

Gisla Gniech
DER ODYSSEUSFAKTOR:
SENSATIONSLUST



PABST

Gisla Gniech

DER ODYSSEUSFAKTOR:
SENSATIONSLUST

*in Kooperation mit
Tanja Meier und Katja Witthöft*



PABST SCIENCE PUBLISHERS
Lengerich, Berlin, Bremen, Riga,
Rom, Viernheim, Wien, Zagreb

Die Deutsche Bibliothek – CIP-Einheitsaufnahme

Der Odysseusfaktor: Sensationslust / Gisla Gniech, in Zusammenarbeit mit Tanja Meier und Katja Witthöft – Lengerich ; Berlin ; Bremen ; Riga ; Rom ; Viernheim ; Wien ; Zagreb : Pabst Science Publishers, 2002

ISBN 3-936142-76-9

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

© 2002 Pabst Science Publishers, D-49525 Lengerich
Konvertierung: Armin Vahrenhorst
Druck: Digital Druck AG, D-96158 Frensdorf

ISBN 3-936142-76-9

VORWORT

Es wäre gelogen zu behaupten, daß wir uns mit diesem Buch auf eine Odyssee begeben hätten. Zwar waren Kraft, Wagemut und Kreativität nötig, um das Abenteuer „Sensation Seeking“ zu meistern, doch war es keine Irrfahrt.

Das Buch erhält auf Anregung von Andreas Huber (1994) hin den Namen „Der Odysseusfaktor“, denn es scheint, daß der sagenhafte König von Ithaka, Odysseus, offensichtlich ein ganz moderner Held ist. Der griechische Dichter Homer (der Ende des 8. Jahrhunderts vor Christi Geburt gelebt hat) beschrieb der Nachwelt in seinen Epen „Die Ilias“ den trojanischen Krieg und in „Die Odyssee“ die Abenteuerreisen des Odysseus.

Der Held Odysseus kann mit den Attributen, die für das Persönlichkeitsmerkmal Sensationslustsuche gelten, zutreffend beschrieben werden: Er war als ein tapferer Krieger bekannt, listig und klug (z. B. bei der Konstruktion des trojanischen Pferdes), er war kraftvoll, neugierig und originell in der Meisterung von Gefahren (z. B. im Kampf mit dem Zyklopen Polyphem, dem Aufenthalt am Rande des Totenreiches Hades oder bei der Umschiffung der unheimlichen Felsen Skylla und Charybdis), er war emotional sinnlich (denn er ließ sich von der Nymphe Kalypso lieben und nach sieben Jahren zu neuer Kraft ermuntern; er blieb weiter ein Jahr auf der Insel der Zauberin Kirke und widerstand nur mit einem Trick den lockenden Sirenen). Als er endlich nach Ithaka zurückkehrte, mußte er sein Haus und seine Frau Penelope neu erobern.

Der listenreiche Odysseus war jung, männlich, tatkräftig, erotisch, abenteuerlustig, mobil und wagemutig; er liebte den Rausch der Gefahr und vermied Situationen, die keinen Anreiz hatten und langweilig waren; er legte sich nicht fest sondern hielt sich alle Möglichkeiten offen, um immer wieder neu frei entscheiden zu können. Sein Leben war laut, lustig, bewegt, bunt, abwechslungsreich, kämpferisch und voller Überraschungen: ganz wie ein echter „Sensation Seeker“. Und sehr verschieden von den Denkern der griechischen Philosophie: Diogenes von Sinope (412-323 vor Christi Geburt) war ein Zyniker und predigte äußerste Bedürfnislosigkeit. Epikur (341-270 vor Christi Geburt) vertrat eine Eudämonie, d. h. den voll-

kommen friedlichen Glückszustand des Menschen ohne rohe sinnliche Lust. Diese beiden verkörperten „Low-Sensation-Seeker“.

So finden wir in der griechischen Antike die beiden Ausprägungsgrade des Merkmals Sensationslustsuche in bilderreichen Schilderungen vor, von dem in diesem Buch die Rede sein wird.

