu klein, da die mit G\*Power Version 3.1.9.6 (Faul et al., 2009) berechnete Post-hoc Teststärke für eine einseitige Korrelationsanalyse bei nur .356 (35.6%) lag. Für eine Power von 80% wären 616 Versuchsteilnehmende notwendig gewesen.

#### 5.5. Überprüfung von H4a und H4b: Abbruchwahrscheinlichkeit

Für die Überprüfung der H4a und H4b wurden zwei binär-logistische Regressionen berechnet. Die entsprechenden Voraussetzungen wurden zuvor überprüft und waren erfüllt.

Für die H4a zeigte sich ein höchstsignifikanter Zusammenhang zwischen dem impliziten Leistungsmotiv und der Abbruchwahrscheinlichkeit der Online-Umfrage,  $b = -.61$ ,  $SE = .19$ ,  $Wald(1) = 10,28$ ,  $p < .001$ ,  $OR = 0.55$ ,  $Cox\&Snell R^2 = .065$ ,  $Nagelkerkes R^2 = .152$ . Je höher das implizite Leistungsmotiv der Versuchsteilnehmenden ausgeprägt war, desto niedriger war die Abbruchwahrscheinlichkeit der Online-Umfrage. Dementsprechend wurde die H4a angenommen.

Auch bei der Überprüfung der H4b zeigte sich ein höchstsignifikanter Zusammenhang zwischen dem expliziten Leistungsmotiv und der Abbruchwahrscheinlichkeit der Online-Umfrage,  $b = -2.58$ ,  $SE = .58$ ,  $Wald(1) = 20.11$ ,  $p < .001$ ,  $OR = 0.08$ ,  $Cox\&Snell R^2 = .245$ ,  $Nagelkerkes R^2 = .571$ . Je höher das explizite Leistungsmotiv der Versuchsteilnehmenden ausgeprägt war, desto niedriger war die Abbruchwahrscheinlichkeit der Online-Umfrage. Nach diesem Ergebnis wurde die H4b angenommen.

Die Teststärken der H4a und H4b wurden mit *G\*Power Version 3.1.9.6* berechnet, waren ausreichend hoch und lagen über 99.9 % (Faul et al., 2009).

## 6 Diskussion

Im folgenden Abschnitt 6.1 werden die Befunde der statistisch geprüften Unterhypothesen der H1 zusammengefasst und erörtert. Bei der Interpretation der Ergebnisse der H1a wird ein Bezug zu den Befunden der H2a hergestellt. Weiterführend werden in Abschnitt 6.2 die Ergebnisse der getesteten Unterhypothesen der H2 zusammengefasst und interpretiert. Anschließend werden im Abschnitt 6.3 die Befunde der statistisch untersuchten Unterhypothesen der H3 zusammengefasst und expliziert. In Abschnitt 6.4 werden die Ergebnisse der H4a und H4b, die ergänzend in diese Forschungsarbeit mit aufgenommen wurden, zusammengefasst und interpretiert. Im abschließenden Abschnitt 6.5 wird die vorliegende Forschungsarbeit kritisch reflektiert, Limitationen benannt sowie Implikationen für die Praxis und Empfehlungen für angehende Studien ausgesprochen.

### 6.1 Zusammenfassung und Interpretation der H1

Insgesamt mussten sieben (H1b-H1h) von acht Unterhypothesen der H1 verworfen werden, da die erwarteten Moderationseffekte der entsprechenden Skalen des MAIA-2 nicht signifikant waren. Ausschließlich der Moderationseffekt der H1a (Skala Bemerken) war

signifikant (siehe Abschnitt 5.2). Wie in Abschnitt 4.3.3 angemerkt, wurde mit der Skala Bemerken das subjektive Gewahrsein innerer Körperempfindungen operationalisiert.

Die Ergebnisse der H1a haben gezeigt, dass mit einer niedrigen Ausprägung von Bemerken der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv positiv war. Die Stärke dieses Zusammenhangs nahm mit einer mittleren Ausprägung ab, blieb jedoch positiv. Die grafische Simple Slope Analyse verdeutlichte, dass mit einer hohen Ausprägung von Bemerken ein Vorzeichenwechsel stattfand, sodass zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv ein negativer Zusammenhang vorlag (siehe Anhang G). Allerdings lagen für eine hohe und mittlere Ausprägung die Zusammenhänge zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv sehr dicht an einer Nullkorrelation und wurden nicht signifikant. Auf inhaltlicher Ebene wird deutlich, dass eine niedrige Ausprägung von Bemerken mit der Kongruenz des impliziten und expliziten Leistungsmotivs einhergeht. Eine mittlere und hohe Ausprägung von Bemerken hat keinen signifikanten Einfluss auf den Zusammenhang des impliziten und expliziten Leistungsmotivs. Demnach wurde die vorliegende Nullkorrelation der untersuchten Teilstichprobe (siehe Kapitel 5) durch höhere Ausprägungen nicht signifikant beeinflusst. Da mit höheren Ausprägungen von Bemerken kein signifikant positiver Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv vorlag, wurde die H1a abgelehnt. Insgesamt konnte keine Unterhypothesen der H1 bestätigen, dass der Zusammenhang zwischen dem impliziten und expliziten Leistungsmotiv mit einer höheren Ausprägung auf den einzelnen Skalen des MAIA-2 signifikant stärker positiv war. Folglich musste auch die H1 verworfen werden (siehe Abschnitt 5.2).

Die Herleitung der H1 basierte auf den Forschungsbefunden von Thrash et al. (2007), die empirisch belegt haben, dass eine hohe Ausprägung des privaten Körperbewusstseins, gemessen mit der Private Body Consciousness Sub-Scale des Body Consciousness Questionnaires von Miller et al. (1981), im positiven Zusammenhang mit Leistungsmotivkongruenz steht. Versuchsteilnehmende, die ihre inneren Körperempfindungen (privates Körperbewusstsein) ausgeprägt wahrnahmen, zeigten verstärkt Leistungsmotivkongruenz (siehe Abschnitt 2.2.2). Wie die Ergebnisse der H1 aus dieser Forschungsarbeit verdeutlichten, konnten die Befunde von Thrash et al. (2007) mit den Skalen des MAIA-2 von Bornemann et al. (2015) und Eggart et al. (2021) nicht repliziert werden. Um die möglicherweise kontraintuitiv wirkenden Ergebnisse aus der vorliegenden Forschungsarbeit zu erklären, werden die Messinstrumente zunächst einander

gegenübergestellt, um einen genauen Vergleich der Konstrukte (privates Körperbewusstsein vs. interozeptives Bewusstsein) zu ermöglichen.

Bei der Erstellung der Private Body Consciousness Sub-Scale war die Intention von Miller et al. (1981), die bewusste Wahrnehmung innerer Körperempfindungen in nicht affektiven Zuständen operationalisierbar zu machen. Dadurch war es den Forschern ermöglicht, ein stabiles Persönlichkeitsmerkmal (Trait) abzubilden. Die fünf Items erfassen die Fähigkeit, körperliche Empfindungen wie Anspannung, Mund- oder Rachentrockenheit, Herzschlag, Hungerkontraktionen und Veränderungen der Körpertemperatur bewusst wahrzunehmen (Miller et al., 1981; Mehling et al., 2009). Mit dieser Skala konnten Thrash et al. (2007) die Empfindlichkeit gegenüber inneren Körperzuständen neutral erfassen (Miller et al., 1981). Anders als in der Studie von Thrash et al. (2007) wurde innerhalb dieser Forschungsarbeit die bewussten Wahrnehmungen innerer Körperempfindungen einschließlich interagierender emotionaler Bewusstseinszustände operationalisiert (siehe Abschnitt 2.4). Die Items der Skala Bemerken des MAIA-2 operationalisieren im Gegensatz zu der Private Body Consciousness Sub-Scale nicht ausschließlich neutrale Körperempfindungen, sondern messen auch die bewusste Wahrnehmung von unangenehmen (Item Nr. 2: „Ich merke es, wenn ich mich in meinem Körper nicht wohlfühle.“) und angenehmen (Item Nr. 3. „Ich merke, wo in meinem Körper ich mich wohlfühle.“) Körperempfindungen (Mehling et al., 2018).

Wie in Abschnitt 2.4 herausgestellt, haben Bornemann et al. (2015) bestätigt, dass die Private Body Consciousness Sub-Scale am stärksten positiv mit den MAIA-Skalen Bemerken und Emotionales Gewahrsein korreliert. Die Befunde dieser Forschungsarbeit haben gezeigt, dass der Moderationseffekt der Skala Bemerken des MAIA-2 (H1a) auf einem Niveau von 5 % signifikant wurde. Außerdem zeigte der Moderationseffekt der Skala Emotionales Gewahrsein (H1e) eine Tendenz zur Signifikanz ( $p < .10$ ). Die Interpretation der grafischen Simple Slope Analyse (siehe Anhang H) entspricht dabei der Interpretation der H1a. Diese Skalenüberschneidungen beruhen vermutlich auf dem korrelierenden Trait-Anteil, der sich auf die bewusste Wahrnehmung innerer Körperempfindungen, unabhängig von affektiven Zuständen, bezieht. Innerhalb der Motivationsforschung werden nach Personenfaktoren (Traits) und Veränderungsmöglichkeiten (States) gesucht, die eine häufig bestehende Nullkorrelation des impliziten und expliziten Motivsystems erklären und beeinflussen können (siehe Abschnitt 2.2.2). Die State-Trait Moderatoren (Skalen des MAIA-2), die in dieser Forschungsarbeit den Zusammenhang zwischen dem impliziten und

expliziten Leistungsmotiv positiv beeinflussen sollten, sind demnach nicht mit dem Moderator des privaten Körperbewusstseins aus der Studie von Thrash et al. (2007) vergleichbar.

Die Komponenten der Interozeption werden durch verschiedene Begriffe definiert (siehe Abschnitt 2.3), die häufig nicht einheitlich sind. Auch hinsichtlich verschiedener Subkomponenten der Interozeption existieren Begriffsunterschiede (Mehling et al. 2012). Dabei werden Begriffe häufig synonym verwendet, obwohl sie auf unterschiedliche Aspekte abzielen (Ceunen et al., 2016; Garfinkel & Critchley, 2013; Herbert & Pollatos, 2008). Daraus resultieren fortlaufende Definitionskonflikte und Probleme der Taxonomie unterschiedlicher interozeptiver Wahrnehmungsprozesse. Eine Vielzahl an Begrifflichkeiten für interozeptive Prozesse erschwert die Vergleichbarkeit und Interpretation von Befunden (Ceunen et al., 2016; Garfinkel et al., 2015; Khalsa et al., 2017). In der aktuellen Forschungsliteratur kristallisieren sich zwei grundlegend verschiedene Strömungen bezüglich des Verständnisses und folglich der Operationalisierung des interozeptiven Bewusstseins heraus. Zum einen ist dies die Konzeption des interozeptiven Bewusstseins nach Garfinkel et al. (2015) und zum anderen die Auffassung nach Mehling et al. (2012). Wie in Abschnitt 2.3 angemerkt, basiert letztere auf dem multidimensionalen Verständnis der Interozeption (siehe Abschnitt 2.3). Demnach ist das herangezogene (multidimensionale) Konstrukt des interozeptiven Bewusstseins nicht als eine (eindimensionale) Dimension der Interozeption klassifizierbar (Mehling et al., 2012).

Garfinkel et al. (2015) schlugen folgende Dimensionen der Interozeption vor:

- (1) *Interozeptive Genauigkeit/Sensitivität* (individuelle Leistung bei objektiven Verhaltenstests zur Wahrnehmung körperinterner Signale, wie die Herzschlagerkennung),
- (2) *Interozeptive Sensibilität* (selbstbewertete Einschätzung der subjektiven Wahrnehmung körperinterner Signale, gemessen durch Interviews/Fragebögen) und
- (3) *Interozeptives Bewusstsein* (metakognitive Wahrnehmung der interozeptiven Genauigkeit, wie die Konfidenz-Genauigkeits-Korrespondenz). Mulcahy et al. (2019) erklären auf Garfinkel et al. (2015) aufbauend, das interozeptive Bewusstsein als Überstimmung von (expliziten) Überzeugungen über eigene interozeptive Fähigkeiten (d.h. das subjektive Vertrauen in die Wahrnehmung interozeptiver Prozesse) mit der objektiven interozeptiven Genauigkeit. Hinsichtlich der Beschreibung des interozeptiven Bewusstseins betont Mehling (2016) im Gegensatz zu Garfinkel et al. (2015), dass metakognitives Bewusstsein darauf beruht, dass

---

eine bewusste Kognition, die mit negativen Gefühlen assoziiert ist, als ein mentales Ereignis (Integration von Achtsamkeit; siehe Abschnitt 2.3) und nicht als das Selbst oder als Fehlerbewusstsein (Identifikation vs. Nicht-Identifikation; siehe Abschnitt 2.3) aufgefasst wird. In Anlehnung an die vorgeschlagenen Dimensionen von Garfinkel et al. (2015) operationalisiert der MAIA-2 somit die interozeptive Sensibilität (2) auf einer multidimensionalen Ebene. Durch die Differenzierung der interozeptiven Sensibilität nach Aufmerksamkeitsstil und regulatorischen Aspekten wird zwischen den Polen angstgesteuerter und achtsamkeitsbasierter Interozeption unterschieden (Mehling, 2016). Mehling et al. (2012) bezeichnen dieses multidimensionale Konstrukt ebenfalls als das interozeptive Bewusstsein. Es scheint naheliegend, dass die konträren Definitionen des interozeptiven Bewusstseins eine Erklärung für die Befunde der H1 darstellen könnte. Wie in Abschnitt 2.4 beschrieben wurde vermutet, dass Individuen mit einem hohen interozeptiven Bewusstsein in ihren impliziten und expliziten Leistungsmotiven kongruent sind, da sie ihre expliziten Motive an tiefliegenden affektbasierten Bedürfnissen (implizite Motive) orientieren. Es wird vermutet, dass eine hohe Ausprägung des interozeptiven Bewusstseins nach Garfinkel et al. (2015) mit Leistungsmotivkongruenz einhergehen könnte. Da die interozeptive Genauigkeit/Sensitivität mit einer besseren Emotionsregulation einhergeht (Damasio, 1994; Herbert & Pollatos, 2008), könnte möglicherweise auch diese objektive Komponente der Interozeption mit Leistungsmotivkongruenz positiv zusammenhängen.

Die operationalisierten selbstberichteten Aspekte der Interozeption durch das private Körperbewusstsein, spiegeln nur einen spezifischen Teilaspekt der bewussten Wahrnehmung innerer Körperempfindungen beziehungsweise interozeptiver Wahrnehmungsprozesse wider. Die interozeptive Sensibilität beziehungsweise Körperbewusstsein, als explizite Überzeugungen über interozeptive Wahrnehmungsprozesse (Mehling, 2016), wurde in der Studie von Thrash et al. (2007) anders definiert und operationalisiert. Im Gegensatz zu der Private Body Consciousness Sub-Scale operationalisiert der MAIA-2 multidimensionale Aspekte der bewussten interozeptiven Wahrnehmung und unterscheidet dabei zwischen adaptiven und maladaptiven Aspekten der Wahrnehmung (Mehling et al., 2012; Mehling, 2016). Die Aufmerksamkeit direkt auf unmittelbar erlebte Gefühle zu lenken scheint eher adaptiv zu sein, wohingegen ein eher starrer und grübelnder Selbstfokus eher maladaptiv zu sein scheint (Mehling et al., 2012; Watkins & Moulds, 2005). Mehling et al. (2012) erklären, dass das interozeptive Bewusstsein ein Produkt der bewussten Wahrnehmung ist und somit

durch multidimensionale interozeptive Wahrnehmungsprozesse (einschließlich Attributionsprozessen; siehe Abschnitt 2.3) beeinflusst wird. Weiterführend konkretisieren Bornemann et al. (2015), dass die Skalen des MAIA (ausgenommen der Skala Bemerken) selbstregulatorische Aspekte der bewussten Wahrnehmung innerer Körperempfindungen darstellen, was mit den Ergebnissen der H1 insgesamt einhergeht. Wie in Abschnitt 2.2.2 beschrieben, haben Thrash et al. (2007) innerhalb ihrer Studie auch eine moderierende Wirkung des privaten Selbstbewusstseins mittels der Self Consciousness-Scale von Fenigstein et al. (1975) überprüft. Damit haben die Forscher gemessen, ob die Tendenz sich auf eigene Gedanken und Gefühle zu konzentrieren ebenfalls Motivkongruenz vorhersagt. Eine moderierende Wirkung wurde allerdings nicht bestätigt (siehe Abschnitt 2.2.2), was den Befunden der H1b-H1h aus der vorliegenden Forschungsarbeit entspricht. Es wird vermutet, dass auch die entsprechenden Skalen des MAIA-2, die nach Bornemann et al. (2015) selbstregulatorische Aspekte der bewussten Wahrnehmung innerer Körperempfindungen darstellen, ähnlich wie die Self Consciousness-Scale (Thrash et al, 2007), die Aufmerksamkeit verstärkt auf das Selbstkonzept (explizites Leistungsmotiv) und weniger auf das implizite Leistungsmotiv gelenkt haben. Dadurch könnte der Zusammenhang zwischen dem implizitem und explizitem Leistungsmotiv nicht signifikant beeinflusst worden sein.