Die Irrfahrten des Odysseus währten etwa 10 Jahre. Unser Abenteuer bzgl. der Beschreibung des Odysseusfaktors nahm etwa den gleichen Zeitraum ein. Eine ganze Schar von treuen Mitarbeitern hat den Weg seit den 90er Jahren des letzten Jahrhunderts begleitet: Da waren zunächst die beiden Praktikanten Martin Brohl und Tim Oetting (genannt „Die Zuckermänner“ nach dem „Erfinder“ des Merkmals „Sensation Seeking“, Marvin Zuckerman), die mit mir ein Grundkonzept und erste Skalen zur Messung des Merkmals erarbeiteten; es folgten die Diplomandinnen Katja Witthöft und Tanja Meier, die in ihren Diplomarbeiten den bis dahin gefundenen Stoff systematisierten und einen neuen Fragebogen entwickelten. Es gab Zuarbeiter wie Piet Apel und Klemens Köhring sowie Marion C. Theis, die mir bei Textgestaltung und Abbildungen halfen, die Sekretärinnen Monika Ahrens, die in allen Phasen der Arbeit Fragebogen tippte und Texte abschrieb, und Katherine Scholz, die das Manuskript des Buches in die vorliegende Reinform brachte. Daneben hat eine Reihe von Kollegen und Kolleginnen die Fragebogen in ihren Projekten ausgetestet. Finanzielle Unterstützung wurde durch die FNK (Kleinförderung 662/3 im Jahr 1993) und Mittel des IPK im FB 11 der Universität Bremen gewährt.

Allen, die bei der Entstehung des vorliegenden Werkes hilfreich und zugeeignet mitgearbeitet haben, danke ich von Herzen. Ich meine, es hat sich gelohnt den Status quo der Forschungen zum „Sensation Seeking“ einmal geballt zu fixieren.

Im Frühjahr 2002

Gisla Gniech

INHALTSVERZEICHNIS

1.	Was ist „Sensation Seeking“?	9
1.1	Abgrenzung von verwandten Konstrukten.....	12
1.1.1	Neugier (curiosity).....	12
1.1.2	Bedürfnis nach Neuartigem (novelty).....	13
1.1.3	Abwechslung (change).....	13
1.1.4	Risikoverhalten (risk-taking behavior).....	14
1.2	Theoretischer Hintergrund.....	14
1.2.1	Die psychoanalytische und lerntheoretische Triebtheorie.....	14
1.2.2	Theorien der optimalen Erregung und Aktivierung.....	15
1.2.3	Faktorenthorien der Erregung und Hemmung.....	21
1.2.4	Das psychoanalytische Modell der Angstlust.....	27
1.3	Entwicklung des Konstruktes.....	29
1.3.1	Sensorische Deprivation.....	29
1.3.2	Zuckermans Theorie des optimalen Stimulationsniveaus.....	30
1.3.3	Weiterentwicklung der „Sensation Seeking“ Theorie.....	32
2.	Skalen zur Messung von Sensationslustsuche (SSS)	35
2.1	Zuckermans Pionierarbeit.....	35
2.1.1	Das Mehrfaktorenmodell (Entwicklung der Subskalen).....	36
2.1.2	Kritik an Zuckerman.....	38
2.2	Deutsche Fragebogen zum „Sensation Seeking“.....	40
2.3	Entwicklung der Bremer Meßinstrumente zum „Sensation Seeking“.....	43
2.3.1	Die Testkonstruktion des ersten Bremer SSS.....	43
2.3.2	Theorie und Konstruktion eines 20 Item Fragebogens.....	46
2.4	Die Bremer SSS 2000.....	53
2.4.1	Itemauswahl.....	54
2.4.2	Datenerhebung.....	57
2.4.3	Testanalyse.....	57
2.4.3.1	Reliabilitätsanalyse.....	57
2.4.3.2	Faktorenanalyse.....	62
2.4.3.3	Validität.....	64
2.4.3.3.1	Verteilung der „Sensation Seeking“ -Werte.....	64
2.4.3.3.2	Überprüfung der Validitätshypothesen.....	66
2.4.4	Fazit.....	75

3.	Praxisbezug und Anwendungsfelder	79
3.1	Korrelationen mit alltäglichen Einstellungen und Verhaltensweisen	79
3.1.1	Demographische Merkmale	80
3.1.2	Beruf und Freizeit	81
3.1.3	Partnerschaft und Sexualität	83
3.1.4	Essensvorlieben und Konsumverhalten	84
3.1.5	Kriminalität	85
3.1.6	Glücksspiele	86
3.1.7	Risikoverhalten	87
3.1.8	Zusammenfassung	88
3.2	Kognitive Aspekte	88
3.2.1	Aufmerksamkeit	89
3.2.2	Wahrnehmung	93
3.2.3	Lernen und Leistung	95
3.2.4	Gedächtnis	96
3.2.5	Kognition	99
3.2.5.1	Intelligenz und akademische Leistung	99
3.2.5.2	Kognitive Stile	101
3.2.5.3	Kategorienweite	102
3.2.5.4	Kognitive Komplexität	103
3.2.5.5	Originalität und Kreativität	103
3.2.5.6	Spiritualität	104
3.2.6	Zusammenfassung	105
3.3	Persönlichkeitsaspekte	107
3.3.1	Grundlegende Verhaltensdispositionen	107
3.3.2	Werthaltungen	109
3.3.3	Emotionen und Neurotizismus	110
3.3.4	Extraversion und Impulsivität	116
3.3.5	Psychotizismus (nach Eysenck)	118
3.3.6	Zusammenfassung	119
3.4	Die Spaßgesellschaft als Wirtschaftsfaktor	121
4.	Ausblick: „Sensation-Seeking“, ein spannendes Merkmal	126
Literatur	131
Anhang	143
Verzeichnis des Anhangs	144

DER ODYSSEUSFAKTOR: SENSATIONSLUST

von

*Gisla Gniech in Kooperation mit
Tanja Meier und Katja Witthöft
(Universität Bremen, FB 11)*

Die Zeiten ändern sich und wir uns in ihnen. Einerseits ist Mobilität gefragt, andererseits verarmt der Mensch psychisch, wird einsam, depressiv und langweilt sich.

Das ist der Grund, warum eine Motivation der Sensationslustsuche und ein daraus resultierendes Verhalten seit den 70er Jahren des letzten Jahrhunderts immer mehr ins Blickfeld der Psychologie geriet. Marvin Zuckerman und seine Mitarbeiter (1964) haben dazu einen Fragebogen entwickelt, die sog. „Sensation-Seeking-Scale“ (SSS), der das Konstrukt meßbar machte. In Deutschland hat sich Andresen (1986,1990) als erster um ein adäquates Meßinstrument des „Sensation Seekings“ bemüht.

1. WAS IST „SENSATION SEEKING“?

In unserer heutigen Gesellschaft nimmt die Freizeit einen laufend wichtiger werdenden Platz ein, so daß die Erlebnis- und Unterhaltungsbranche boomt. Zu beobachten ist dabei, daß es bei den Freizeitangeboten, die heute auf den Markt kommen, einen Trend zu immer schnelleren, riskanteren und extremeren Aktivitäten gibt. Als Beispiele können hier Bungee-Jumping, Free Climbing oder Apnoe-Tauchen genannt werden. Was bewegt Menschen dazu, sich freiwillig extremen Situationen auszusetzen und dabei zum Teil ihre Gesundheit zu riskieren? Alltagstheoretische und laienpsychologische Begründungen dieser Entwicklung werden in der relativen Gefährlosigkeit der westlichen Lebenswelt, in einer Flucht vor den individuellen und sozialen Problemen, in einer Steigerung des Selbstwertgefühls, z. B. Streben nach Ruhm, in Neugier-

1. Was ist „Sensation Seeking“?

verhalten und Suche nach neuen Erkenntnissen oder sogar Extremerlebnissen gesehen.

Bei dieser aktuellen Begründung im Zeitgeist können aber auch allgemeinpsychologische Anteile nicht ausgeschlossen werden. Seit jeher sucht der Mensch, seinen Lebensraum zu erweitern und seinem Horizont zu entkommen. Der sagenhafte Odysseus und der historisch bekannte Christopher Kolumbus sind lebendige Beispiele für das Bild des „Sensation-Seekers“.

Einen wissenschaftlich begründeten Erklärungsansatz bietet die Theorie von Marvin Zuckerman, der die Suche nach neuen Erfahrungen, verbunden mit einer erhöhten Risikobereitschaft „Sensation Seeking“ nennt. Zuckerman versucht, mit seinem Konzept die individuellen Unterschiede des menschlichen Reizsucheverhaltens zu erklären. Das Persönlichkeitsmerkmal der Sensationslustsuche ist bei allen Menschen vorhanden; Unterschiede gibt es jedoch in der Stärke der Ausprägung. Personen, bei denen das Bedürfnis nach Stimulation, Abwechslung und neuartigen Erfahrungen besonders stark ausgeprägt ist, nennt Zuckerman „High-Sensation-Seeker“ (starke Sensationslustsucher), während die „Low-Sensation-Seeker“ (schwache Sensationslustsucher) eher eine reizarme und routinierte Lebensführung bevorzugen, weil sie sich darin wohl fühlen.

Dieses Konzept findet heute unter anderem in folgenden Bereichen seine Anwendung:

- In der Persönlichkeitspsychologie, wo es bei der Diagnostik eingesetzt wird und als Erklärungsmodell für bestimmte Verhaltensweisen und Phänomene wie beispielsweise Suchtverhalten, Kriminalität, die Ausübung von Risikosportarten oder auch Okkultismusglaube dient.
- Bei der Planung und Überprüfung von Therapie- und Präventionsmaßnahmen
- (z. B. Cernovsky, O'Reilly & Pennington, 1997).
- Bei der Gestaltung von Arbeitsplätzen und Klassenräumen, wo dem erhöhten Bedürfnis nach stimulationsreicher Umgebung Rechnung getragen wird (z. B. Koester & Farley, 1982).