Wie die Ergebnisse der H1a zeigten, ging ausschließlich eine niedrige Ausprägung auf der Skala Bemerken mit Leistungsmotivkongruenz einher (siehe Anhang G). Dies wird begründet, indem geschlussfolgert wird, dass die bewusste Wahrnehmung körperlicher Empfindungen von den individuellen emotionalen Bewusstseinszuständen der Versuchsteilnehmenden beeinflusst wurde. Empirische Befunde verdeutlichen, dass Individuen sie ihre inneren Körperempfindungen stark wahrnehmen (beispielsweise die Genauigkeit vom Herzschlag) mit hoher Wahrscheinlichkeit ein höheres Angstniveau haben (Mor & Winqvist, 2002; Domschke et al., 2010). Der signifikante Haupteffekt der Skala Bemerken auf das explizite Leistungsmotiv (AV) legt nahe, dass die Ergebnisse der H1a verstärkt mit den interagierenden kognitiven Bewertungen der körperlichen Empfindungen im Zusammenhang stehen und nicht den objektiven Aspekt der Interozeption repräsentieren. Eine hohe Ausprägung von Bemerken könnte demnach adaptiv oder maladaptiv sein (d.h. sich förderlich oder nicht förderlich auf den Zusammenhang der Leistungsmotive auswirken), wobei es auf die individuelle Bewertung und Regulation der wahrgenommenen Körperempfindungen ankommt. Demnach könnten die Befunde der H1a in Abhängigkeit zu

den regulatorischen Fähigkeiten der untersuchten Gelegenheitsstichprobe stehen, die nicht ausschließlich aus handlungsorientierten Individuen (Baumann et al.; 2005) und trainierten Meditationserfahrenen (siehe Abschnitt 4.4) bestand. Mehling et al. (2012) beschreiben, dass durch unterschiedliche Arten der Aufmerksamkeit gegenüber Körperempfindungen, widersprüchliche Ansichten des Körperbewusstseins verstanden werden können. Ob Körperbewusstsein adaptiv oder maladaptiv ist, kann von differentiellen und inkompatiblen Geisteshaltungen (Watkins & Teasdale, 2004; Barnard & Teasdale, 1991; Teasdale, 1999) abhängen, die mit Gehirnfunktionen verbunden sind, die gewohnheitsmäßig integriert sind, aber beispielsweise nach ein paar Wochen Meditation entkoppelt werden können (Farb et al., 2007). Es wird vermutet, dass bei einer spezifischen Stichprobe (beispielsweise erfahrenen Langzeitmeditierende von Achtsamkeitsmeditation), die interozeptiven Verkörperungen des impliziten Leistungsmotivs von den (negativen) Bewertungen durch das Selbstkonzept nicht dominiert werden. So könnte eine hohe Ausprägung der Skalen des MAIA-2 möglicherweise mit Leistungsmotivkongruenz einhergehen, da Meditationserfahrene ihr Selbstbild (achtsam, neutral bzw. nicht wertend) an die Verkörperungen des impliziten Motivs anpassen könnten. Explorativ wurde Meditationserfahrung als Kovariate zur ursprünglichen Moderationsanalyse der H1a in einem weiteren Modell hinzugefügt, wobei das Ergebnis zeigte, dass der Interaktionseffekt zwischen Bemerken und implizitem Leistungsmotiv nicht mehr signifikant war (siehe Anhang I).

Wie in Abschnitt 2.3 erwähnt, hat die Somatic Marker Hypothese von Damasio et al. (1991) den Inhalt der James-Lange Theorie (1884) aufgegriffen. So wurde verdeutlicht, dass spezifische Hirnstrukturen für die Integration von viszeralem Feedback und dem subjektivem Gefühl verantwortlich sind. Die interozeptive Sensitivität beeinflusst die Intensität empfundener Gefühle sowie die Art und Weise, wie Individuen mit emotionaler und physischer Belastung umgehen (Herbert & Pollatos, 2008). Thrash et al. (2007) interpretieren aus ihren Befunden, dass das implizite Leistungsmotiv indirekt durch die bewusste interozeptive Wahrnehmung zugänglich sein könnte. Dabei wurde vermutet, dass die körperlichen Auswirkungen des impliziten Leistungsmotivs durch die körperliche Aufmerksamkeitsausrichtung bewusst werden könnten (siehe Abschnitt 2.2.2). Ähnlich wie Thrash et al. (2007) beschreibt auch Bielefeld (1986), dass sich die bewusste interozeptive Wahrnehmung nicht auf die Rezeptoren des inneren und äußeren Körpermilieus begrenzt, sondern von dem emotionalen Erleben eines Individuums untrennbar ist. So erklären Damasio



---

et al. (1991), dass individuelle emotionale Erfahrungen verkörperlicht sind. Wie in Abschnitt 2.3 verdeutlicht, werden Emotionen als Begleiterscheinung innerer Körperempfindungen beschrieben (Herbert & Pollatos, 2008). Das traditionelle Körperbewusstseinskonstrukt wurde früher häufig in Studien mit Angst- und Panikpatienten verwendet, um eine kognitive Einstellung des Patienten zu beschreiben, die durch eine übertriebene Konzentration auf körperliche Symptome, Grübeln und katastrophale Folgen gekennzeichnet ist. Deshalb wurde innerhalb der Medizin- und Verhaltenswissenschaft ein erhöhtes Bewusstsein für somatische Informationen als potenziell belastend und maladaptiv angesehen (siehe Abschnitt 2.2). Eindimensionale Messinstrumente von Körperbewusstsein wurden bei einer Vielzahl an Patienten (beispielsweise mit chronischen Schmerzen) eingesetzt (Mehling et al., 2009), um die Auswirkungen der bewussten Wahrnehmung innerer Körperempfindungen auf Schmerzen zu zeigen. Das Ergebnis der H1a aus der vorliegenden Forschungsarbeit verdeutlicht dies, da ausschließlich eine niedrige Ausprägung auf der Skala Bemerken mit Leistungsmotivkongruenz einherging. Die Fähigkeit, die eigene Aufmerksamkeit auf bestimmte Weise zu regulieren wird als ein Schlüsselmerkmal zur Steigerung des Körperbewusstseins angesehen (Mehling et al., 2012). So legen Ergebnisse aus der Schmerzforschung nahe, dass Körperbewusstsein ein komplexes, mehrdimensionales Konstrukt ist, das einer differenzierteren Konzeptualisierung bedarf (Mehling et al., 2009). Es wurde vorgeschlagen, dass die grundlegende Erfahrung und das Bewusstsein des selbst dynamischen zentralen Repräsentationen des physiologischen Zustands folgen, die von afferenten viszerale Signalen angetrieben werden (Damasio, 1994; Damasio, 1999). Körperliche Erregungszustände können das Erleben einer Emotion auslösen und intensivieren, deren Qualität durch die kognitive Bewertung der wahrscheinlichen Ursache der Erregung bestimmt wird (Schachter & Singer, 1962). Die bewusste Wahrnehmung innerer Körperempfindungen könnte als Voraussetzung für die korrekte Attribution dieser interozeptiven Wahrnehmungsprozesse verstanden werden, was für Motivkongruenz ausschlaggebend sein könnte. Wenn alle Individuen sensitiv für ihre interozeptiven Wahrnehmungen wären und diese gleichzeitig auch sehr gut regulieren und integrieren könnten, gäbe es möglicherweise weniger Motivinkongruenz. Ein niedriges Körperbewusstsein und Motivinkongruenz sind demnach wahrscheinlich Symptome eines niedrigen Selbstzugangs. Nach der Theorie der Persönlichkeits-System-Interaktionen (PSI-Theorie) von Kuhl (2001) können unangenehme Empfindungen die Motivkongruenz

reduzieren, wenn die Selbstregulation von Affekten (Lageorientierung) beeinträchtigt ist (Baumann et al., 2015).

Mehling et al. (2009) beschreiben, dass Items, die sich mit Krankheit oder Schmerz befassen, nicht in der Private Body Consciousness Sub-Scale eingebunden wurden, um Überschneidungen mit Angst und Hypochondrie zu vermeiden. Nach Cioffi (1991) kann die Anzahl der potenziell belastenden Körperempfindungen ein Marker für Hypochondrie und Angst sein. Hypochondrie wird im internationalen statistischen Klassifikationssystem der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme (*ICD-11*) unter *Zwangsstörungen und verwandte Erkrankungen* (Kapitel 6B2) kodiert. Als Beschreibungsmerkmal wird die Angst vor Krankheiten (Krankheitsangst) in den Vordergrund gestellt (World Health Organisation, 2019). Angst ist definiert als „ein affektiver Zustand des Organismus, der durch erhöhte Aktivität des autonomen Nervensystems sowie durch die Selbstwahrnehmung von Erregung, das Gefühl des Angespanntseins, ein Erlebnis des Bedrohtwerdens und verstärkte Besorgnis gekennzeichnet ist“ (Stöber & Schwarzer, 2000, S. 189). Zinbarg et al. (2016) haben belegt, dass Angst (State) durch Neurotizismus (Trait) vorhergesagt wird. Weiterführend könnte ein Bezug zu den empirischen Erkenntnissen von Pearson und Pfeifer (2020) interessant und aufschlussreich sein. Die Forscher haben innerhalb ihrer Studie gezeigt, dass die Items des MAIA, die sich eher auf angenehme Aspekte des interozeptiven Bewusstseins beziehen, mit einer höheren emotionalen Stabilität und einer niedrigeren Neurotizismusausprägung einhergehen. Zudem haben die Forscher verdeutlicht, dass die Skala Bemerken im signifikant positiven Zusammenhang mit Neurotizismus steht (siehe Abschnitt 2.4), was innerhalb der vorliegenden Forschungsarbeit (Ergebnisse der H2a, siehe Abschnitt 5.3.1) allerdings nicht repliziert werden konnte. Es wird vermutet, dass der emotionale Bewusstseinszustand der Versuchsteilnehmenden (abhängig von der individuellen Attribution und Regulation der Körperempfindungen) die Ergebnisse der H1a und H2b beeinflusst haben könnte, weshalb die Befunde von Thrash et al. (2007) und Pearson & Pfeifer (2020) nicht repliziert werden konnten. Dementsprechend könnte der Einsatz der Skala Bemerken, als Moderator für den Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv, zu einer Konfundierung mit Neurotizismus geführt haben. Nach der Channeling-Hypothese von Winter et al. (1998) steht Neurotizismus jeglicher Motivbefriedigung im Weg. Eine explorative Analyse zeigte, dass unter Kontrolle von Neurotizismus der Interaktionseffekt zwischen Bemerken und implizitem Leistungsmotiv nicht mehr signifikant war (siehe Anhang I). Wenn somit aus der

Skala Bemerken der Neurotizismusanteil ausparialisiert wurde, hatte Bemerken keinen moderierenden Einfluss mehr auf den Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv.

Die Ergebnisse und Schlussfolgerungen von Thrash et al. (2007) werden entsprechend den Befunden dieser Forschungsarbeit erweitert. Leistungsmotivkongruenz könnte durch die bewusste interozeptive Wahrnehmung positiv beeinflusst werden (Thrash et al., 2007). Interagierende affektive und kognitive Bewusstseinsprozesse der interozeptiven Wahrnehmung könnten allerdings den Zusammenhang zwischen dem impliziten und expliziten Leistungsmotiv in unterschiedliche Richtungen (Kongruenz oder Inkongruenz) vorhersagen. Konform den Interpretationen von Thrash et al. (2007) wird davon ausgegangen, dass die bewusste interozeptive Wahrnehmung, die Auswirkungen des impliziten Motivs in höhere Bewusstseinssebenen übertragen könnte (siehe Abschnitt 2.2.2). Die bewusste interozeptive Wahrnehmung kann mit angenehmen Empfindungen assoziiert sein, sie könnte allerdings auch mit unangenehmen Empfindungen wie beispielsweise Schmerzen einhergehen (Mehling et al., 2012). Es wird interpretiert, dass Körperbewusstsein, als die Bewertung der interozeptiven Wahrnehmung (interozeptive Sensibilität), mit Kongruenz einhergeht, wenn eine entsprechende Selbstregulation vorliegt und metakognitiv negative Empfindungen als Fehlerbewusstsein und nicht als das Selbst erkannt werden.

Wie aus Anhang I hervorgeht, wurden die MAIA-2 Skalen ohne Bemerken explorativ zu einem Gesamtscore aggregiert. Diese Aggregation schien plausibel, da die Skaleninterkorrelationen empirisch hinreichend hoch waren. Wie eine explorative moderierte Moderation zeigen konnte, wurde der moderierende Effekt von Bemerken (H1a) durch eine hohe Ausprägung auf den MAIA-2 Skalen ohne Bemerken tendenziell positiv beeinflusst. Mit einer hohen Ausprägung von Bemerken und einer zunehmenden Ausprägung von MAIA-2 ohne Bemerken wurde der negative Zusammenhang (Inkongruenz) zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv tendenziell positiv beeinflusst und tendiert zu einer Nullkorrelation (siehe Anhang I). Obwohl dieser Zusammenhang nicht kausal interpretiert werden darf, wird vermutet, dass das interozeptive Bewusstsein Leistungsmotivkongruenz fördern könnte. Aufgrund des Designs der vorliegenden Forschungsarbeit können jedoch nur querschnittliche Zusammenhänge interpretiert werden (Leistungsmotivinkongruenz schwächt sich ab) und keine kausalen Schlussfolgerungen getroffen werden. Mit einem höheren interozeptiven Bewusstsein könnte der Zusammenhang zwischen dem implizitem und

explizitem Leistungsmotiv signifikant stärker positiv werden (H1), was nur durch längsschnittliche Studiendesigns überprüfbar ist. Zukünftige Studien könnten zudem die einzelnen Dimensionen des interozeptiven Bewusstseins (MAIA-2 Skalen) gesondert betrachten, um differenzierte Aussagen treffen zu können.

## 6.2. Zusammenfassung und Interpretation der H2

Die Ergebnisse der H2 haben belegt, dass von insgesamt acht Unterhypothesen sieben Unterhypothesen bestätigt werden konnten. Die Skalen des MAIA-2 Nicht-Ablenken (H2b), Sich-Keine-Sorgen-Machen (H2c), Aufmerksamkeitsregulation (H2d), Emotionales Gewahrsein (H2e), Selbstregulation (H2f), Auf-den-Leib-Hören (H2g) und Vertrauen (H2h) zeigten jeweils einen signifikant negativen Zusammenhang mit Neurotizismus. Der davon stärkste negative Zusammenhang wurde zwischen Neurotizismus und Vertrauen (H2h) belegt. Unerwartet zeigte sich auch ein kleiner negativer Zusammenhang zwischen Neurotizismus und der Skala Bemerken (H2a), der jedoch nicht signifikant wurde und möglicherweise auf einem Zufallsbefund beruht. Insgesamt belegen die Ergebnisse der H2, dass Neurotizismus signifikant im negativen Zusammenhang mit dem interozeptiven Bewusstsein (ausgenommen der Skala Bemerken, für die kein signifikanter Zusammenhang gefunden wurde) steht. Auf Basis dieser Ergebnisse wurde die H2 partiell bestätigt (siehe Abschnitt 5.3).

Wie in Abschnitt 2.1.3 erläutert, stellt die Big-Five Persönlichkeitseigenschaft Neurotizismus eine dispositionelle Veranlagung für eine erhöhte emotionale Labilität dar. Daraus resultiert, dass Individuen mit einer hohen Neurotizismusaussprägung eher dazu tendieren, schnell und intensiv Leid zu erfahren. Aufgrund der negativen Emotionen handeln sie in vielen Situationen entsprechend unsicher und vorsichtig (Watson & Clark, 1997; Watson & Tellegen, 1985; Watson et al., 1999). Da die dispositionelle Persönlichkeitseigenschaft Neurotizismus mit den meisten Dimensionen des interozeptiven Bewusstseins (außer Bemerken) signifikant im negativen Zusammenhang steht, haben die vorgestellten Forschungsbefunde aus Abschnitt 2.4 nahegelegt. Obwohl Neurotizismus in den Studien von Ferentzi et al. (2021), Mallorquí-Bagué et al. (2014) sowie Pearson und Pfeifer (2020) jeweils unterschiedlich operationalisiert wurde (siehe Abschnitt 2.4), wurden die jeweiligen Konzeptualisierungen innerhalb dieser Forschungsarbeit als vergleichbar mit der Big-Five Persönlichkeitseigenschaft Neurotizismus eingeschätzt.

Die bereits erwähnten Beschreibungsmerkmale von Neurotizismus haben Pearson und Pfeifer (2020) auf Basis der Selbstbeurteilung des MAIA empirisch verdeutlicht. Die Forscher haben belegt, dass sich eine hohe Ausprägung auf der Skala Vertrauen als der beste Prädiktor für eine niedrige Neurotizismusausprägung herausstellte. Dabei wurde Neurotizismus mit dem Eysenck Personality Inventory (Eysenck & Eysenck, 1964) operationalisiert (siehe Abschnitt 2.1.3). Das Ergebnis der H2h aus der vorliegenden Forschungsarbeit konnte diesen Zusammenhang bestätigen, indem eine hohe Neurotizismusausprägung als der beste Prädiktor für eine niedrige Ausprägung auf der Skala Vertrauen belegt wurde. Nach Mehling et al. (2012) steht die Skala Vertrauen im positiven Zusammenhang mit der Nutzung von Körperempfindungen innerhalb der Entscheidungsfindung, was auf die bereits erläuterten Beschreibungsmerkmale von Neurotizismus verweist.