Die Definition des „Sensation Seeking“ macht deutlich, daß das Persönlichkeitsmerkmal Sensationssuche zweierlei beinhaltet: zum einen die Suche nach verschiedenartigen, neuen, komplexen und intensiven Empfindungen, sowie zum anderen auch die Bereitschaft, für solche Erfahrungen, die diese Erlebnisse ermöglichen, physische, soziale, juristische und finanzielle Risiken in Kauf zu nehmen:

„Sensation Seeking is a trait defined by the seeking of varied, novel, complex, and intensive sensations and experiences, and the willingness to take physical, social, legal, and financial risks for the sake of such experiences“
(Zuckerman, 1994, S. 27).

Sensationslustsuche ist eine Eigenschaft, die durch das Aufsuchen von verschiedenartigen, neuen, komplexen und intensiven Empfindungen und Erfahrungen bestimmt ist, sowie der Bereitschaft, physische, soziale, rechtliche und finanzielle Risiken um solcher Erfahrungen willen einzugehen.

Im Laufe seiner Forschungstätigkeit hat Zuckerman die Definition des Konstrukts verändert bzw. erweitert (diese Korrekturen werden durch den Kursivdruck in seiner aktuellen Definition von 1994 symbolisiert). In seinem ersten Buch (1979) beschreibt er „Sensation Seeking“ noch als ein *Bedürfnis* (need) nach verschiedenartigen neuen und komplexen Empfindungen und Erfahrungen (zit. nach Zuckerman, 1994, S. 26). Der Begriff „Bedürfnis“ wurde von ihm aus zweierlei Gründen ersetzt: erstens erschien er ihm eine zu zwanghafte Bedeutung zu haben (...“but the activity of sensation seekers does not seem to be characterized by the quality of compulsion“,

Zuckerman, 1994, S. 26) und zweitens wird durch den Terminus „Seeking“ stärker die Aktivität des Individuums betont. Die Menschen verschaffen sich die von ihnen benötigten Stimulationen durch aktives Handeln und Verhalten. Die sensuellen Auswirkungen (also die körperlichen Empfindungen) sind nach Zuckerman die wichtigsten primären Verstärker des „Sensation Seeking“ Verhaltens. Der Sensationslustsucher versucht, durch das Aufsuchen von internen oder externen Stimuli seine körperlichen Sensationen, d. h. seine Empfindungen zu maximieren. Da die Stimuli nur als Mittel zum Zweck dienen, wird von Zuckerman der Begriff „Sensation“ dem der „Stimulation“ vorgezogen. Die intensiven Empfindungen können durch starke Emotionen, den Konsum von Rauschmitteln, sportliche Aktivitäten oder ähnliches ausgelöst werden.

Ein „High-Sensation-Seeker“ zeichnet sich durch eine schnelle Habituationsrate aus und reagiert auf sich wiederholende Stimuli und Erfahrungen schnell gelangweilt. Er sucht daher nach immer neuen und verschiedenartigen Empfindungen und Erfahrungen. Bevorzugt werden dabei vor allem komplexe und intensive Stimuli. Dies konnte beispielsweise in einer Studie von Zuckerman, Ulrich & Laughlin (1993) belegt werden, in der den Probanden verschiedenartige Bilder zur Bewertung vorgelegt wurden. Die „High-Sensation-Seeker“ zeigten dabei mehr Gefallen an expressiven, spannungsgeladenen und komplexen Bildern, während die „Low-Sensation-Seeker“ eher realistische, spannungsarme und idyllische Motive bevorzugten.

Um zu intensiven Empfindungen zu gelangen, sind Sensationslustsucher auch bereit, Risiken einzugehen. Beispielsweise können hier folgende typische Aktivitäten von „Sensation Seekern“ genannt werden (Horvath & Zuckerman, 1993):

- körperliche Risiken: Ausübung gefährlicher Sportarten wie z. B. Bungee-Jumping, Free Climbing oder gefährliche Berufe (z. B. Stierkämpfer, Akrobaten, Rennfahrer, Jetpilot o. ä.), Körperschmuck wie Tätowierung, Piercing, Brennen etc.
- soziale Risiken: sozial hemmungsloses Verhalten als Folge von übermäßigem Alkoholkonsum, Partnertausch, Vagabundiererei etc.
- juristische Risiken: zu schnelles Autofahren, Konsum illegaler Drogen, Normen- und Regelverstöße etc.
- finanzielle Risiken: Wetten, riskante Investitionen, Glücksspiel etc.

1.1 Abgrenzung von verwandten Konstrukten

Das große Interesse an Themen der Reizsuche- und Erlebnismotive hatte zur Folge, daß für diesen Bereich unzählige Theorien und damit verbundene Meßinstrumente entwickelt wurden. Eine beeindruckende Auflistung der allein bis in die 80er Jahre des letzten Jahrhunderts erschienenen Selbstbeurteilungsskalen auf diesem Sektor enthält der Artikel von Andresen (1986). Viele der Persönlichkeitskonstrukte anderer Autoren scheinen dem des „Sensation Seeking“ sehr ähnlich oder mit ihm identisch zu sein. An dieser Stelle sollen die Unterschiede zu einigen dieser Konzepte kurz erläutert werden, um die Schwerpunkte, die von Zuckerman gesetzt worden sind, klarer herausstellen zu können.

1.1.1 Neugier (*curiosity*)

Einige Gemeinsamkeiten weist „Sensation Seeking“ mit Neugierkonzepten (z. B. „*curiosity*“ von Berlyne, 1960) auf. Sowohl bei „Sensation Seeking“ als auch bei den Neugierkonzepten ist die Suche nach neuartigen und komplexen Reizen und der Wunsch nach Abwechslung enthalten. Allerdings beinhalten reine Neugierkonzepte meist eine deutlich kognitive Komponente, die von Zuckerman beim „Sensation Seeking“ nicht gesehen wird: „Sensation seekers

are perceptually curious but not cognitively curious“ (Zuckerman, 1979, S. 142). Zudem ist das Konstrukt des „Sensation Seeking“ sehr viel komplexer, da es auch die Bereitschaft, Risiken einzugehen, beinhaltet. Wir können also festhalten, daß „Sensation Seeking“ eng mit dem Neugier- und Explorationsverhalten (vgl. z. B. McCourt, Gurrera & Cutter, 1993 sowie Schneider & Schmalt, 1981) verwandt ist. Der Wunsch nach neuartigen und komplexen Reizen sowie nach Abwechslung ist das Gemeinsame. Das „Sensation Seeking Trait“ ist jedoch umfassender. Es beinhaltet noch weiter gefaßte Verhaltensweisen, die allein mit Neugier oder Explorationsverhalten nicht erklärt werden können. Zudem werden bei der Sensationslustsuche das Element der Gefahr und das Eingehen von Risiken sowie die Suche nach intensiven Empfindungen stärker betont.

1.1.2 Bedürfnis nach Neuartigem (novelty)

Auch in bezug auf die Suche nach Neuartigem sieht Zuckerman den Unterschied in der Betonung der Kognitionen, die bei den Novelty-Konzepten (z. B. „need for novelty“ von Houston & Mednick, 1963) stärker ist als beim „Sensation Seeking“. Obwohl „Sensation Seeking“ Korrelationen zu kognitiven Aspekten aufweist, werden diese in der Definition von „Sensation Seeking“ nicht explizit genannt. Zwar erkennt Zuckerman Kognitionen als eine der Quellen für Interessiertheit an, jedoch erregen sie seines Erachtens nach ein Individuum nicht so stark wie neuartige Empfindungen: „Even though novel ideas are a primary source of interest for some people, they are generally not arousing as novel sensations“ (Zuckerman, 1994, S. 57).

1.1.3 Abwechslung (change)

Der Wunsch nach Abwechslung ist zwar in der Definition von „Sensation Seeking“ enthalten, jedoch ist dies nur ein Teilaspekt des Konzepts, da der Sensationslustsucher aufgrund seiner schnellen Habituationsrate vor allem auf der Suche nach *neuen* Empfindungen und Erfahrungen ist. Abwechslung dagegen ist nicht gleichbedeutend mit Neuartigkeit. „All novelty is change, but not all change is novelty. A person may do a variety of things during a day, changing from one activity to another, but may do the same things each day“ (Zuckerman, 1994, S. 57).

1.1.4 Risikoverhalten (risk-taking behavior)

„Sensation Seeker“ gehen verschiedene Arten von Risiken ein. Z. B. könnte sich jemand, der aus Lust an der Geschwindigkeit mit dem Auto rast und dabei einen Unfall verursacht, Verletzungen zuziehen (physisch). Der finanzielle Schaden käme hinzu und womöglich gäbe es rechtliche Folgen zu tragen wie den Verlust des Führerscheins. Außerdem könnte der Unfall auch soziale Konsequenzen nach sich ziehen, wenn z. B. in der Zeitung über den Unfall berichtet wird und der Fahrer ins Gerede kommt.