Außerdem haben Pearson und Pfeifer (2020) empirisch bestätigt, dass die Skala Bemerken signifikant positiv mit Neurotizismus im Zusammenhang steht. Dieser Befund steht im Kontrast zu den Erkenntnissen anderer Skalen, welche die vorgestellten Forschungsbefunde zu Neurotizismus insgesamt herausgestellt haben (siehe Abschnitt 2.4). Die Forscher erklärten diesen Zusammenhang durch eine erhöhte autonome Reaktivität neurotischer Individuen, da begründet wird, dass Neurotizismus die Sensitivität für Körperempfindungen erhöht (siehe Abschnitt 2.4), was in ihrer Forschungsarbeit die interozeptive Sensibilität beeinflusst haben könnte. Psychophysiologische Befunde verdeutlichen den Einfluss von Neurotizismus auf die interozeptive Sensitivität: So verwendeten Norris et al. (2007) die Big-Five Persönlichkeitsdimensionsskala von Goldberg (1992) und stellten fest, dass Neurotizismus eine verstärkte Hautleitfähigkeitsreaktivitätsreaktion durch aversive Bildreize impliziert. In ähnlicher Weise haben Reynaud et al. (2012) berichtet, dass neurotizistische Versuchsteilnehmende, gemessen anhand der NEO-PI-R-Skala von Costa & McGrae (1992), eine verstärkte Hautleitfähigkeit durch angstauslösenden Filmreizen verdeutlichen. Dabei geht eine erhöhte Hautleitfähigkeitsreaktion mit einer verstärkten Reaktivität viszeraler Hirnregionen einher (Horing & Büchel, 2022; Greening et al., 2022; Baltazar et al., 2021). Das Ergebnis aus der vorliegenden Forschungsarbeit (H2a) konnte nicht wie Pearson & Pfeifer (2020) zeigen, dass die Skala Bemerken signifikant positiv mit Neurotizismus im Zusammenhang steht. Bei der Überprüfung der H2a hat sich herausgestellt, dass der negative Zusammenhang zwischen Neurotizismus und der Skala Bemerken nicht signifikant wurde. Der Befund der H2a

unterscheidet sich von den anderen Ergebnissen (H2b-H2h), bei denen signifikante negative Zusammenhänge empirisch nachgewiesen wurden. Wie bereits in Abschnitt 6.1 herausgestellt, misst die Skala Bemerken die Sensibilität innerer Körperempfindungen und damit nach Garfinkel et al. (2015) die subjektive Komponente der Interozeption, was die Ergebnisse der H2a beeinflusst haben könnte. So könnten manche Versuchsteilnehmende trotz einer hohen Neurotizismusausprägung, die damit einhergehende stärkere physiologische Erregung, subjektiv anders wahrgenommen, interpretiert, bewertet und/oder reguliert haben (interozeptive Sensibilität).

Obwohl keine signifikanten Korrelationen zwischen Neurotizismus und den MAIA-2 Skalen Nicht-Ablenken und Emotionales Gewahrsein durch vorherige Studienergebnisse belegt wurden, konnten innerhalb dieser Forschungsarbeit signifikant negative Zusammenhänge mit Neurotizismus bestätigt werden. Die Skala Nicht-Ablenken (H2b) operationalisiert die Fähigkeit, bewusst Aufmerksamkeit auf negativ behaftete Empfindungen, wie körperliche Schmerzen richten zu können (siehe Abschnitt 2.3). Neurotizistische Individuen mit einer entsprechenden Regulationsstrategie könnten sich aufgrund einer gesteigerten Ängstlichkeit von unangenehmen Empfindungen eher ablenken und somit unangenehme Empfindungen nicht achtsam wahrnehmen beziehungsweise nicht bewusst zulassen. Nach Zinbarg et al. (2016) wird Angst (State) durch Neurotizismus (Trait) vorhergesagt. Neben emotionaler Instabilität ist Neurotizismus auch mit einer übermäßigen Feinfühligkeit und Stressanfälligkeit assoziiert (Abschnitt 2.1.3). Ablenkungsmechanismen könnten für solche Individuen ein Kompensationsversuch darstellen, um unangenehme Gefühle zu unterdrücken. Empirische Forschungsbefunde machen darauf aufmerksam, dass das bewusste Zulassen von unangenehmen Gefühlen die Emotionsregulation unterstützt (Alberts et al., 2012; Kober et al. 2019; Webb et al., 2012). Insgesamt sollte beachtet werden, dass der MAIA-2, einschließlich der Skala Nicht-Ablenken, auf subjektiver Selbsteinschätzung basiert. Aus diesem Grund, könnten auch die entsprechenden Items verzerrt vom tatsächlichen Ablenkungsverhalten interpretiert werden, was innerhalb der Forschungsarbeit nicht geprüft wurde. Dementsprechend ist eine gute Selbstreflexion für valide Ergebnisse des MAIA-2 allgemein vorausgesetzt.

Die Skala Emotionales Gewahrsein des MAIA-2 operationalisiert die bewusste Wahrnehmung eines psychosomatischen Interaktionsprozesses (siehe Abschnitt 2.3). Mit dem entsprechenden Ergebnis der H2e wurde bestätigt, dass Emotionales Gewahrsein ebenfalls

signifikant negativ mit Neurotizismus korreliert, was die Studienbefunde aus Abschnitt 2.4 ergänzt. Mallorquí-Bagué et al. (2014) haben empirisch belegt, dass Angst mit einer erhöhten physiologischen Reaktivität und interozeptiven Sensitivität gegenüber Veränderungen der inneren körperlichen Erregung verbunden ist. Die erhöhte Sensitivität aufgrund von Angst könnte den Zugang zu höheren Bewusstseinssebenen blockieren oder negativ beeinflussen, was auch die bewusste Wahrnehmung eines psychosomatischen Interaktionsprozesse (Emotionales Gewahrsein) einschließen könnte. Demnach könnte der Zusammenhang zwischen Körperempfindungen und Emotionen nicht mehr bewusst wahrgenommen worden sein.

Wie Abschnitt 5.3 zu entnehmen, zeigte sich bei der Voraussetzungsüberprüfungen der H2e eine Tendenz zu einem quadratischen Zusammenhang (umgekehrt u-förmig) zwischen Neurotizismus und der Skala Emotionales Gewahrsein. Aus diesem Grund wurde eine Kurvenanpassung für den Vergleich zwischen linearen und quadratischen Zusammenhängen berechnet. Das Ergebnis bestätigte eine bessere Anpassung eines quadratischen Zusammenhangs an die Daten. Dementsprechend sollte das Ergebnis der H2e mit Vorsicht (unter Berücksichtigung des quadratischen Zusammenhangs) interpretiert werden (siehe Abschnitt 5.3). Versuchsteilnehmende mit einer sehr niedrigen und sehr hohen Neurotizismusausrprägung, verdeutlichten ein geringeres Emotionales Gewahrsein, als Versuchsteilnehmende mit mittleren Neurotizismusausrprägungen, die ein hohes Emotionales Gewahrsein verdeutlichten. Daraus wird geschlussfolgert, dass Individuen die unsensibel für ihre Emotionen sind (niedrige Neurotizismusausrprägung), sich auch dem Zusammenhang zwischen Körperempfindungen und Emotionen nicht gewahr sind (niedriges Emotionales Gewahrsein). Individuen die extrem sensibel für eigene Emotionen sind (hohe Neurotizismusausrprägung), sind möglicherweise von den eigenen Emotionen beziehungsweise von Angst (Zinbarg et al., 2016) übersteuert. Das bewusste Zulassen und Wahrnehmen von Gefühlen ist entscheidend für das bewusste Wahrnehmen interozeptiver Wahrnehmungsprozesse (Alberts et al., 2012; Kober et al. 2019; Webb et al., 2012).

### 6.3. Zusammenfassung und Interpretation der H3

Die Ergebnisse der H3 haben gezeigt, dass von insgesamt acht Unterhypothesen nur drei Unterhypothesen bestätigt werden konnten. Dabei belegten die Skalen des MAIA-2 Bemerken (H3a), Aufmerksamkeitsregulation (H3d) und Auf-den-Leib-Hören (H3g) einen

signifikant positiven Zusammenhang mit Offenheit. Anzumerken ist, dass diese linearen Zusammenhänge nach Cohen (1988) alle nur gering ausgeprägt waren. Der davon auffälligste Zusammenhang zeigte sich zwischen Offenheit und Auf-den-Leib-Hören (H3g) und war hochsignifikant. Auch die Skalen Nicht-Ablenken (H3b), Sich-Keine-Sorgen-Machen (H3c) und Selbstregulation (H3f) verdeutlichten einen geringen positiven Zusammenhang mit Offenheit. Diese Zusammenhänge waren allerdings nicht signifikant. Ebenfalls zeigten die Skalen Emotionales Gewahrsein (H3e) und Vertrauen (H3h) einen positiven Zusammenhang mit Offenheit, der nach Cohen (1988) deutlich unterhalb eines kleinen Effektes lag und nicht signifikant wurde. Dementsprechend mussten diese fünf Unterhypothesen (H3b, H3c, H3e, H3f und H3h) zugunsten der entsprechenden H0 abgelehnt werden. Insgesamt konnte auf Basis dieser Ergebnisse die H3 nur partiell bestätigt werden (siehe Abschnitt 5.4).

Die vorgestellten Forschungsbefunde (siehe Abschnitt 2.4) von Ferentzi et al. (2021) und Vachon-Pressseau et al. (2018) haben nahegelegt, dass die dispositionelle Persönlichkeitseigenschaft Offenheit mit den meisten Dimensionen des interozeptiven Bewusstseins (außer Nicht-Ablenken) signifikant im positiven Zusammenhang stehen könnte. Nur die Skala Nicht-Ablenken des MAIA, verdeutlichte in der Studie von Vachon-Pressseau et al. (2018) einen signifikant negativen Zusammenhang mit Offenheit. Der Befund (H3b) aus der vorliegenden Forschungsarbeit konnte dieses Ergebnis nicht bestätigen. Es wird vermutet, dass der signifikant negative Zusammenhang in der Studie von Vachon-Pressseau et al. (2018) stark von der untersuchten Stichprobe (Schmerzpatienten) beeinflusst wurde und dieses Ergebnis aufgrund der nicht-klinischen Stichprobe (siehe Abschnitt 4.4) nicht repliziert werden konnten. Dementsprechend könnten sich (offene) Individuen ausschließlich von Körperempfindungen ablenken, wenn sie Schmerzen verspüren. Auch Mehling et al. (2009) machen auf solche Besonderheiten bezüglich Erkenntnisse der Schmerzforschung aufmerksam.

Obwohl keine Studienbefunde vorliegen, die eine signifikante Korrelation von Offenheit mit der Skala Sich-Keine-Sorgen-Machen belegen, wurde auch für diese Dimensionen des interozeptiven Bewusstseins ein positiver Zusammenhang vermutet, der mit der Überprüfung der H3c nicht bestätigt werden konnte (siehe Abschnitt 5.4.3). Wie bereits in Abschnitt 2.3 herausgestellt, bezieht sich die Dimension Sich-Keine-Sorgen-Machen auf die Tendenz, trotz unangenehmer Empfindungen emotional stabil zu bleiben und sich aufgrund Schmerzen nicht zu sorgen. Nach den Beschreibungsmerkmalen von Offenheit (siehe



Abschnitt 2.1.3) sind offene Individuen durch eine ausgeprägte innere Flexibilität gekennzeichnet, womit nach McCrae & Costa (1997) auch eine besondere Neugier und ein erhöhtes Interesse für Erfahrungen verbunden ist. Es wurde vermutet, dass diese offene Einstellung sich auch auf innere (emotional gefärbte) Zustände beziehen könnte. Die Ergebnisse der H3c verdeutlichen, dass diese offene Einstellung, die mit einer hohen Ausprägung der Persönlichkeitseigenschaft Offenheit einhergeht, nicht mit der offenen Einstellung im Zusammenhang mit Achtsamkeit (offenes Gewahrsein; siehe Abschnitt 2.3) gleichgesetzt werden kann. Vielmehr kommt es bei den Ausprägungen auf den Skalen des MAIA-2 (außer Bemerken) auf individuelle selbstregulatorische Aspekte der bewussten Wahrnehmung innerer Körperempfindungen an (Bornemann et al., 2015), die mit Offenheit anscheinend nicht immer direkt im positiven Zusammenhang stehen müssen.

#### 6.4. Zusammenfassung und Interpretation der H4

Die ergänzenden Ergebnisse der H4a und H4b konnten belegen, dass das implizite sowie auch das explizite Leistungsmotiv der Versuchsteilnehmenden in einem höchstsignifikanten Zusammenhang mit der Abbruchwahrscheinlichkeit der durchgeführten Online-Umfrage steht. Je höher das implizite Leistungsmotiv ausgeprägt war, desto niedriger war die Abbruchwahrscheinlichkeit der Online-Umfrage. Je höher das explizite Leistungsmotiv ausgeprägt war, desto niedriger war die Abbruchwahrscheinlichkeit der Online-Umfrage. Somit konnte die H4a und H4b angenommen werden (siehe Abschnitt 5.5).

Die empirischen Befunde der H4a und H4b stützen die in Abschnitt 2.2 ausgeführten theoretischen Annahmen. Auch bei der Validierung des TAT konnte gezeigt werden, dass das implizite Leistungsmotiv Leistungsverhalten vorhersagt. So erzielten Individuen mit einem hohen impliziten Leistungsmotiv bessere Leistungen in experimentellen Aufgaben, als Individuen mit einem schwachen Leistungsmotiv. Begründet wurde dieser Befund dadurch, dass Individuen mit einem hohen impliziten Leistungsmotiv die Herausforderung mehr genossen, mehr in der Aufgabe aufgingen und auch schon bei Teilerfolgen mehr Zufriedenheit erlebten. Dies förderte die Persistenz und motivierte zum disziplinierten Arbeiten (Brandstätter et al., 2018). Dieser Befund geht mit dem Ergebnis aus dieser Forschungsarbeit einher. Wie in Abschnitt 2.2 angemerkt, wurde davon ausgegangen, dass die Teilnahme an der Online-Umfrage Leistungsverhalten der Versuchsteilnehmenden erfordert.

Zudem war der Zusammenhang zwischen dem explizitem Leistungsmotiv und der Abbruchwahrscheinlichkeit innerhalb dieser Forschungsarbeit stärker ausgeprägt, als der Zusammenhang zwischen dem implizitem Leistungsmotiv und der Abbruchwahrscheinlichkeit. Wie in Abschnitt 2.2.2 beschrieben, energetisieren implizite Motive eine Verhaltensaübung und explizite Motive lenken das konkrete Verhalten und entscheiden demnach darüber, ob eine Handlung tatsächlich bewusst ausgeführt wird oder nicht (McClelland et al. 1989). Dies könnte erklären, warum das explizite Leistungsmotiv einen stärkeren Zusammenhang zeigte, als das implizite Leistungsmotiv. Für das Umsetzen von Leistungszielen, die ausschließlich auf einem motivationalen Selbstbild beruhen, ist mehr Selbstkontrolle notwendig (Brandstätter et al. 2018), was nicht für alle Individuen immer adäquat umsetzbar ist (Brunstein, 2018). Wenn bei einem Individuum das implizite und das explizite Leistungsmotiv hoch ausgeprägt ist, wird erwartet, dass die Abbruchwahrscheinlichkeit noch geringer ist, als wenn die Motive nicht miteinander einhergehen (Schüler, 2010). Wenn die Leistungsmotive nicht miteinander einhergehen, könnte sich ein Individuum ein Ziel gesetzt haben (explizites Leistungsmotiv), welches durch kein äquivalentes implizites Leistungsmotiv energetisiert wurde. Beispielsweise könnte das explizite Ziel eines Versuchsteilnehmenden gewesen sein, die Umfrage vollständig zu beenden, wobei allerdings nur ein schwaches implizites Leistungsmotiv vorlag. Dementsprechend könnte der Versuchsteilnehmende mit der Zeit gemerkt haben, dass seine affektiven Bedürfnisse nicht befriedigt werden und die Umfrage wurde abgebrochen. Diese Aspekte könnten in zukünftigen empirischen Studien aufgegriffen und genauer untersucht werden. Weitere Implikationen werden im folgenden Abschnitt 6.5 aufgegriffen.

Wie in Kapitel 5 herausgestellt, wurde ein geringer signifikant positiver Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv in der Gesamtstichprobe festgestellt (Abbrecher und Nicht-Abbrecher). Nachdem die Abbrecher für die Analysen der H1, H2 und H3 ausgeschlossen wurden, lag allerdings kein Zusammenhang mehr vor (Nullkorrelation). Eine mögliche Erklärung für diesen Unterschied ist, dass die Abbrecher in ihren Leistungsmotiven sehr kongruent gewesen sein könnten und zwar in der Art, dass das implizite und explizite Leistungsmotiv jeweils niedrig ausgeprägt war.

## 6.5. Kritische Reflektion, Implikationen und Forschungsausblick

Die umfassenden Ergebnisse der vorliegenden Forschungsarbeit verdeutlichen die Möglichkeit, die komplementären Forschungsfelder der Motivations- & Bewusstseinsforschung auf einer möglichst ökonomischen Weise miteinander zu verbinden. Insgesamt hat diese Forschungsarbeit mehr Transparenz in komplexe empirische Themenfelder (wie beispielsweise Interozeption) ermöglicht und dabei weitere korrespondierende Inhalte etabliert. So wurden beispielsweise auch die dispositionellen Persönlichkeitseigenschaften Neurotizismus und Offenheit, sowie die selbst eingeschätzte Meditationserfahrung der Versuchsteilnehmenden, in die Betrachtung der Forschungsfragen (teilweise auf explorativer Ebene durch Zusatzanalysen; siehe Anhang I) einbezogen. Zudem bestand die Möglichkeit mit dieser Forschungsarbeit (Masterarbeit) auf der vorherig absolvierten Bachelorarbeit (Nuyken, 2019) thematisch aufzubauen, indem das interozeptive Bewusstsein empirisch untersucht wurde. Dafür wurde der MAIA-2 von Bornemann et al. (2015) und Eggart et al. (2021) herangezogen, der eine überarbeitete Version des MAIA von Mehling et al. (2012) repräsentiert. Aktuell wird der MAIA-2 anhand einer nicht klinischen Stichprobe validiert, wobei auch die statistischen Daten aus der vorliegenden Forschungsarbeit in die Validierungsstudie mit einfließen.