Obwohl Risikoverhalten mit „Sensation Seeking“ hoch korreliert (vgl. Horvath & Zuckerman, 1993; Thuen, 1994) und daher auch in der Definition enthalten ist, ist beides aber nicht gleichzusetzen (Trimpop, 1994). Sensationslustsucher streben nicht in erster Linie das Risiko an. Die erwünschten Empfindungen und Erfahrungen sind es ihnen wegen des „Kicks“ lediglich wert, das Risiko einzugehen (Zuckerman, 1994). Sie akzeptieren das Risiko nur als Preis, den sie für die Sensation zahlen müssen. Dabei schätzen „High-Sensation-Seeker“ häufig das Risiko geringer ein als „Low-Sensation-Seeker“ oder sie versuchen, es durch Sicherheitsvorkehrungen zu minimieren.

1.2 Theoretischer Hintergrund

Eine Person, bei der das Persönlichkeitsmerkmal „Sensation Seeking“ sehr stark ausgeprägt ist, sucht gemäß Zuckermans Definition immer neue, intensive und komplexe Erfahrungen und Empfindungen. Sie ist also im weitesten Sinne auf der Suche nach neuen Reizen; dies kann man auch als exploratives Verhalten beschreiben. Für die Erklärung eines solchen Verhaltens gibt es verschiedene Konzepte, deren Ansätze u. a. von der Grundeinstellung des Theoretikers (z. B. psychoanalytisch oder behavioristisch) und vom Forschungsstand abhängen. Um einen Überblick über die verschiedenen Ansätze und deren Entwicklungen bis zum heutigen Zeitpunkt zu geben, werden im folgenden einige Theorien, soweit sie in der Argumentation von Zuckerman vorkommen, kurz erläutert.

1.2.1 Die psychoanalytische und lerntheoretische Triebtheorie

Nach Freud (1920/1955) wird das Verhalten durch angeborene Triebe determiniert, wobei es sich um Spannungssysteme mit physiologischer Ursache handelt. Alle Triebhandlungen folgen dem Lustprinzip, d. h., Spannungsabbau

wird als lustvoll und erstrebenswert empfunden, während Spannungssteigerung als unangenehm erlebt wird. Neugier und Explorationsverhalten „stehen allenfalls im Dienste der grundlegenden Triebe“ (Kunkel, o. J., S. 21).

Im Gegensatz zu Freud sah Hull (1951) nach der Modifikation seiner ursprünglichen Motivationstheorie von 1943 eher die erlernten, sekundären und weniger die angeborenen, primären Triebe als verantwortlich für Verhaltensmodifikation an. Die primären Triebe werden von internen biologischen Bedürfnissen (Hunger, Durst, Sexualität) ausgelöst und sind von Lernprozessen unabhängig; die sekundären Triebe (auch soziale Triebe genannt) sind dagegen durch Konditionierung erworben bzw. erlernt worden. Neben der Hinzunahme der sekundären Triebe erweitert Hull (1951) seine Motivationstheorie ein zweites Mal durch die Berücksichtigung der Anreize. Er erkannte, daß neben internen auch externe Reize Verhalten auslösen können. Dies bedeutet, daß äußere Hinweisreize, die zuvor mit der Reduzierung eines Triebes assoziiert wurden, Verhalten selbst dann auslösen können, wenn kein Antrieb vorhanden ist. Anreiz bezieht sich dabei im wesentlichen auf den Wert des Ziels oder der Belohnung, d. h. ein Ziel hat dann einen hohen Anreizwert, wenn es ein Verhalten sehr stark motivieren kann. Exploratives Verhalten ist für Hull kein eigenständiger Trieb, sondern wird lediglich durch andere Triebe oder Hinweisreize ausgelöst.

1.2.2 Theorien der optimalen Erregung und Aktivierung

Den Triebtheorien zufolge ist alles Verhalten darauf ausgerichtet, Spannungszustände zu reduzieren. Anhand dieser Theorien kann jedoch nicht erklärt werden, warum auch Aktivitäten ausgeführt werden, die nicht der Reduktion, sondern der Steigerung von Spannung dienen. Solche Aktivitäten können z. B. das Ausüben von Risiko-sportarten, das Ansehen von spannenden Filmen oder das Lesen von Kriminalromanen sein. Man geht heutzutage davon aus, daß Verhaltensweisen, die zu einer Steigerung des Erregungsniveaus führen, wahrscheinlich häufiger auftreten, als solche, die Spannung abbauen (Goller, 1995). Wilhelm Wundt stellte bereits 1893 aufgrund seiner Erkenntnisse aus der Introspektion die Theorie auf, daß die affektiven Reaktionen von der Reizintensität abhängig sind. Ein optimales Reizniveau führt zu positiven Empfindungen. Wird dieses Reizniveau jedoch unter- oder überschritten, empfindet man den Reiz als unangenehm. An einem Beispiel wird diese Hypothese deutlich: Taucht man eine Hand in eiskaltes Wasser, so wird man dies in den meisten Fällen als unangenehm empfinden. Ebenso wird es sich verhalten, wenn das Wasser zu heiß ist. Zwischen diesen beiden Extremen liegen Temperaturen,