Trotz der relativ zeitaufwändigen Durchführung und Auswertung der PSE von Schultheiss und Pang (2007), wurde auch diese innerhalb der Forschungsarbeit eingesetzt, um das implizite Leistungsmotiv der Versuchsteilnehmenden zu operationalisieren. Insbesondere aufgrund des hohen Zeitaufwandes wird die PSE häufig kritisiert. Neben ökonomischen Nachteilen, werden auch die Testgütekriterien, insbesondere von Vertretern der klassischen Testtheorie, häufig infrage gestellt. So wird die vergleichsweise geringe Objektivität, Reliabilität und Validität mit Testgütekriterien expliziter Motivmessinstrumente gegenübergestellt (Brunstein & Heckhausen, 2018; Schultheiss et al., 2008). Bei den umfassenden Diskussionen unterschiedlicher Methoden der Motivmessung (Entwisle, 1972; McClelland, 1980) wurde allerdings missachtet, dass projektive Werte impliziter Motive und Fragebogenwerte expliziter Motive für gleichnamige *Motive* kaum gemeinsame Varianz aufweisen. Letztlich stellt die PSE eine modernisierte Variante des TAT dar und kann nicht durch ein explizites Maß ersetzt werden (Brunstein & Heckhausen, 2018).

Da Motivkongruenz viele gesundheitliche Vorteile hat (Brunstein et al., 1998, Schultheiss et. al., 2008), wird für die Praxis allgemein eine achtsame Haltung gegenüber

angenehmen, neutralen und unangenehmen Körperempfindungen empfohlen, die das Nicht-Werten gegenüber aufkommenden Empfindungen und Gefühlen einschließt. Zudem wird für einen besseren Therapieerfolg für Patienten mit Angsterkrankungen und posttraumatischen Belastungsstörungen konform Mehling et al. (2009) empfohlen, die Aufmerksamkeitsfokussierung auf innere Körperempfindungen zu optimieren. Auch gesunden Individuen, insbesondere denen mit einer höheren Neurotizismusausprägung, wird empfohlen, die Aufmerksamkeit auf innere Körperempfindungen auszurichten. An dieser Stelle wird nochmal betont, dass Neurotizismus als dispositionelle Persönlichkeitseigenschaft nicht im Sinne einer psychiatrischen Klassifizierung missverstanden werden sollte (Borkenau & Ostendorf, 1993). Um die eigene Emotionsregulation zu verbessern, sollten auch unangenehme Gefühle (wie beispielsweise Angst) bewusst zugelassen und nicht unterdrückt werden (Kober et al. 2019; Webb et al., 2012). Entsprechend den Befunden der H2h aus dieser Forschungsarbeit wird insbesondere dazu geraten, das Vertrauen in Körperempfindungen (beispielsweise durch Interventionsstrategien) zu fördern.

Zukünftige Studien könnten die querschnittlichen Ergebnisse dieser Forschungsarbeit ergänzen und im längsschnittlichen Design den Einfluss des interozeptiven Bewusstseins auf den Zusammenhang des impliziten und expliziten Leistungsmotivs untersuchen. Allgemein können aufgrund der querschnittlichen Befunde dieser Forschungsarbeit keine kausalen Schlussfolgerungen getroffen werden. Dabei könnte im längsschnittlichen Design überprüft werden, ob der Zusammenhang zwischen impliziten und expliziten Motiven durch eine achtsamkeitsbasierte Intervention (zur Steigerung des interozeptiven Bewusstseins; Nuyken, 2019) positiv beeinflusst werden kann. Es sollte beachtet werden, dass achtsamkeitsbasierte Interventionen wahrscheinlich nicht bei allen Individuen gleich gut wirken (Baumann et al., 2005).

Da zur direkten Veränderung von Motivinkongruenz bislang nur wenige empirische Studien publiziert wurden (Brandstätter et al., 2018), sind insbesondere diesbezüglich ergänzende Befunde gewünscht. Nach Annahmen der Motivationsforschung kann Inkongruenz überwunden werden, indem explizite Zielsetzungen auf Grundlage impliziter Motive neu generiert werden (Brandstätter et al., 2018). Wie in Abschnitt 2.2.2 bereits thematisiert, erklären McClelland et al. (1989) das Bestehen von Motivinkongruenz unter anderem dadurch, dass implizite Motive in den meisten Fällen nicht bewusst wahrgenommen und deshalb auch nicht als Information für explizite Ziele dienen können. Empirische

Befunde konnten jedoch belegen, dass ein bewusster Zugang zu impliziten Motiven durch visuelle Interventionen gefördert werden kann. So wurde empirisch verdeutlicht, dass das Imaginieren von Zielen (Schultheiss & Brunstein, 1999) und Fantasieren über motivspezifische affektive Anreize eine kongruenzfördernde Vermittlungsfunktion hat (Job & Brandstätter, 2009). Eine zweite Ursache für Motivinkongruenz und den Folgen ist nach McClelland et al. (1989) eine Überanpassung an umweltbedingten Einflüssen wie beispielsweise an soziale Normen und die damit einhergehende Vernachlässigung internaler Informationsquellen (siehe Abschnitt 2.2.2). Es existieren Hinweise dafür, dass emotionale Bewältigungsstrategien, wie beispielsweise das Berichten von emotionalen Erlebnissen, negative Folgen von Motivinkongruenz abschwächen können (Schüler et al., 2019). In diesem Zusammenhang sollte auch das interozeptive Bewusstsein sowie weitere Komponenten der Interozeption (Garfinkel et al., 2005) empirisch beleuchtet werden.

Neben Neurotizismus und Offenheit, könnten auch weitere Persönlichkeitseigenschaften (beispielsweise Gewissenhaftigkeit) im Zusammenhang mit dem interozeptiven Bewusstsein empirisch untersucht werden. Für kleine Korrelationen sollten die Befunde der H2 und H3 mit einer größeren Stichprobe repliziert werden. Auch um mögliche Zufallsbefunde auszuschließen, wird weitere Forschung als sinnvoll eingeschätzt.

Außerdem könnten Folgestudien auf motivationale Verhaltensaspekte genauer eingehen, als es innerhalb dieser Forschungsarbeit, durch die zusätzlich eingebunden Befunde der H4a und H4b, möglich war. Nach Winter (1996) könnten auch andere Motivthemen, wie beispielsweise das Macht oder Anschlussmotiv, mit dem Leistungsmotiv in Konflikt geraten (kollidieren), was möglicherweise zu einer hohen Abbruchwahrscheinlichkeit geführt haben könnte. Für eine ökonomische Umsetzung wurde innerhalb dieser Forschungsarbeit ausschließlich die Ausprägung des impliziten und expliziten Leistungsmotivs der Versuchsteilnehmenden untersucht, wobei diese mit der Abbruchwahrscheinlichkeit der Online-Umfrage in Zusammenhang gebracht wurden. Wie bereits in Abschnitt 6.4 erwähnt, könnte auch die Interaktion zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv die Abbruchwahrscheinlichkeit beeinflusst haben, was innerhalb dieser Forschungsarbeit nicht spezifisch untersucht wurde. Außerdem wurden bei der Untersuchung der Abbruchwahrscheinlichkeit mögliche Einflüsse von Persönlichkeitseigenschaften (beispielsweise von Gewissenhaftigkeit) nicht berücksichtigt. Wie in Abschnitt 2.1.3 angemerkt, können bestimmte Kombinationen von Persönlichkeitseigenschaften die

Befriedigung von Motiven beeinflussen (Brunstein, 2018; Winter et al., 1998). An dieser Stelle wird betont, dass das Leistungsmotiv nicht mit der dispositionellen Persönlichkeitseigenschaft Gewissenhaftigkeit verwechselt werden darf. Borkenau und Ostendorf (1993) beschreiben gewissenhafte Individuen als zielstrebig, ehrgeizig, ausdauernd und ordentlich. Solche Individuen weisen ein hohes Anspruchsdenken auf und könnten zwanghafte Strukturen aufweisen. In dieser Form stellt Gewissenhaftigkeit eine Form der Selbstkontrolle dar (siehe Abschnitt 2.1.3). Im Gegensatz zu dispositionellen Persönlichkeitseigenschaften sind Motive allerdings mit einem konkreten Verhalten verknüpft und stehen in Abhängigkeit mit dem aktuellen Sättigungsgrad des Motivs und situativen Anreizen. Persönlichkeitseigenschaften beschreiben hingegen die Konsistenz von außen sichtbarem Verhalten (Scheffer & Heckhausen, 2018). Letztlich basieren diese komplementären Konstrukte der Persönlichkeit auf einer anderen Operationalisierung (siehe Abschnitt 2.1.3 & Abschnitt 2.2.1).

## 7 Fazit

Die vorliegende Forschungsarbeit hat die Motivations- und Bewusstseinsforschung durch neue empirische Erkenntnisse erweitert. So haben die Ergebnisse der H1 gezeigt, dass ausschließlich eine niedrige Ausprägung auf der Skala Bemerkens des MAIA-2 mit Leistungsmotivkongruenz einhergeht. Mit dieser Skala wurde die bewusste Wahrnehmung körperlicher Empfindungen, einschließlich damit einhergehenden Gefühlszuständen, operationalisiert. Die interozeptive Sensibilität, die mit dem bewussten Spüren des Körpers (interozeptive Sensitivität) folgt, kann adaptiv oder maladaptiv sein (Mehling et al., 2012; Mehling, 2016). Die Aufmerksamkeit direkt auf unmittelbar erlebte Gefühle zu lenken, scheint adaptiv zu sein, während ein grübelnder Selbstfokus maladaptiv zu sein scheint (Mehling et al., 2012; Watkins & Moulds, 2005). Ob sich die interozeptive Sensibilität positiv auf Kongruenz auswirkt, könnte demnach von der Aufmerksamkeitsregulation abhängig sein, wobei metakognitiv negative Empfindungen als Fehlerbewusstsein und nicht als das Selbst erkannt werden sollten. Ein adaptives Körperbewusstsein (interozeptives Bewusstsein) hat sich als vorteilhaft hinsichtlich vieler gesundheitlicher Aspekte akzentuiert (Mehling et al., 2012; Bornemann et al., 2015) und könnte möglicherweise Motivkongruenz fördern.

Die Befunde der H2 haben gezeigt, dass Neurotizismus mit allen Skalen des MAIA-2 (außer Bemerkens) signifikant im negativen Zusammenhang steht. Der stärkste negative

Zusammenhang wurde zwischen Neurotizismus und der Skala Vertrauen (H2h) belegt, was mit den empirischen Befunden von Pearson & Pfeifer (2020) einhergeht. Den eigenen Körper als sicher und vertrauensvoll zu erleben, wurde in Zusammenhang mit der Nutzung von Körperempfindungen innerhalb der Entscheidungsfindung gebracht (Mehling et al., 2012).

Die Ergebnisse der H3 haben belegt, dass Offenheit ausschließlich mit den Skalen Bemerken, Aufmerksamkeitsregulation und Auf-den-Leib-Hören signifikant im positiven Zusammenhang steht. Insgesamt wird hinterfragt, ob Offenheit tatsächlich ein valider Prädiktor für eine offenen Einstellung im Zusammenhang mit Achtsamkeit (offenes Gewahrsein) ist und demzufolge mit dem interozeptiven Bewusstsein in Zusammenhang gebracht werden kann.

Die ergänzenden Befunde der H4a und H4b haben gezeigt, dass eine hohe Ausprägung des impliziten und expliziten Leistungsmotivs zur Vorhersage von Leistungsverhalten dient, was mit theoretischen Annahmen einhergeht und empirische Befunde ergänzt (Brandstätter et al., 2018; McClelland et al. 1989; Schüler 2010). Insgesamt bilden die umfassenden Ergebnisse dieser Forschungsarbeit einen guten Grundstein für die weitere empirische Motivations- und Bewusstseinsforschung.

Insbesondere wurde innerhalb dieser Forschungsarbeit deutlich, dass die Heterogenität des Bewusstseinskonstrukts verschiedene vielschichtige psychische Komponente umfasst (Kiefer, 2016). Wie Shakespeare (1564-1616) schon sagte, ist an sich nichts weder gut noch schlecht, das Denken macht es erst dazu. Dieser indirekte Appell könnte auch auf das interozeptive Bewusstsein und letztlich den Zugang zu unserem Selbst übertragen werden.

---

## Literaturverzeichnis

- Adolphs, R., Damasio, H., Tranel, D., Cooper, G. & Damasio, A. R. (2000). A role for somatosensory cortices in the visual recognition of emotion as revealed by three-dimensional lesion mapping. *The Journal of Neuroscience*, 20(7), 2683–2690. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.20-07-02683.2000>
- Allen, M., & Tsakiri, M. (2019). The body as first prior: Interoceptive predictive processing and the primacy of self-models. In M. Tsakiris & H. De Preester (Hrsg.), *The interoceptive mind: From homeostasis to awareness* (S. 27–45). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780198811930.003.0002>
- Allport, G. W. & Odbert, H. S. (1936). Trait-names: A psycholexical study. *Psychological Monographs*, 47(1), i-171. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0093360>
- Andresen, B. (1995). Risikobereitschaft (R): Der sechste Basisfaktor der Persönlichkeit: Konvergenz multivariater Studien und Konstruktextplikation. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 16(4), 210–236.
- Ashton, M. C., & Lee, K. (2007). Empirical, theoretical, and practical advantages of the HEXACO model of personality structure. *Personality and Social Psychology Review*, 11(2), 150–166. <https://doi.org/10.1177%2F1088868306294907>
- Atkinson, J. W. (1957). Motivational determinants of risk-taking behavior. *Psychological Review*, 64 (6), 359–372. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0043445>
- Atkinson, J. W. (1964). *An introduction to motivation*. Princeton, NJ: Van Nostrand.
- Atkinson, J. W. & Birch, D. A. (1970). *The dynamics of action*. New York: Wiley.
- Baiocco, R., Chirumbolo, A., Bianchi, D., Ioverno, S., Morelli, M. & Nappa, M. (2017). How HEXACO Personality Traits Predict Different Selfie-Posting Behaviors among Adolescents and Young Adults. *Front. Psychol.* 7:2080. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.02080>
- Ball, S. A. (2002). Big five, alternative five, and seven personality dimensions: Validity in substance-dependent patients. In: Costa, P. T. Jr, & Widiger T. A. (Hrsg.): *Personality disorders and the five-factor model of personality* (S. 177–201). Washington, DC: American Psychological Association.



- 
- Baltazar, M., Grezes, J., Geoffroy, M. M., Picq, J. L., & Conty, L. (2021). Neural correlates of interoceptive accuracy: Beyond cardioception. *The European journal of neuroscience*, 54(10), 7642–7653. <https://doi.org/10.1111/ejn.15510>
- Baltes-Götz, B., (2020). Online-Umfragen mit Enterprise Feedback Suite Survey Summer 2021. *Zentrum für Informations-, Medien- und Kommunikationstechnologie (ZIMK) an der Universität Trier*. Verfügbar unter: <https://www.uni-trier.de/fileadmin/urt/doku/efs/efsurvey.pdf>
- Bargh, J. A., Gollwitzer, P. M., & Oettingen, G. (2010). Motivation. In S. Fiske, D. Gilbert & G. Lindzey (Hrsg.), *Handbook of social psychology* (S. 268-316). New York, NY: Wiley.
- Barnard, P. J., & Teasdale, J. D. (1991). Interacting cognitive subsystems: A systemic approach to cognitive-affective interaction and change. *Cognition and Emotion*, 5(1), 1–39. <https://doi.org/10.1080/02699939108411021>
- Baumann, N., Kaschel, R., Kuhl, J. (2005). Striving for Unwanted Goals: Stress-Dependent Discrepancies Between Explicit and Implicit Achievement Motives Reduce Subjective Well-Being and Increase Psychosomatic Symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(5), 781–799. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.89.5.781>
- Becker, P. (1998). Beyond the Big Five. *Personality and Individual Differences*, 26(3), 511–530. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00168-8](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00168-8)
- Berlucchi, G. & Aglioti, S. M. (2010). The body in the brain revisited. *Experimental brain research*, 200(1), 25-35. DOI: 10.1007/s00221-009-1970-7
- Bielefeld, J. (1986). *Körpererfahrung. Grundlage menschlichen Bewegungsverhaltens*. Göttingen: Verlag für Psychologie.
- Bischof, N. (1993). Untersuchungen zur Systemanalyse der sozialen Motivation I: Die Regulation der sozialen Distanz – Von der Feldtheorie zur Systemtheorie. *Zeitschrift für Psychologie*, 201(1), 5–43.
- Block, J. (2010). The five-factor framing of personality and beyond: Some ruminations. *Psychological Inquiry*, 21, 2–25. <https://doi.org/10.1080/10478401003596626>
- Borkenau, P. & Ostendorf, F. (1993). *NEO-Fünf-Faktoren-Inventar (NEO-FFI) nach Costa und McCrae (Handanweisung)*. Göttingen: Hogrefe.

- 
- Bornemann, B. (2017). *Body awareness, voluntary physiological regulation, and their modulation by contemplative mental training*. Dissertation. Berlin: Humboldt-Universität zu Berlin.
- Bornemann, B. & Mehling, W. (2012). *Multidimensional Assessment of Interoceptive Awareness (MAIA). German Translation*. Verfügbar unter: <https://osher.ucsf.edu/sites/osher.ucsf.edu/files/inline-files/MAIAGerman.pdf> (06.02.2022).
- Bornemann, B., Herbert B. M., Mehling W. E. & Singer T. (2015). Differential changes in self-reported aspects of interoceptive awareness through 3 months of contemplative training. *Frontiers in psychology*, 5, o. S. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.01504>
- Bortz, J. & Döring, N. (2006). *Forschungsmethoden und Evaluation*. (4. Aufl.). Heidelberg: Springer.
- Brandstätter, V. (2019). *Persistenz*. *Dorsch Lexikon der Psychologie*. Verfügbar unter: <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/persistenz>
- Brandstätter, V., Schüler, J., Puca, R. M. & Lozo, L. (2018). *Motivation und Emotion. Allgemeine Psychologie für Bachelor* (2. Auflage). Heidelberg: Springer.
- Brunstein, J. C. (2010). Implicit motives and explicit goals: The role of motivational congruence in emotional well-being. In O. C. Schultheiss & J. C. Brunstein (Hrsg.), *Implicit motives* (S. 347–374). New York: Oxford University Press.
- Brunstein, J. C. (2018). Implizite und explizite Motive. In J. Heckhausen & J. Heckhausen (Hrsg.), *Motivation und Handeln* (5. Auflage, S. 269-292). Berlin, Heidelberg: Springer.
- Brunstein, J. C. & Heckhausen, H. (2018). Leistungsmotivation. In J. Heckhausen & H. Heckhausen (Hrsg.), *Motivation und Handeln* (5. Aufl., S. 163-221). Berlin, Heidelberg: Springer.
- Brunstein, J. C., & Hoyer, J. (2002). Implizites versus explizites Leistungsstreben: Befunde zur Unabhängigkeit zweier Motivationssysteme. *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie*, 16, 51–62.
- Brunstein, J. C., Lautenschlager, U., Nawroth, B., Pöhlmann, K. & Schultheiss, O. C. (1995). Persönliche Anliegen, soziale Motive und emotionales Wohlbefinden. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 16, 1–10.

- 
- Brunstein, J. C., Schultheiss, O. C. & Grässmann, R. (1998). Personal goals and emotional well-being: The moderating role of motive dispositions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 494–508.
- Brunstein, J. C., Schultheiss, O. C. & Maier, G. W. (1999). The pursuit of personal goals: A motivational approach to well-being and life adjustment. In J. Brandstädter & R. M. Lerner (Hrsg.), *Action and self-development: Theory and research through the life span* (S. 169–196). London: Sage.
- Cameron, O. G. (2001). Interoception: the inside story -- a model for psychosomatic processes. *Psychosomatic Medicine*, 63(5), 697-710.
- Caprara, G. V., Barbaranelli, C., & Bermudez, J., Maslach, C., Ruch, W. (2000). Multivariate methods for the comparison of factor structures in cross-cultural research: An illustration with the Big Five Questionnaire. *Journal of Cross- Cultural Psychology*, 31(4), 437-464.
- Ceunen, E., Vlaeyer, J. W. S. & Van Diest, I. (2016). On the Origin of Interoception. *Frontiers in Psychology*, 7(226), o. S.
- Cioffi, D. (1991). Beyond attentional strategies: A cognitive-perceptual model of somatic interpretation. *Psychological Bulletin*, 109(1), 25–41. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.109.1.25>
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences* (2. Auflage). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Costa, P. T. & McCrae, R. R. (1985). *The NEO Personality Inventory manual*. Odessa, Fl: Psychological Assessment Resources.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *Professional manual of the revised NEO personality inventory (NEO-PI-R) and NEO five-factor inventory (NEO-FFI)*. Psychological Assessment Resources.
- Craig, A. D. (2002). How do you feel? Interoception: the sense of the physiological condition of the body. *Nature Reviews Neuroscience*, 3(8), 655-666.
- Craig, A. D. (2009). How do you feel — now? The anterior insula and human awareness. *Nat Rev Neurosci* 10, 59–70. <https://doi.org/10.1038/nrn2555>
- Craig A. D. (2010). The sentient self. *Brain structure & function*, 214(5-6), 563–577. <https://doi.org/10.1007/s00429-010-0248-y>

- 
- Critchley, H. D., Wiens, S., Rotshtein, P., Öhman, A. & Dolan, R. J. (2004). Neural systems supporting interoceptive awareness. *Nature Neuroscience*, 7, 189–195. *Nature Reviews Neuroscience*, 10, 59–70.
- Cronbach, L. J. (1990). *Essentials of psychological testing* (5. Auflage). New York: Harper Collins.
- Damasio, A. R. (1999). *The feeling of what happens. Body and emotion in the making of consciousness*. San Diego: Harcourt.
- Damasio, A. R. (2000). *Ich fühle also bin ich: Die Entschlüsselung des Bewusstseins*. München: List.
- Damasio, A. R. (1994). *Descartes' Error: Emotion, Reason and the Human Brain*. New York: Grosset/Putnam.
- Damasio, A. R.; Tranel, D.; Damasio, H. C. (1991). Somatic markers and the guidance of behavior: Theory and preliminary testing. In Levin, Harvey S.; Eisenberg, Howard M.; Benton, Arthur Lester (Hrsg.). *Frontal Lobe Function and Dysfunction*. Oxford University Press, 217–229.
- deCharms, R., Morrison, H. W., Reitman, W. & McClelland, D. C. (1955). Behavioral correlates of directly and indirectly measured achievement motivation. In D. C. McClelland (Hrsg.), *Studies in motivation* (S. 414–423). New York: Appleton-Century-Crofts.
- Domschke, K., Stevens, S., Pfleiderer, B., Gerlach, A. L. (2010). *Interoceptive sensitivity in anxiety and anxiety disorders: An overview and integration of neurobiological findings.*, 30(1), 0–11. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.08.008>
- Dudenredaktion (o. D.). Literaturverzeichnis. In *Duden online*. Abgerufen am 11. Juli 2022, von <https://www.duden.de/node/3821/revision/1029819>
- Dunn, B. D., Dalgleish, T., Ogilvie, A. D., and Lawrence, A. D. (2007). Heartbeat perception in depression. *Behaviour Research and Therapy*, 45, 1921–1930.
- Dunn, B. D., Stefanovitch, I., Evans, D., Oliver, C., Hawkins, A., & Dalgleish, T. (2010). Can you feel the beat? Interoceptive awareness is an interactive function of anxiety – and depression-specific symptom dimensions. *Behaviour Research and Therapy*, 48(11), 1133–1138. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2010.07.006>
- Eggart, M., Todd, J., Valdés-Stauber, J., (2021). Validation of the Multidimensional Assessment of Interoceptive Awareness (MAIA-2) questionnaire in hospitalized

- patients with major depressive disorder. *PLOS ONE* 16(6):  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0253913>
- Ehlers, A., Mayou, R. A., Sprigings, D. C., & Birkhead, J. (2000). Psychological and perceptual factors associated with arrhythmias and benign palpitations. *Psychosomatic Medicine*, 62(5), 693–702. <https://doi.org/10.1097/00006842-200009000-00014>.
- Engeser, S. & Vollmeyer, R. (2005). Tätigkeitsanreize und Flow-Erleben. In R. Vollmeyer & J. C. Brunstein (Hrsg.), *Motivationspsychologie und ihre Anwendungen* (S. 59-71). Stuttgart: Kohlhammer.
- Entwisle, D. R. (1972). To Dispel Fantasies About Fantasy-Based Measures of Achievement Motivation. *Psychological Bulletin*, 77(6), 377–391. <https://doi.org/10.1037/h0020021>
- Ewing, D. L., Manassei, M., Gould van Praag, C., Philippides, A. O., Critchley, H. D., & Garfinkel, S. N. (2017). Sleep and the heart: Interoceptive differences linked to poor experiential sleep quality in anxiety and depression. *Biological Psychology*, 127, 163–172. <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2017.05.011>
- Eysenck, H. J., & Eysenck, S. B. G. (1964). *Manual of the eysenck personality inventory*. University of London Press.
- Fantapié Altobelli, C. (2007). *Marktforschung: Methoden – Anwendungen – Praxisbeispiele*. Stuttgart: Lucius & Lucius.
- Farb, N. A., Segal, Z. V., Mayberg, H., Bean, J., McKeon, D., Fatima, Z., & Anderson, A. K. (2007). Attending to the present: mindfulness meditation reveals distinct neural modes of self-reference. *Social cognitive and affective neuroscience*, 2(4), 313-322.
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A. G. (2009). Statistical power analyses using G\*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods*, 41, 1149-1160.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43(4), 522-527.
- Ferentzi, E., Olaru, G., Geiger, M., Vig, L., Köteles, F. & Wilhelm, O. (2021). Examining the Factor Structure and Validity of the Multidimensional Assessment of Interoceptive Awareness, *Journal of Personality Assessment*, 103(5), 675-684. <https://doi.org/10.1080/00223891.2020.1813147>

- 
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117–140.
- Garfinkel, S. N., and Critchley, H. D. (2013). Interoception, emotion and brain: new insights link internal physiology to social behaviour. Commentary on: “Anterior insular cortex mediates bodily sensibility and social anxiety” by Terasawa et al. (2012). *Social cognitive and affective neuroscience*, 8(3), 231–234.  
<https://doi.org/10.1093/scan/nss140>
- Garfinkel, S. N., Seth, A. K., Barrett, A. B., Suzuki, K., & Critchley, H. D. (2015). Knowing your own heart: distinguishing interoceptive accuracy from interoceptive awareness. *Biological psychology*, 104, 65–74.  
<https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2014.11.004>
- Geppert, U. & Heckhausen, H. (1990). Ontogenese der Emotion. In K. R. Scherer (Hrsg.), *Enzyklopädie der Psychologie: Psychologie der Emotion* (Bd. IV, S. 115–213). Göttingen: Hogrefe.
- Gjesme, T., & Nygard, R. (1970). *Achievement-related motives: Theoretical considerations and construction of a measuring instrument*. Unpublished manuscript. Oslo: University of Oslo.
- Gnambs, T. (2015). Sociodemographic Effects on the test-retest reliability of the big five inventory. *European Journal of Psychological Assessment*, 32(4), 307–311.  
<https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000259>
- Goldberg, L. R. (1982). From Ace to Zombie: Some explorations in the language of personality. In C. D. Spielberger & J. N. Butcher (Hrsg.), *Advances in personality assessment* (Bd. 1, S. 203–234). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Goldberg, L. R. (1992). The development of markers for the Big-Five factor structure. *Psychological Assessment*, 4(1), 26–42. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.4.1.26>
- Greening, S. G., Lee, T. H., Burleigh, L., Grégoire, L., Robinson, T., Jiang, X., Mather, M., & Kaplan, J. (2022). Mental imagery can generate and regulate acquired differential fear conditioned reactivity. *Scientific reports*, 12(1), 997. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-05019-y>
- Gurven, M., Rueden, C. von, Massenkoff, M., Kaplan, H. & Vie, M. L. (2013). How universal is the big five? Testing the five-factor model of personality variation

- among forager-farmers in the bolivian amazon. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(2), 354-370.
- Harlow, H. F. (1950). Learning and satiation of response in intrinsically motivated complex puzzle performance by monkeys. *Journal of Comparative and Physiological Psychology*, 43(4), 289-294.
- Haug-Schnabel, G. (2002): Körperbewusstsein. In: D. Freudig (Hrsg.), *Lexikon der Biologie*, 8. Freiburg i. Br.: Spektrum Akad Verlag.
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Publications.
- Heckhausen, H. (1963). *Hoffnung und Furcht in der Leistungsmotivation*. Meisenheim am Glan: Anton Hain.
- Heckhausen, H. (1977a). *Achievement motivation and its constructs: A cognitive model*. *Motivation and Emotion* (1, 4, S. 283–329). New York: Plenum.
- Heckhausen, H. (1977b). Motivation: Kognitionspsychologische Aufspaltung eines summarischen Konstrukts. *Psychologische Rundschau*, 28(3), 175–189.
- Heckhausen, H. & Rheinberg, F. (1980). Lernmotivation im Unterricht, erneut betrachtet. *Unterrichtswissenschaft*, 8, 7–47.
- Heckhausen, J. (1999). *Developmental regulation in adulthood: Age-normative and sociostructural constraints as adaptive challenges*. New York, NJ: Cambridge University Press.
- Heckhausen, J. & Heckhausen H. (2018). Motivation und Handeln: Einführung und Überblick. In J. Heckhausen & H. Heckhausen (Hrsg.), *Motivation und Handeln* (5. Aufl., S. 1-11). Berlin, Heidelberg: Springer.
- Herbert, B. M. & Pollatos O. (2008). Interozeptive Sensitivität, Gefühle und Verhaltensregulation. *Zeitschrift für Neuropsychologie*, 19(3), 125-137.
- Heyns, R. W., Veroff, J., & Atkinson, J. W. (1958). A scoring manual for the affiliation motive. In J. W. Atkinson (Ed.), *Motives in fantasy, action, and society: A method of assessment and study* (S. 205–218). Princeton, NJ: Van Nostrand.
- Hofer, J., Chasiotis, A. (2003). Congruence of Life Goals and Implicit Motives as Predictors of Life Satisfaction: Cross-Cultural Implications of a Study of Zambian Male Adolescents. *Motivation and Emotion* 27(3), 251–272.  
<https://doi.org/10.1023/A:1025011815778>

- Hofmann, W., Gschwendner, T., Nosek, B. A., & Schmitt, M. (2005). What moderates implicit-explicit consistency? *European Review of Social Psychology*, *16*, 335-390.
- Horing, B., & Büchel, C. (2022). The human insula processes both modality-independent and pain-selective learning signals. *PLoS biology*, *20*(5), e3001540.  
<https://doi.org/10.1371/journal.pbio.3001540>
- Huber, O. (2013). *Das psychologische Experiment. Eine Einführung*. (6. Aufl.). Bern: Hogrefe.
- Hunt, J. M. V. (1965). Intrinsic motivation and its role in psychological development. In D. Levine (Hrsg.), *Nebraskasymposium on motivation* (13. Auflage) (S. 189-282). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- James, W. (1884): What Is an Emotion? In: *Mind*, *34*(1), 188–205.
- Janos, O., & Papoušek, H. (1977). Acquisition of appetitional and palpebral conditioned reflexes by the same infants. *Early human development*, *1*(1), 91–97.  
[https://doi.org/10.1016/0378-3782\(77\)90032-9](https://doi.org/10.1016/0378-3782(77)90032-9)
- Job, V., & Brandstätter, V. (2009). Get a taste of your goals: Promoting motive-goal congruence through affect-focus goal fantasy. *Journal of Personality*, *77*(5), 1527–1559. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.1467-6494.2009.00591.x>
- Jones, G. E. (1994). Perception of visceral sensations: A review of recent findings, methodologies, and future directions. In J. R. Jennings, P. K. Ackles, & M. G. H. Coles (Hrsg.), *Advances in psychophysiology: A research annual*, *5*, 55-191. Jessica Kingsley Publishers.
- Kehr, H. M. (2004). Implicit/explicit motive discrepancies and volitional depletion among managers. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *30*(3), 315-327.  
<https://doi.org/10.1177/0146167203256967>
- Khalsa, S. S., Adolphs, R., Cameron, O. G., Critchley, H. D., Davenport, P. W., Feinstein, J. S., Feusner, J. D., Garfinkel, S. N., Lane, R. D., Mehling, W. E., Meuret, A. E., Nemeroff, C. B., Oppenheimer, S., Petzschner, F. H.; Pollatos, O., Rhudy, J. L., Schramm, L. P., Simmons, W. K., Stein, M. B., Stephan, K. E., (...), Paulus, M. P. (2017). Interoception Summit 2016 participants (2018). Interoception and Mental Health: A Roadmap. *Biological psychiatry. Cognitive neuroscience and neuroimaging*, *3*(6), 501–513. <https://doi.org/10.1016/j.bpsc.2017.12.004>



- 
- Klusmann, U., Trautwein, U., & Lüdtke, O. (2005). Intrinsische und extrinsische Lebensziele: Reliabilität und Validität einer deutschen Fassung des Aspirations Index [Intrinsic and extrinsic personal goals: Reliability and validity of a German translation of the Aspirations Index]. *Diagnostica*, 51(1), 40–51.  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1026/0012-1924.51.1.40>
- Koch, S. (1956). Behavior as "intrinsically" regulated: Work notes towards a pre-theory of phenomena called "motivational". In M. R. Jones (Hrsg.), *Nebraska Symposium on Motivation* (S. 42-87). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Koestner, R., Weinberger, J. & McClelland, D. C. (1991). Task-intrinsic and social- extrinsic sources of arousal for motives assessed in fantasy and self-report. *Journal of Personality*, 59(1), 57–82. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.1467-6494.1991.tb00768.x>
- Körner, A., Geyer, M., Roth, M., Drapeau, M., Schmutzer, G., Albani, C., Schumann, S., Brähler, E. (2008). *Persönlichkeitsdiagnostik mit dem NEO-Fünf-Faktoren-Inventar: Die 30-Item-Kurzversion (NEO-FFI-30)*. *PPmP - Psychotherapie · Psychosomatik · Medizinische Psychologie*, 58(6), 238–245. <https://doi.org/10.1055/s-2007-986199>
- Körner, A. & Geyer, M. & Brähler, E. (2002). Das NEO-Fünf-Faktoren Inventar (NEO-FFI) – Validierung anhand einer deutschen Bevölkerungsstichprobe. [German validation of the NEO Five-Factor Inventory]. *Diagnostica*, 48(1), 19–27.  
<https://doi.org/10.1026/0012-1924.48.1.19>
- Kuhl, J. (2001). *Motivation und Persönlichkeit, Interaktionen psychischer Systeme*. Göttingen u.a.: Hogrefe.
- Kuhl, J. & Blankenship, V. (1979). The dynamic theory of achievement motivation: from episodic to dynamic thinking. *Psychological Review*, 86(2), 141–151.  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0033-295X.86.2.141>
- Lange, C., G. (1885): *Über Gemüthsbewegungen. Eine psychophysiologische Studie*. Leipzig.
- Leder, D. (1990). *The absent body*. United States: The University of Chicago Press.
- Makuch, M. K., (2017). *Die Zusammenhänge von Persönlichkeitsmerkmalen und der psychischen Gesundheit mit Zahnbehandlungsängsten - eine klinische Studie*. [Dissertation, Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf]. Verfügbar unter:

- <https://docserv.uni-duesseldorf.de/servlets/DerivateServlet/Derivate-44241/Dissertation%20Makuch%20Magdalena.pdf>
- Mallorquí-Bagué, N., Garfinkel, S. N., Engels, M., Eccles, J. A., Pailhez, G., Bulbena, A., & Critchley, H. D. (2014). Neuroimaging and psychophysiological investigation of the link between anxiety, enhanced affective reactivity and interoception in people with joint mobility. *Frontiers in Psychology, 5*, 1–8.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.01162>
- Marx, K. (1859). *Zur Kritik der Politischen Ökonomie*. London. S.9. Verfügbar unter:  
[http://www.mlwerke.de/me/me13/me13\\_007.htm](http://www.mlwerke.de/me/me13/me13_007.htm)
- Maslow, A. H. (1954). The instinctoid nature of basic needs. *Journal of Personality, 22*, 326–347. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1954.tb01136.x>
- McAdams, D. P. (1988). Personal needs and personal relationships. In S. Duck, D. F. Hay, S. E. Hobfoll, W. Ickes, & B. M. Montgomery (Hrsg.), *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions* (S. 7–22). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- McClelland, D. C. (1958). Risk taking in children with high and low need for achievement. In J. W. Atkinson (Hrsg.), *Motives in fantasy, action, and society* (S. 306–321). Princeton, NJ: Van Nostrand.
- McClelland, D. C. (1975). *Power: The inner experience*. Irvington Publishers. New York, 427–429.
- McClelland, D. C. (1980). Motive dispositions: The merits of operant and respondent measures. In L. Wheeler (Hrsg.), *Review of personality and social psychology* (Bd. 1, S. 10–41). Beverly Hills, CA: Sage.
- McClelland, D. C. (1985). How motives, skills, and values determine what people do. *American Psychologist, 40*(7), 812–825.
- McClelland, D. C. (1987). *Human motivation*. New York: Cambridge University Press.
- McClelland, D. C., & Pilon, D. A. (1983). Sources of adult motives in patterns of parent behavior in early childhood. *Journal of Personality and Social Psychology, 44*(3), 564–574.
- McClelland, D. C., & Steele, R. S. (1972). *Motivational workshops*. New York: General Learning Press.