die als angenehm empfunden werden (optimales Reizniveau haben), d. h. hier kann die Beziehung zwischen Stimulusintensität und Empfindung in Form einer inversen U-Funktion beschrieben werden. Dieser Aspekt wurde in späteren Theorien wieder aufgegriffen. Wundt schränkte allerdings seine Aussagen auf Reize ein, die Druck, Wärme, Geruch und Geschmack betreffen. Visuelle und auditive Reize unterliegen seines Erachtens nicht diesen Gesetzmäßigkeiten.

Auch Breuer (1895) vertrat eine Theorie des optimalen Reizniveaus und ging dabei von biologisch-medizinischen Modalitäten aus. Er vermutete, daß die tonische intrazerebrale Erregung der Leitungsbahnen deren Leistungsfähigkeit bestimmt: „Mangel an Sinnesreizen, Finsternis, lautlose Stille wird zur Pein; geistige Ruhe, Mangel an Wahrnehmungen, Vorstellungen an Assoziationsfähigkeit erzeugen die Qual der Langeweile. Diese Unlustgefühle entsprechen einer „Aufregung“ und Steigerung der normalen intrazerebralen Erregung“ (Breuer, 1895; zit. aus Kunkel, o. J., S. 22).

Yerkes & Dodson (1908) widmeten sich bei ihren Experimenten mit Ratten der Frage, welchen Einfluß das Erregungsniveau auf Lernvorgänge hat. Aufgrund ihrer Forschungsergebnisse entstand das Yerkes-Dodson-Gesetz, welches besagt, daß ein hohes Stimulationsniveau Lernvorgänge, bei denen nur eine einfache Diskriminationsleistung erforderlich ist, erleichtert. Schwierige Lernaufgaben dagegen werden besser bei einem mittleren Stimulationsniveau bewältigt.

1949 formulierte Hebb seine Theorie des optimalen Stimulationsniveaus (optimal level of stimulation = OLS), die beschreibt, daß es bei allen Sinnesmodalitäten eine Intensitätsschwelle für hedonistische Empfindungen bzw. optimale Leistungsfähigkeit gibt. Ebenso wie Wundt postulierte Hebb, daß ein Unter- oder Überschreiten des optimalen Stimulationsniveaus als unangenehm empfunden wird. Hebb erweiterte seine Theorie zu einer Theorie des optimalen Erregungsniveaus (optimal level of arousal = OLA). Danach verfügt jeder Mensch über ein optimales Erregungsniveau, welches durch das Zusammenwirken zwischen der sensorischen Stimulation und den physikalischen Eigenschaften des retikulären Aktivierungssystems (RAS) reguliert wird. Das retikuläre Aktivierungssystem (auch *Formatio reticularis* = FR genannt), ist eine im Hirnstamm befindliche Struktur, die u. a. den Cortex aktiviert, so daß er für neue Reize empfänglich wird.

Jeder Mensch versucht, das optimale Erregungsniveau anzustreben bzw. aufrechtzuerhalten, da er in diesem Zustand am leistungsfähigsten ist und sich am wohlsten fühlt. Ist die Stimulation zu schwach und die Erregung damit zu gering, so ist die Handlungsfähigkeit aufgrund mangelnder Antriebskraft reduziert. Auf die Verhaltens-ebene bezogen, bedeutet dies, daß zu wenig Erre-

gung zu stimulationsaufsuchendem („Sensation Seeking“) Verhalten führt, mit dem Ziel das OLA zu erreichen. Zu starke Stimulation (Reizüberflutung) und somit zu hohe Erregung führt dagegen zu Angstgefühlen, die die Handlungsfähigkeit blockieren und zu vermeidendem Verhalten („Sensation Reducing, Avoidance“) führen. Der Zusammenhang zwischen Erregungsniveau und Gefühlszustand ist (ebenso wie bei Wundt) als inverse U-Funktion darstellbar.