- McClelland, D. C., Atkinson, J. W., Clark, R. A. & Lowell, E. L. (1953). *The achievement motive*. New York: Appleton-Century-Crofts.
- McClelland, D. C., Koestner, R., & Weinberger, J. (1989). How do self-attributed and implicit motives differ? *Psychological Review*, *96*(4), 690–702.
- McReynolds, P. (1971). *Advances on psychological assessment* (2. Auflage). Palo Alto: Science and Behavior Books.
- Mehling W. (2016). Differentiating attention styles and regulatory aspects of self-reported interoceptive sensibility. *Philosophical transactions of the Royal Society of London. Series B, Biological sciences*, *371*(1708), 20160013.  
<https://doi.org/10.1098/rstb.2016.0013>
- Mehling, W. E., Acree, M., Stewart, A., Silas, J., Jones, A. (2018). The Multidimensional Assessment of Interoceptive Awareness, Version 2 (MAIA-2). *PLoS ONE* *13*(12): e0208034. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0208034>
- Mehling, W. E., Gopisetty, V., Daubenmier, J., Price, C. J., Hecht, F. M. & Stewart, A. (2009). Body awareness: construct and self-report measures. *PLoS One*, *4*(5), o. S.
- Mehling, W. E., Price, C., Daubenmier, J. J., Acree, M., Bartmess, E. & Stewart, A. (2012). The multidimensional assessment of interoceptive awareness (MAIA). *PLoS One*, *7*(11), o. S.
- Mehrabian, A. (1969). Significance of posture and position in the communication of attitude and status relationships. *Psychological bulletin*, *71*(5), 359.
- Miller, L. C., Murphy, R., & Buss, A. H. (1981). Consciousness of body: Private and public. *Journal of Personality and Social Psychology*, *41*(2), 397-406.  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.41.2.397>
- Mlačić, B., & Goldberg, L. R. (2007). An analysis of a cross-cultural personality inventory: The IPIP Big Five factor markers in Croatia. *Journal of Personality Assessment*, *88*(2), 168–177. <https://doi.org/10.1080/00223890701267993>
- Mlačić, B., & Ostendorf, F. (2005). Taxonomy and structure of Croatian personality-descriptive adjectives. *European Journal of Personality*, *19*(2), 117–152. <https://doi.org/10.1002/per.539>
- Mor, N., & Winquist, J. (2002). Self-Focused Attention and Negative Affect: A Meta-Analysis. *Psychological Bulletin*, *128*(4), 638-662.  
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.128.4.638>

- Mulcahy, J. S., Davies, M., Quadt, L., Critchley, H. D., & Garfinkel, S. N. (2019). Interoceptive awareness mitigates deficits in emotional prosody recognition in Autism. *Biological psychology*, *146*, 107711. <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2019.05.011>
- Murray, H. A. (1938). *Explorations in Personality*. Oxford: Oxford University Press.
- Norris, C. J., Larsen, J. T., & Cacioppo, J. T. (2007). Neuroticism is associated with larger and more prolonged electrodermal responses to emotionally evocative pictures. *Psychophysiology*, *44*(5), 823–826. <https://doi.org/10.1111/j.1469-8986.2006.00551>
- Nuyken, J. (2019). *Kurzes Innehalten, große Wirkung? Auswirkungen einer achtsamkeitsbasierten Kurzintervention auf das interozeptive Bewusstsein* [Bachelorarbeit, Hochschule Fresenius]. *Bewhatyouare.life*. <https://bewhatyouare.life/wp-content/uploads/2019/07/Bewusstseinsforschung-Meditation-Nuyken-Jana.-AP.pdf>
- Park, H. D. & Tallon-Baudry, C. (2014). The neural subjective frame: from bodily signals to perceptual consciousness. *Philosophical Transactions of the Royal Society B*, *369*, 1–9. <https://doi.org/10.1098/rstb.2013.0208>
- Patten, R. L. & White, L. A. (1977). Independent effects of achievement motivation and overt attribution on achievement behavior. *Motivation and Emotion*, *1*, 39–59. <https://doi.org/10.1007/BF00997580>
- Paul, H. (2002). *Deutsches Wörterbuch* (10. Auflage). Tübingen: Niemeyer.
- Paunonen, S. V., & Jackson, D. N. (2000). What is beyond the Big Five? Plenty! *Journal of Personality*, *68*(5), 821-835. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00117>
- Pawlik, V. *Umfrage in Deutschland zur Bedeutung eines hohen Leistungspensums bis 2021*. Verfügbar unter: <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/594021/umfrage/umfrage-in-deutschland-zur-bedeutung-eines-hohen-leistungspensums/>
- Pearson, A. Pfeifer, G. (2020). *Two Measures of Interoceptive Sensibility and the Relationship with Introversion and Neuroticism in an Adult Population*. *Psychological Reports*, *0*(0) 1-23. <https://doi.org/10.1177%2F0033294120965461>
- Pöhlmann, K., & Brunstein, J. C. (1997). Goals: Ein Fragebogen zur Erfassung von Lebenszielen. *Diagnostica*, *43*(1), 63–79.
- Pöhlmann, K., Brunstein, J., C., Koch, R., Brähler, E., Joraschky, P., (2010). Der Lebenszielfragebogen GOALS: Befunde zur internen und externen Validität auf der

- Basis einer repräsentativen Bevölkerungsstichprobe und einer klinischen Stichprobe. *Zeitschrift für Medizinische Psychologie*, 19(2), 70-80.
- Pöhlmann, K., Joraschky, P., Petrowski, K., Arnold, B., & Rausch, T. (2001). Therapieziele und Lebensziele von Psychotherapieklienten: Problematische Zielkonstellationen und therapeutische Implikationen. *Verhaltenstherapie und psychosoziale Praxis*, 34, 205-224.
- Pollatos, O., Kirsch, W. & Schandry, R. (2005). On the relationship between interoceptive awareness, emotional experience and brain processes. *Cognitive Brain Research*, 25(3), 948- 962. <https://doi.org/10.1016/j.cogbrainres.2005.09.019>
- Pollatos, O., Traut-Mattausch, E., Schroeder, H., & Schandry, R. (2007). Interoceptive awareness mediates the relationship between anxiety and the intensity of unpleasant feelings. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(7), 931–943. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.12.004>
- Reynaud, E., El Khoury-Malhame, M., Rossier, J., Blin, O., & Khalifa, S. (2012). Neuroticism modifies psychophysiological responses to fearful films. *PLoS One*, 7(3), e32413. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0032413>
- Rheinberg, F., Vollmeyer, R. & Engeser, S. (2003). Die Erfassung des Flow-Erlebens. In J. Stiensmeier-Pelster & F. Rheinberg (Hrsg.), *Diagnostik von Motivation und Selbstkonzept (Tests und Trends N.F. Bd. 2)* (S. 261-279). Göttingen: Hogrefe.
- Rost, J., Carstensen, C. H., & Davier, M. V. (1999). Sind die Big Five Rasch- skalierbar? Eine Reanalyse der NEO-FFI-Normierungsdaten. *Diagnostica*, 45, 119-127.
- Sachse, R. (2019). Persönlichkeitsstörungen. *Leitfaden für die Psychologische Psychotherapie. 3., aktualisierte und erweiterte Auflage*. Göttingen: Hogrefe.
- Schachter, S. & Singer, J. E. (1962). Cognitive, social and physiological determinants of emotional state. *Psychological Review*, 69(5), 379-399.
- Scheffer D., Heckhausen H. (2018). Eigenschaftstheorien der Motivation. In: Heckhausen J., Heckhausen H. (Hrsg.) *Motivation und Handeln. Springer-Lehrbuch*. Berlin, Heidelberg: Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-662-53927-9\\_3](https://doi.org/10.1007/978-3-662-53927-9_3)
- Schiefele, U. & Köller, O. (2001). Intrinsische und extrinsische Motivation. In D. H. Rost (Hrsg.), *Handwörterbuch Pädagogische Psychologie* (S. 304-310). Weinheim: Beltz.
- Schmid, J. L. (1976). *Kontakt-Improvisation als Lebenskunst. Mehr Lebensqualität durch Flow-Erleben und Achtsamkeit*. [Dissertation,. Universität Marburg]. Verfügbar unter:

<https://archiv.ub.uni-marburg.de/ubfind/Record/urn:nbn:de:hebis:04-z2012-0111/View>

- Schönbrodt, F. D., Hagemeyer, B., Brandstätter, V., Czikmantori, T., Gröpel, P., Hennecke, M., Israel, L. S. F., Janson, K. T., Kemper, N., Köllner, M. G., Kopp, P. M., Mojzisch, A., Müller-Hotop, R., Prüfer, J., Quirin, M., Scheidemann, B., Schiestel, L., Schulz-Hardt, S., Sust, L. N. N., (. . .), Schultheiss, O. C. (2021). Measuring implicit motives with the Picture Story Exercise (PSE): Databases of expert-coded German stories, pictures, and updated picture norms. *Journal of Personality Assessment*, *103*(3), 392–405. <https://doi.org/10.1080/00223891.2020.1726936>
- Schönbrodt, F. D., Hagemeyer, B., Brandstätter, V., Czikmantori, T., Gröpel, P., Hennecke, M., Janson, K., Kemper, N., Köllner, M., Kopp, P. M., Mojzisch, A., Müller-Hotop, R., Prüfer, J., Quirin, M., Scheidemann, B., Schiestel, L., Schulz-Hardt, S., Sust, L., Zygare, C., Schultheiss, O. C. (2018). Measuring Implicit Motives with the Picture Story Exercise (PSE): Databases of Expert-Coded German Stories, Pictures, and Updated Picture Norms. *Journal of Personality Assessment*, *103*(3), 392-405
- Schüler, J. (2010). Achievement incentives determine the effects of achievement-motive incongruence on flow experience. *Motivation and Emotion*, *34*(1), 2–14. <https://doi.org/10.1007/s11031-009-9150-4>
- Schüler, J., Job, V., Fröhlich, S., & Brandstätter, V. (2009). Dealing with a »hidden stressor«: Emotional disclosure as a coping strategy to overcome the negative effects of motive incongruence on health. *Stress and Health*, *25*(3), 221–233. <https://doi.org/10.1002/smi.1241>
- Schultchen, D. (2020). *Interozeption und Gesundheit: Ansätze zur Veränderung interozeptiver Prozesse im präventiven und therapeutischen Kontext*. <https://doi.org/10.18725/OPARU-25523>
- Schultheiss, O. C., & Brunstein, J. C. (1999). Goal imagery: Bridging the gap between implicit motives and explicit goals. *Journal of Personality*, *67*(1), 1–38. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/1467-6494.00046>
- Schultheiss, O. C., & Pang, J. S. (2007). Measuring implicit motives. In R. W. Robins, R. C. Fraley, & R. F. Krueger (Hrsg.), *Handbook of research methods in personality*. 322-344. New York: Guilford.

- 
- Schultheiss, O. C., Jones, N. M., Davis, A. Q., Kley, C. (2008). *The role of implicit motivation in hot and cold goal pursuit: Effects on goal progress, goal rumination, and emotional well-being*. *Journal of Research in Personality*, 42(4), 971–987.  
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.12.009>
- Schultheiss, O. C., Rösch, A. G., Rawolle, M., Kordik, A., & Graham, S. (2010). Implicit motives: Current topics and future directions. In T. C. Urdan & S. A. Karabenick (Hrsg.), *Advances in motivation and achievement* (Vol. 16a: The decade ahead: Theoretical perspectives on motivation and achievement, S. 199-233). Bingley: Emerald.
- Sedlmeier, P. (2016). *Die Kraft der Meditation. Was die Wissenschaft darüber weiss*. Reinbek, Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag.
- Shakespeare, W. (1564-1616). *Hamlet, 1601-1602*, Erstdruck 1603. Zweiter Aufzug, 2. Szene, Hamlet.
- Shapiro S. & Carlson L. (2011). *Die Kunst und Wissenschaft der Achtsamkeit. Die Integration von Achtsamkeit in Psychologie und Heilberufe*. Freiburg: Arbor Verlag.
- Sherrington, C. S. (1906). *The integrative action of the nervous system*. New Haven: Yale University Press.
- Shields, S. A., Mallory, M. E., Simon, A. (1989). The Body Awareness Questionnaire: Reliability and validity. *Journal of Personality Assessment*, 53(4), 802–815.
- Smith, C. (1992). *Motivation and personality: Handbook of thematic content analysis*. New York, NY: Cambridge University Press.
- Smith, C. P., Feld, S. C., & Franz, C. E. (1992). Methodological considerations: Steps in research employing content analysis systems. In C. P. Smith, J. W. Atkinson, D. C. McClelland, & J. Veroff (Hrsg.), *Motivation and personality: Handbook of thematic content analysis* (S. 515–536). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511527937.038>
- Snyder, M., & Gangestad, S. (1986). On the nature of self-monitoring: Matters of assessment, matters of validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(1), 125-139.  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.51.1.125>
- Spangler, W. D. (1992). Validity of questionnaire and TAT measures of need for achievement: Two meta-analyses. *Psychological bulletin*, 112(1), 140.

- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., and Lushene, R. E. (1970). *Manual for the State- Trait Anxiety Inventory (Self-Evaluation Questionnaire)*. Palo Alto: Consulting Psychologists Press.
- Stöber, J., & Schwarzer, R. (2000). Angst. In J. H. Otto, H. A. Euler, & H. Mandl (Hrsg.), *Emotionspsychologie: Ein Handbuch* (S. 189-198). Weinheim: Beltz/PVU.
- Teasdale, J. D. (1999). Metacognition, Mindfulness and the Modification of Mood Disorders. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 6(2), 146-155. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0879\(199905\)6:2%3C146::AID-CPP195%3E3.0.CO;2-E](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0879(199905)6:2%3C146::AID-CPP195%3E3.0.CO;2-E)
- Thrash, T. M., & Elliot, A. J. (2002). Implicit and self-attributed achievement motives: Concordance and predictive validity. *Journal of Personality*, 70(5), 729-755. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/1467-6494.05022>
- Thrash, T. M., Elliot, A. J., & Schultheiss, O. C. (2007). Methodological and Dispositional Predictors of Congruence Between Implicit and Explicit Need for Achievement. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33(7), 961–974. <https://doi.org/10.1177/0146167207301018>
- Tokar, D. M., Fischer, A. R., Snell, A. F., & Harik-Williams, N. (1999). Efficient assessment of the Five-Factor Model of personality: Structural validity analyses of the NEO Five-Factor Inventory (Form S). *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 32(1), 14-30.
- Truffer, H. E. (2017). *Was genau ist Interozeption?* Verfügbar unter: <https://www.mevnews.ch/?p=378>
- Tsakiris, M., & Critchley, H. (2016). Interoception beyond homeostasis: affect, cognition and mental health. *Philosophical transactions of the Royal Society of London. Series B, Biological sciences*, 371(1708), 20160002. <https://doi.org/10.1098/rstb.2016.0002>
- Tupes, E. C. & Christal, R. C. (1992). Recurrent personality factors based on traitratings. *Journal of Personality*, 60(2), 225–252.
- Vachon-Preseau, E., Berger, S. E., Abdullah, T. B., Huang, L., Cecci G. A., Griffith J. W., Schnitzer, T. J., Apkarian, A. V. (2018). Brain and psychological determinants of placebo pill response in chronic pain patients. *Nature Communications*, 9(1), 3397. <https://doi.org/10.1038/s41467-018-05859-1>



- 
- Varela, F. J., Thompson, E. A., Rosch, E. (1991). *The embodied mind. Cognitive science and human experience*. London: The MIT Press.
- Veroff, J. (1957). Development and validation of a projective measure of power motivation. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 54(1), 1–8.  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0044832>
- Vaitl, D. (1996). Interoception. *Biological Psychology*, 42(1-2), 1-27.  
[https://doi.org/10.1016/0301-0511\(95\)05144-9](https://doi.org/10.1016/0301-0511(95)05144-9)
- Watkins, E., & Moulds, M. (2005). Distinct modes of ruminative self-focus: Impact of abstract versus concrete rumination on problem solving in depression. *Emotion*, 5(3), 319–328. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.5.3.319>
- Watkins, E., & Teasdale, J. D. (2004). Adaptive and maladaptive self-focus in depression. *Journal of affective disorders*, 82(1), 1–8.  
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2003.10.006>
- Watson, J. S. (1966). The development and generalization of contingency awareness in early infancy: Some hypotheses. *Merrill-Palmer Quarterly*, 12(2), 123–135.
- Weinberger, J., & McClelland, D. C. (1990). Cognitive versus traditional motivational models: Irreconcilable or complementary? In E. T. Higgins & R. M. Sorrentino (Hrsg.), *Handbook of motivation and cognition: Foundations of social behavior*, Vol. 2, (S. 562–597). New York: Guilford. The Guilford Press.
- Weiner, B. (1986). *An Attributional Theory of Motivation and Emotion*. New York: Springer.  
<http://dx.doi.org/10.1007/978-1-4612-4948-1>
- Weinert, B. (2001). Berufsorientierungstest. In H. Wottawa & W. Sarges (Hrsg.), *Handbuch wirtschaftspsychologischer Testverfahren* (S. 125–130). Lengerich: Pabst.
- Wiens S. (2005). Interoception in emotional experience. *Current Opinion in Neurology*, 18(4), 442-447. doi: 10.1097/01.wco.0000168079.92106.99
- Winter, D. G. (1994). *Manual for scoring motive imagery in running text* (4. Auflage) Department of Psychology, University of Michigan, Ann Arbor: Unpublished manuscript.
- Winter, D. G., John, O. P., Stewart, A. J., Klohnen, E. C., & Duncan, L. E. (1998). Traits and motives: Toward an integration of two traditions in personality research. *Psychological Review*, 105(2), 230–250. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.105.2.230>

World Health Organization. (2019). 2A85.5 Mantle cell lymphoma. In *International statistical classification of diseases and related health problems*.

<https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/1804127841>

Wrosch, C., Scheier, M. F., Miller, G. E., Schulz, R. & Carver, C. S. (2003). Adaptive self-regulation of unattainable goals: Goal disengagement, goal reengagement and subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(12), 1494–1508. <https://doi.org/10.1177/0146167203256921>

Zinbarg, R. E., Mineka, S., Bobova, L., Craske, M. G., Vrshek-Schallhorn, S., Griffith, J. W., Wolitzky-Taylor, K., Waters, A. M., Sumner, J. A., & Anand, D. (2016). Testing a Hierarchical Model of Neuroticism and Its Cognitive Facets: Latent Structure and Prospective Prediction of First Onsets of Anxiety and Unipolar Mood Disorders During 3 Years in Late Adolescence. *Clinical Psychological Science*, 4(5), 805–824. <https://doi.org/10.1177/2167702615618162>

---

## Anhang

### Anhang A: Gesprächsprotokoll

Prof. Dr. Becker. 21.02.2022. Schriftliches Interview mit Jana Nuyken. Prof. Dr. Kurt Becker (kurt.becker@apollon-hochschule.de). Vizepräsident der Forschung der APOLLON Hochschule der Gesundheitswirtschaft GmbH, Studiengangsleiter Medizin- und Gesundheitstechnologie-Management; Universitätsallee 18, 28359 Bremen.

N. J.: „Gerne würde ich meine Arbeit mit einem passenden Zitat von Ihnen beginnen. Die vedische Philosophie lehrt über die Einheit des individuellen Selbst (आत्मन्, ātman) mit dem Universum, beziehungsweise der ultimativen Realität (तत्त्व tattva), worauf das Sein im Hier und Jetzt basiert. Was verstehen Sie unter „So Ham“? “

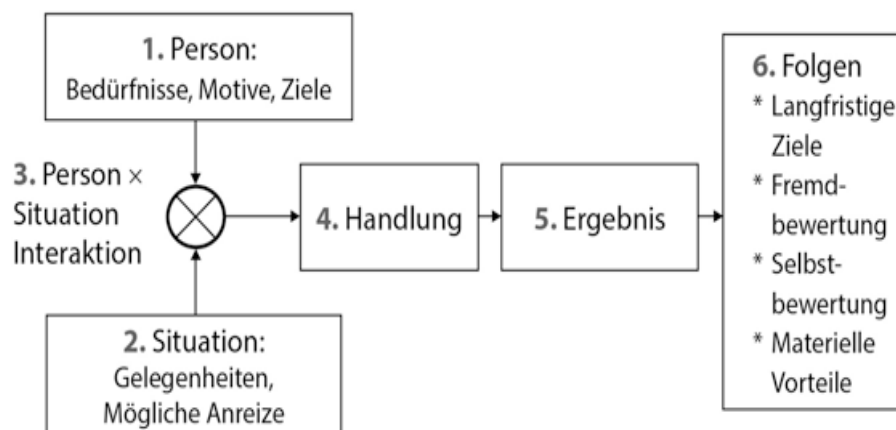
K. B.: „So Ham und andere „Mahavakyas“ können mit Worten nicht direkt erfasst werden, insofern ist es keine einfache Aufgabe, dies in einem Zitat zu beschreiben. Trotzdem hier noch der Versuch einer Beschreibung mit eigenen Worten: Um die Bedeutung (und die Wirkung) des Mantras zu klären sind einige Voraussetzungen notwendig. Im Yoga (aus Sicht des Vedanta) gibt es nicht nur den physischen Körper sondern drei Körper (und fünf sogenannte „Hüllen“). Dieses Modell beschreibt die „Verkörperung“ oder „das (kleine) Selbst“ und alle Formen und Verkörperungen in dieser Welt. Außerhalb dieser Welt ist das „höhere Selbst“ (Nicht-Form) – diese Ebene kann nicht mit den Werkzeugen des Verstandes beschrieben, sondern nur „erfahren“ werden. Insofern ist der Begriff „ultimative Realität“ irreführend. Auch „Atman“ (als individueller Teil von „Brahman“) kann (eigentlich) nicht mit Worten oder Gedanken beschrieben werden.

„So Ham“ als Mantra verbindet das kleine Selbst (Verkörperung, Ego) mit dem höheren (formlosen und allumfassenden) Selbst und schafft Bewusstsein für die „Nicht-Form“, in der alles enthalten ist. Genau wie das „OM“. Aus Sicht des begrenzten Verstandes ist es paradox, dass in einer „Nicht-Form“ alle Formen enthalten sein sollen. Der Verstand arbeitet mit Formen und Grenzen. „Formlosigkeit“ ist für den Verstand nicht erfassbar. Mit bestimmten Meditationen können die Ebenen der Verkörperung überwunden werden und eine „Erfahrung“ der Formlosigkeit ist möglich. Der (lebendige) Mensch in seiner Verkörperung fällt aus dieser Erfahrung jedoch immer wieder heraus. Das Gefühl der Erfahrung des höheren Selbst kann in das Wachbewusstsein überführt werden.

Vielleicht wäre ein gutes Zitat: सोऽहम् So Ham steht in der vedischen Philosophie als Mantra für die Verbindung der erlebten individuellen Realität mit dem allumfassenden höchsten Selbst. Diese Verbindung lässt sich u.a. durch Meditation erfahren. Ich wünsche Ihnen viel Erfolg bei der Bearbeitung der Master-Thesis und auf dem Yoga Weg. Es gibt bei *Yoga Vidya* auch ein „Hochschulprojekt“, in dem wir Yoga und Wissenschaft noch näher zusammenbringen und uns auch mit solchen Fragestellungen befassen. Gerne stehe ich Ihnen für weitere Fragen zur Verfügung.“

## Anhang B: Überblickmodell - Motivation im Handlungsverlauf von Heckhausen & Heckhausen (2018)

Abbildung 1



## Anhang C: Universelle Merkmale zielgerichteten Verhaltens

Innerhalb der Motivationspsychologie werden zwei universelle Merkmale zielgerichteten Verhaltens beschrieben, die für alle Individuen von Bedeutung sind. Diese sind das *Streben nach Wirksamkeit*, sowie die Organisation von *Zielengagement* und *Zieldistanzierung*. Beide dieser allgemeingültigen Merkmale sind verhaltens evolutionär bedingt, gelten allerdings als hoch adaptiv. Ihre Funktion besteht darin, Verhalten auszuwählen und zu lenken (Heckhausen & Heckhausen, 2018). Das Streben nach Wirksamkeit wird von Heckhausen und Heckhausen (2018) als die Ausübung von primärer Kontrolle auf die Umwelt beschrieben. Ausprägungen, die sich diesem Merkmal zuordnen ließen, konnten von Janos und Papoušek (1977) schon im Säuglingsalter beobachtet werden. Zukünftige Wirksamkeitserfahrungen werden insbesondere durch die ersten Eltern-Kind-

Interaktionen beeinflusst und fördern zukünftige generalisierte Wirksamkeitserwartungen (Watson, 1966). Innerhalb des zweiten Lebensjahres eines Individuums tragen Wirksamkeitserfahrungen auch zur Entwicklung des Selbstkonzepts bei (Geppert & Heckhausen, 1990) und fördern individuelles Leistungsstreben.

Zielengagement und Zieldistanzierung werden als motivationale Vorgehensweisen erklärt, die im ausgewogenen Verhältnis kognitive, verhaltensbezogene und motivationale „Handlungsressourcen im Dienst effizienter Ressourceninvestition bündeln“ (Heckhausen & Heckhausen, 2018, S. 3). Beim Zielengagement wird ein Handlungsziel aktiviert, indem ausschließlich für das Ziel relevante Informationen beachtet und mögliche Ablenkungen blockiert werden. Relevante Teilhandlungen zur Zielerreichung werden bereitgestellt, was durch eine optimistische Wirksamkeitserwartung begünstigt wird (Heckhausen & Heckhausen, 2018). Bei der Zieldistanzierung wird diesem Prozess aktiv entgegengewirkt (Wrosch et al., 2003). Das ursprüngliche Handlungsziel wird blockiert, indem es kognitiv abgewertet und ein alternatives Handlungsziel in den Vordergrund gestellt wird. Um das eigentliche Misserfolgserlebnis zu rechtfertigen, wird der eigene Selbstwert verteidigt, wodurch zukünftige motivationale Einbußen der Zieldistanzierung vermieden werden (Heckhausen, 1999). Demnach kann zielgerichtetes Verhalten auch als organisiertes Erleben und Verhalten beschrieben werden (Heckhausen & Heckhausen, 2018).

#### Anhang D: Unterhypothesen der H1, H2 und H3

H1a	Mit einer hohen Ausprägung auf der Skala Bemerken wird der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv signifikant stärker positiv.
H1b	Mit einer hohen Ausprägung der Skala Nicht-Ablenken wird der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv signifikant stärker positiv.
H1c	Mit einer hohen Ausprägung der Skala Sich-Keine-Sorgen-Machen wird der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv signifikant stärker positiv.
H1d	Mit einer hohen Ausprägung auf der Skala Aufmerksamkeitsregulation wird der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv signifikant stärker positiv.

H1e	Mit einer hohen Ausprägung auf der Skala Emotionales Gewahrsein wird der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv signifikant stärker positiv.
H1f	Mit einer hohen Ausprägung auf der Skala Selbstregulation wird der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv signifikant stärker positiv.
H1g	Mit einer hohen Ausprägung auf der Skala Auf-den-Leib-Hören wird der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv signifikant stärker positiv.
H1h	Mit einer hohen Ausprägung auf der Skala Vertrauen wird der Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv signifikant stärker positiv.

H2a	Neurotizismus steht signifikant im positiven Zusammenhang mit der Skala Bemerken.
H2b	Neurotizismus steht signifikant im negativen Zusammenhang mit der Skala Nicht-Ablenken.
H2c	Neurotizismus steht signifikant im negativen Zusammenhang mit der Skala Sich-Keine-Sorgen-Machen.
H2d	Neurotizismus steht signifikant im negativen Zusammenhang mit der Skala Aufmerksamkeitsregulation.
H2e	Neurotizismus signifikant im negativen Zusammenhang mit den Werten der Skala Emotionales Gewahrsein.
H2f	Neurotizismus steht signifikant im negativen Zusammenhang mit der Skala Selbstregulation.
H2g	Neurotizismus steht signifikant im negativen Zusammenhang mit der Skala Auf-den-Leib-Hören.
H2h	Neurotizismus steht signifikant im negativen Zusammenhang mit der Skala Vertrauen.

H3a	Offenheit steht signifikant im positiven Zusammenhang mit der Skala Bemerken.
-----	---

---

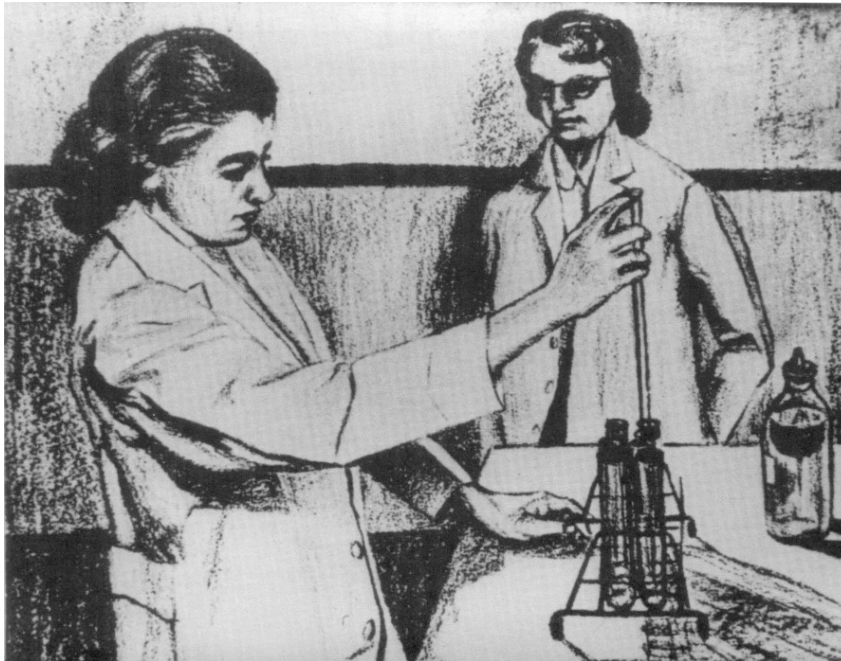
H3b	Offenheit steht signifikant im negativen Zusammenhang mit der Skala Nicht-Ablenken.
H3c	Offenheit steht signifikant im positiven Zusammenhang mit der Skala Sich-Keine-Sorgen-Machen.
H3d	Offenheit steht signifikant im positiven Zusammenhang mit der Skala Aufmerksamkeitsregulation.
H3e	Offenheit steht signifikant im positiven Zusammenhang mit der Skala Emotionales Gewährsein.
H3f	Offenheit steht signifikant im positiven Zusammenhang mit der Skala Selbstregulation.
H3g	Offenheit steht signifikant im positiven Zusammenhang mit der Skala Auf-den-Leib-Hören.