Auch Berlyne (1960) vertritt eine aktivierungstheoretische Sichtweise, die jedoch starke Unterschiede zu der Aktivierungstheorie von Hebb aber auch Gemeinsamkeiten mit der Triebreduktionstheorie von Hull aufweist. Berlyne beschäftigte sich mit der Frage, welchen Einfluß die Reizqualität auf das Aktivationsniveau und damit auf das Verhalten hat. Jeder Stimulus besitzt ein spezifisches Aktivierungspotential („arousal potential“), das Berlyne als eine hypothetische Gesamtgröße für alle Besonderheiten eines momentanen Informationseinstroms definiert. Diese Größe wird durch folgende drei Faktoren bestimmt:

- Affektive Reize,
- innere Reize, die aus Bedürfniszuständen resultieren,
- starke äußere Reize und vor allem die kollativen Variablen (d. h. vergleichende Merkmale) wie z. B. Neuigkeit und Wechsel, Ungewißheit oder Konflikt, Komplexität und Überraschungsgehalt.

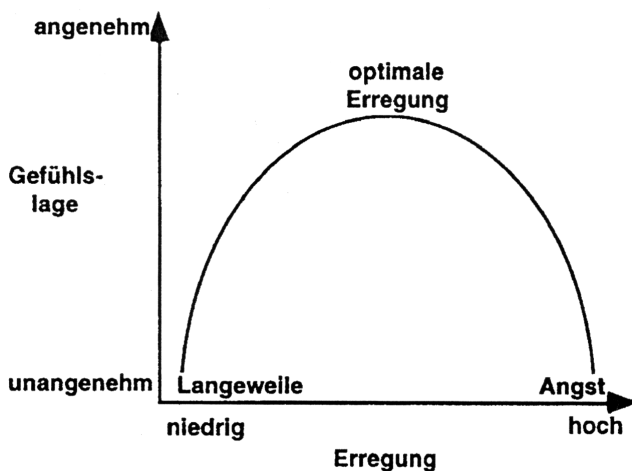


Abb. 1: Die Theorie der optimalen Erregung (nach Hebb, 1955)

1. Was ist „Sensation Seeking“?

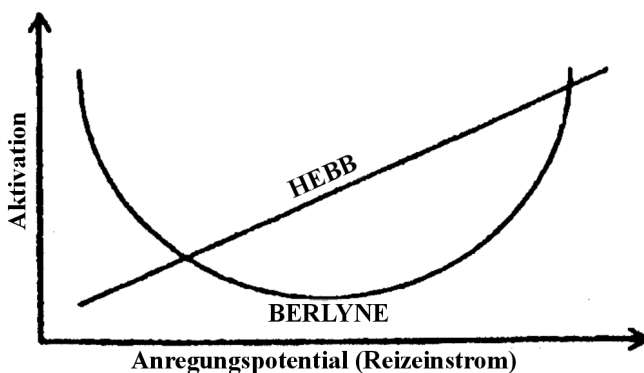


Abb. 2: Postulate von Hebb und Berlyne (nach Heckhausen 1989, S. 111)

Das Aktivierungspotential hat zum einen Einfluß auf das Aktivationsniveau, dem Maß der Erregung, und zum anderen auf den erlebten Gefühlston und damit auch auf das daraus resultierende Verhalten (vermeidende oder aufsuchende Tendenzen). Während Hebb eine lineare Beziehung zwischen dem Aktivierungspotential und dem Aktivationsniveau (=Erregungsniveau) vertritt, postuliert Berlyne eine u-förmige Beziehung.

Danach treibt sowohl hohes als auch niedriges Aktivierungspotential das Aktivierungsniveau in die Höhe, d. h., im Gegensatz zu Hebb führen nach Berlyne auch Langeweile und Reizmonotonie zu einem hohen, irritierenden Aktivationsniveau. Das optimale Aktivationsniveau liegt dabei nahe am jeweiligen möglichen Erregungsminimum. Berlyne geht als einer der ersten Aktivationsstheoretiker davon aus, daß es individuelle Unterschiede beim optimalen Aktivationsniveau gibt, d. h., Menschen unterscheiden sich hinsichtlich ihres Bedürfnisses nach Erregung.

Berlyne (1971, 1974) schließt sich der Wundtschen Auffassung an, nach der mit steigendem Aktivierungspotential der positive Gefühlston bis zu einem bestimmten Punkt zunimmt. Steigt nach diesem Punkt das Aktivierungspotential weiter, so sinkt der positive Gefühlston und wandelt sich schließlich bei weiterer Intensivierung in negative Empfindungen um. Berlyne übernimmt somit die Annahme von Wundt, daß die Zusammenhänge zwischen Reizintensivität bzw. Reizqualität und Art der Empfindungen in Form einer inversen U-Kurve beschrieben werden können. Ähnlich wie Hebb sieht auch Berlyne die Ursachen dafür in neurophysiologischen Vorgängen. Olds & Olds konnten 1965 hirnpfysiologische Zentren mit positiven und negativen Bekräftigungs-