#### Anhang E: Erhobene soziodemographische Variablen und ergänzende Fragen

- Angabe des sich zugehörig fühlenden Geschlechts durch Listen-Auswahl: „divers, weiblich, männlich“ als Pflichteingabe
- Angabe des biologischen Alters durch offene Texteingabe als Pflichteingabe
- Angabe ob Versuchsteilnehmende Student/in ist durch Listen-Auswahl: „ja, nein“ als Pflichteingabe und weiterführend Angabe des Studienfachs durch offene Texteingabe
- Angabe vom Bildungsabschluss durch Listen-Auswahl: „ohne Schulabschluss, Hauptschulabschluss, Realschulabschluss, Abitur, abgeschlossene Berufsausbildung, Hochschulabschluss (Bachelor, Master, Diplom, o.ä.), Promotion/Approbation, Habilitation“ als Pflichteingabe
- Angabe eigener Meditationserfahrungen durch Listen-Auswahl: „nein, ein wenig, regelmäßige, täglich“ als Pflichteingabe
- Angabe der Nutzung anderer bewusstseinsweiternden Praktiken im Alltag (z.B. Yoga, Tai-Chi, Qi-Gong) durch Listen-Auswahl: „ja, nein“ als Pflichteingabe
- Angabe von Deutsch als Muttersprache durch Listen-Auswahl: „ja, nein“ als Pflichteingabe
- Angabe, ob Fragebogen ernsthaft ausgefüllt wurde durch Listen-Auswahl: „ja, nein“ als Pflichteingabe auf separater letzter Seite

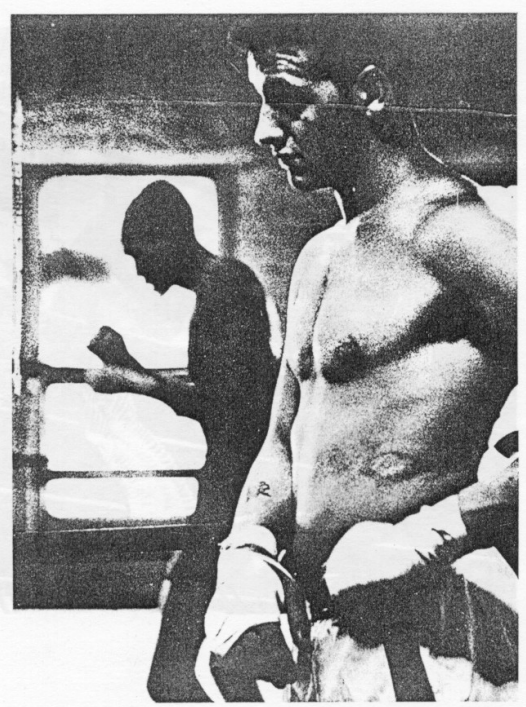
## Anhang F: Vier PSE Bilder

Abbildung 2: „women in laboratory“



(McClelland, D. C., 1975)

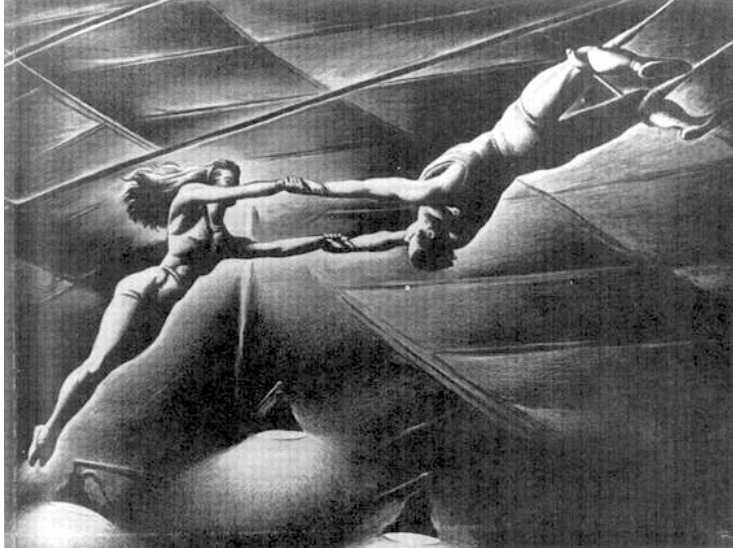
Abbildung 3: „boxer“



(McClelland, D. C., & Steele, R. S., 1972)



**Abbildung 4: „trapeze artists“**



(McClelland, D. C., 1975)

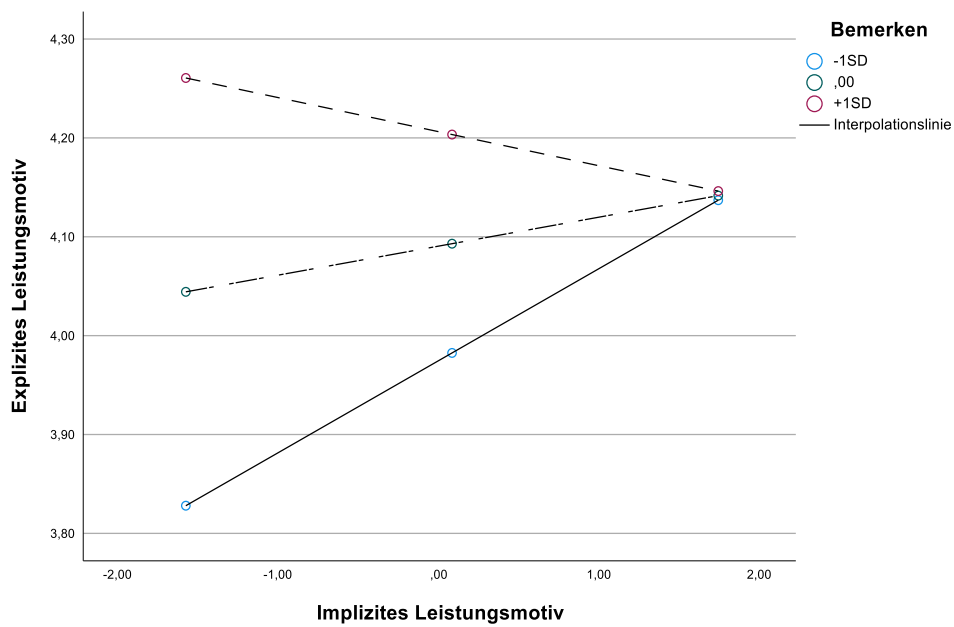
**Abbildung 5: „architect at desk“**



(McClelland, D. C., 1975)

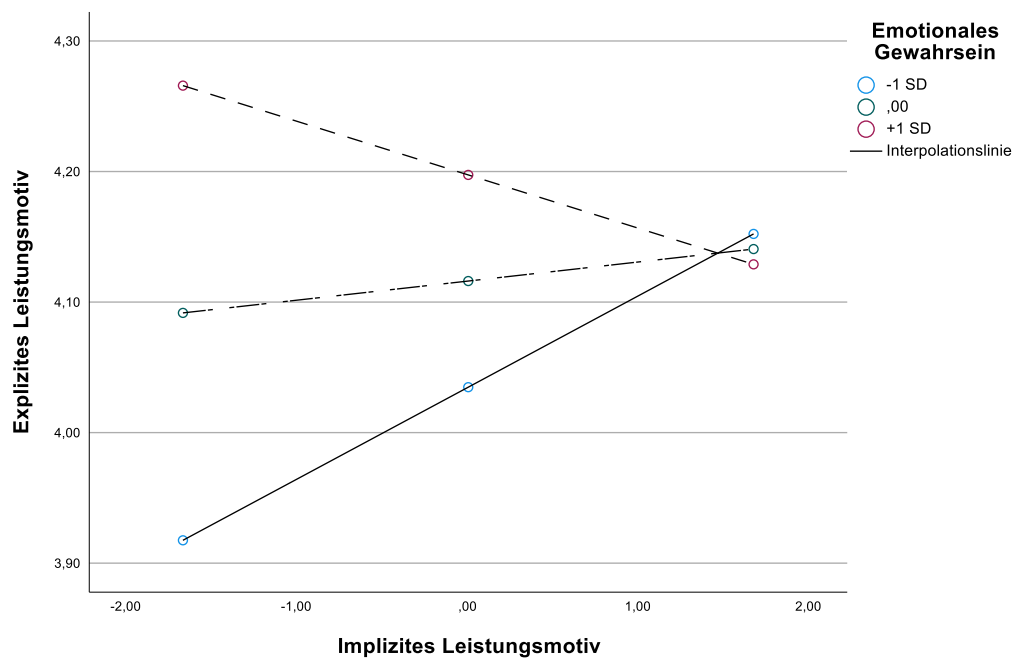
Anhang G: Moderationsanalyse H1a mit PROCESS (Hayes, 2017)

Abbildung 6



Anhang H: Moderationsanalyse H1e mit PROCESS (Hayes, 2017)

Abbildung 7



## Anhang I: Explorative Analysen

Da die Überprüfung von H1a hypothesenkonträre Ergebnisse erzielte, wurden explorativ drei weitere Analysen durchgeführt, um diesen Befund näher zu beleuchten. Der erste Abschnitt beschreibt die explorative Analyse, in der Meditationserfahrung als Kovariate in das Modell zur Prüfung des Moderationseffektes zwischen Bemerken und dem impliziten Leistungsmotiv mit aufgenommen wurde. Darauf folgend wird die explorative Analyse dargestellt, in der Neurotizismus als Kovariate in das Modell zur Prüfung des Moderationseffektes zwischen Bemerken und dem implizitem Leistungsmotiv mit aufgenommen wurde. Anschließend wird die explorative Analyse beschrieben, in der MAIA-2 ohne Bemerken (Gesamtscore der MAIA-2 Dimensionen ohne Bemerken) als zusätzlicher Moderator auf den Interaktionseffekt von Bemerken auf die Beziehung des impliziten und expliziten Leistungsmotivs in das Modell mit aufgenommen wurde.

Zuvor wurden die Korrelationen zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv mit dem *gesamten MAIA-2* und dem *MAIA-2 ohne Bemerken* bestimmt. Es lag eine signifikant positive Korrelation zwischen explizitem Leistungsmotiv und dem gesamten MAIA-2 vor ( $r = .28$ ). Zwischen implizitem Leistungsmotiv und dem gesamten MAIA-2 lag keine Korrelation vor ( $r = .07$ ). Es lag keine Korrelation zwischen dem MAIA-2 ohne Bemerken und dem explizitem Leistungsmotiv vor ( $r = .07$ ). Außerdem lag keine Korrelation zwischen dem MAIA-2 ohne Bemerken und dem implizitem Leistungsmotiv vor ( $r = .03$ ).

### Skala Bemerken mit Meditationserfahrung als Kovariate

Das Ergebnis von Block 1 der moderierten Regression hat gezeigt, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen Meditationserfahrung und explizitem Leistungsmotiv (AV) vorliegt,  $b = 0.069$ ,  $SE = 0.065$ ,  $\beta = .081$ ,  $p > .05$ , 95% CI<sub>b</sub>[-.060, 0.198],  $F(1, 169) = 1.112$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = .007$ . Im zweiten Block wurde das implizite Leistungsmotiv in das Modell mit aufgenommen, jedoch dadurch keine zusätzliche Varianz im expliziten Leistungsmotiv erklärt (Änderung in  $R^2 < .001$ ,  $p > .05$ ). Hierbei zeigte sich kein signifikanter Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv,  $b = 0.008$ ,  $SE = 0.029$ ,  $\beta = .022$ ,  $p > .05$ , 95% CI<sub>b</sub>[-0.049, 0.066],  $F(2, 168) = 0.594$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = .007$ . Der Zusammenhang zwischen Meditationserfahrung und explizitem Leistungsmotiv war weiterhin nicht signifikant. Das Hinzufügen des Moderators Bemerken im dritten Block hat keine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz (Änderung in  $R^2 = .001$ ,  $p > .05$ ) bewirkt. Das Ergebnis von Block 3 hat

belegt, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen Bemerken und dem expliziten Leistungsmotiv (AV) vorlag,  $b = 0.026$ ,  $SE = 0.060$ ,  $\beta = .034$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.092, 0.144]$ ,  $F(3, 167) = 0.456$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = .008$ . Die Zusammenhänge zwischen Meditationserfahrung und dem impliziten Leistungsmotiv mit dem expliziten Leistungsmotiv waren weiterhin nicht signifikant.

Das Hinzufügen des Interaktionsterms im Block 4 zur Überprüfung der Moderationshypothese hat keine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz (Änderung in  $R^2 = .005$ ,  $p > .05$ ) bewirkt. Das Gesamtmodell für Block 4 war nicht signifikant,  $F(4, 166) = 0.568$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = .014$ . Das Ergebnis der Moderationsanalyse unter der Kontrolle von Meditationserfahrung hat gezeigt, dass kein signifikanter Moderationseffekt von *Bemerken* auf die Beziehung zwischen implizitem Leistungsmotiv (UV) auf explizitem Leistungsmotiv (AV),  $b = 0.031$ ,  $SE = 0.033$ ,  $\beta = -.074$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.096, 0.034]$  vorliegt. Meditationserfahrung, implizites Leistungsmotiv und Bemerken waren weiterhin nicht signifikant.

### Skala Bemerken mit Neurotizismus als Kovariate

Das Ergebnis von Block 1 der moderierten Regression hat belegt, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen Neurotizismus und dem expliziten Leistungsmotiv (AV) vorliegt,  $b = -0.017$ ,  $SE = 0.053$ ,  $\beta = -.025$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.121, -0.087]$ ,  $F(1, 168) = 0.103$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = .001$ . Im zweiten Block wurde das implizite Leistungsmotiv in das Modell mit aufgenommen, jedoch dadurch keine zusätzliche Varianz im expliziten Leistungsmotiv erklärt (Änderung in  $R^2 < .001$ ,  $p > .05$ ). Hierbei zeigte sich kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem impliziten und dem expliziten Leistungsmotiv,  $b = 0.001$ ,  $SE = 0.030$ ,  $\beta = .003$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.058, 0.060]$ ,  $F(2, 167) = 0.052$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = .001$ . Der Zusammenhang zwischen Neurotizismus und dem explizitem Leistungsmotiv war weiterhin nicht signifikant. Das Hinzufügen des Moderators Bemerken im dritten Block hat keine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz (Änderung in  $R^2 = .002$ ,  $p > .05$ ) bewirkt. Das Ergebnis von Block 3 hat belegt, dass kein signifikanter Zusammenhang zwischen Bemerken und dem expliziten Leistungsmotiv (AV) vorliegt,  $b = 0.034$ ,  $SE = 0.059$ ,  $\beta = .046$ ,  $p > .05$ , 95%  $CI_b[-0.083, 0.063]$ ,  $F(3, 166) = 0.147$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = .003$ . Die Zusammenhänge zwischen Neurotizismus und dem impliziten Leistungsmotiv mit dem explizitem Leistungsmotiv waren weiterhin nicht signifikant.

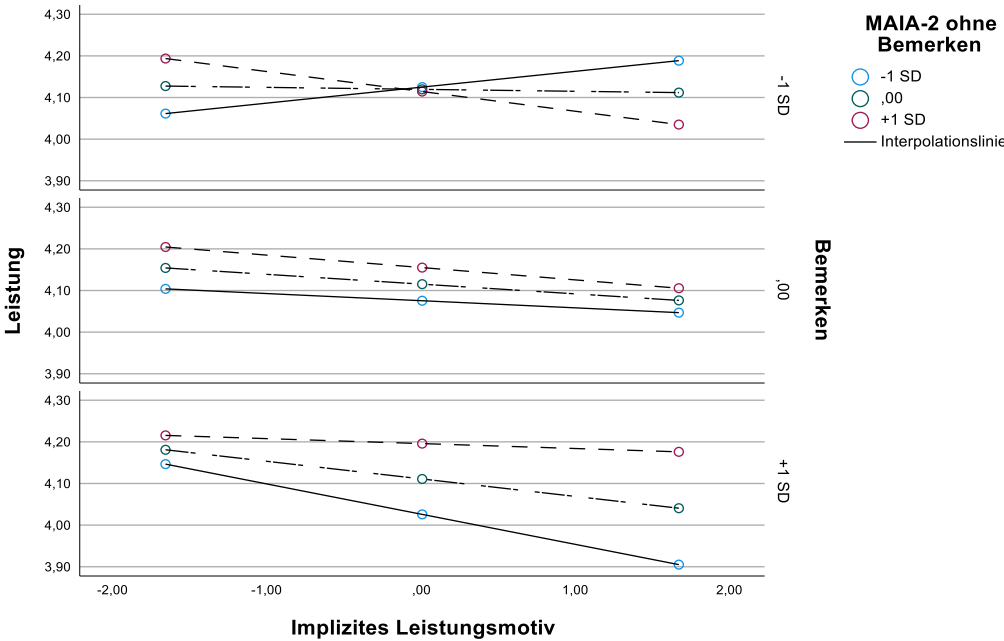
Das Hinzufügen des Interaktionsterms im vierten Block zur Überprüfung der Moderationshypothese hat keine signifikante Änderung der aufgeklärten Varianz (Änderung in  $R^2 = .006$ ,  $p > .05$ ) bewirkt. Das Gesamtmodell für Block 4 wurde nicht signifikant,  $F(4, 165) = 0.367$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = .009$ . Das Ergebnis der Moderationsanalyse unter der Kontrolle von Neurotizismus hat gezeigt, dass kein signifikanter Moderationseffekt von *Bemerken* auf die Beziehung zwischen implizitem Leistungsmotiv (UV) auf explizitem Leistungsmotiv (AV) vorlag,  $b = -0.034$ ,  $SE = 0.034$ ,  $\beta = -.079$ ,  $p > .05$ , 95% CI<sub>b</sub>[-0.100, 0.032]. Neurotizismus, implizites Leistungsmotiv und *Bemerken* waren weiterhin nicht signifikant.

### Skala *Bemerken* mit zusätzlichem Moderator MAIA-2 ohne *Bemerken*

Die Prüfung des Moderators MAIA-2 ohne *Bemerken* auf den Interaktionseffekt von *Bemerken* auf die Beziehung zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv wurde mit Modell 3 in *PROCESS* von Hayes (2017) *Version 4.1* durchgeführt. Dabei hat sich ein kleiner Effekt für die 3-Wege-Interaktion zwischen implizitem Leistungsmotiv, *Bemerken* und MAIA-2 ohne *Bemerken* gezeigt ( $r = .12$ ). Der Signifikanztest wurde jedoch nicht signifikant,  $b = 0.002$ ,  $SE = 0.001$ ,  $p > .05$ , 95% CI<sub>b</sub>[-0.001, 0.004]. Alle anderen Prädiktoren und Interaktionen waren nicht signifikant. Das Ergebnis des Gesamtmodells war  $F(7, 157) = 0.749$ ,  $p > .05$ ,  $R^2 = .032$ . Abbildung 8 veranschaulicht, dass sich der Moderationseffekt von *Bemerken* (H1a) durch eine hohe Ausprägung auf MAIA-2 ohne *Bemerken* tendenziell (kleine Effektstärke) positiv verändert hat. Mit einer hohen Ausprägung von *Bemerken* und einer zunehmenden Ausprägung von MAIA-2 ohne *Bemerken* wurde der negative Zusammenhang zwischen implizitem und explizitem Leistungsmotiv tendenziell positiv beeinflusst und tendiert zu einer Nullkorrelation.

Für diese explorative dreifach-Interaktion wurde eine Post-hoc Poweranalyse mit *G\*Power Version 3.1.9.6* (Faul et al., 2009) durchgeführt, da hierbei ein kleiner bedeutsamer Effekt von  $f^2 = .015$  (Cohen, 1988) vorlag. Die Power lag bei 33.8%. Für eine Teststärke von 80% wären 540 Versuchsteilnehmende notwendig gewesen.

Abbildung 8



Anmerkungen: Leistung = Explizites Leistungsmotiv.

## Eidesstattliche Erklärung

Hiermit erkläre ich, dass ich die Masterarbeit selbstständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel benutzt und die aus fremden Quellen direkt oder indirekt übernommenen Gedanken als solche kenntlich gemacht habe.

Die Arbeit habe ich bisher keinem anderen Prüfungsamt in gleicher oder vergleichbarer Form vorgelegt. Sie wurde bisher nicht veröffentlicht.

16. September 2022

---

Datum und Unterschrift der Verfasserin / des Verfassers