

Sequentielle und imperative Konzepte des Willens ¹

Kurt Sokolowski, Wuppertal

1. Einleitung

1.1. Phänomenale Klassifikation von Willenstätigkeiten

1.2. Eine kurze Geschichte des Willens in der Psychologie

2. Sequentielle Konzeptionen

3. Imperative Konzeptionen

3.1. Äußere und innere Widerstände

3.2. Motivationale und volitionale Steuerungslagen

3.3. Funktion des Willens

3.4. Wille und Bewußtheit - Gedanken und Gefühle

4. Perspektiven des Willens

¹ Erschienen 1997 in *Psychologische Beiträge*, 39, 339-369.

1. Einleitung

Wille ist ein mentalistisches Konzept der Psychologie, weshalb es auch erst vor kurzem, nach behavioristischer Abstinenz, wieder in den wissenschaftlichen psychologischen Sprachschatz Eingang fand - dies allerdings mit unterschiedlichen Bedeutungen, was dann auch zwangsläufig zu Mißverständnissen führte. Ich möchte deshalb zwei Annäherungsversuche unternehmen, um diese Mißverständnisse aufzuklären: einen phänomenzentrierten und einen kurzen historischen, der den Wandel der Willenskonzeptionen nachzuzeichnen versucht. Daraus lassen sich zwei grundlegend verschiedene Konzeptionen von Wille (oder Volition) herauskristallisieren, die ich als sequentielle und imperative bezeichne. Auf einige der jeweils spezifischen Annahmen und Probleme beider Konzeptionen werde ich später dann näher eingehen.

Im Gegensatz zur psychologischen Fachsprache hatte der Willensbegriff in der Umgangssprache kein „time out“. Da er schon in den Anfängen der modernen Psychologie, die ja den bewußten psychischen Erscheinungen ihr Hauptaugenmerk widmete, zum Repertoire der Fachbegriffe gehörte, liegt es nahe anzunehmen, daß es sich bei Willensvorgängen um psychische Ereignisse handelt, die aufgrund ihrer besonderen phänomenalen Merkmale zu einer Gruppe zusammengefaßt werden können. Willensphänomene unterscheiden sich danach von anderen im Bewußtsein repräsentierten Phänomenen. *Was sind die distinkten phänomenalen Merkmale des Willens?* Darauf werde ich später näher eingehen. Eine alternative Erklärung, daß Wille sich ausschließlich in dem an anderen Personen beobachtbaren Verhalten oder Ausdruck festmachen läßt, d.h. keine distinkte bewußte Repräsentation besitzt, möchte ich zunächst vernachlässigen. Ich gehe also von einer wie auch immer gearteten engen Beziehung zwischen Bewußtheit und Wille aus. Deshalb werde ich auch später auf das Bewußtseinsproblem näher eingehen - allerdings aus einer motivationspsychologischen Perspektive.

Neben den besonderen phänomenalen Merkmalen der Willenstätigkeit, kann man des weiteren annehmen, daß es sich dabei um besondere psychische Funktionen handelt - phänomenale und funktionale Betrachtungen verschmelzen häufig ineinander. Ein nützlicher wenngleich noch sehr allgemeiner Versuch, das funktionale Feld, in dem der Wille tätig wird, einzugrenzen, stammt von Phillip Lersch: "Wo es keine Widerstände zu überwinden gibt, gibt es kein eigentliches Wollen" (Lersch, 1966). Ich werde später auch darauf näher eingehen. Es geht also um die Frage: *Wann wird der Wille benötigt und welche Funktion hat er zu leisten?* Daran anschließend möchte ich einen Erklärungsversuch unternehmen, *wie willentliche Vorgänge ihre Funktion leisten können.*

1.1. Phänomenale Klassifikation von Willenstätigkeiten

Zunächst soll die Vielfalt der Verwendungsmöglichkeiten des Willensbegriffs umrissen werden. Die in der Umgangssprache und z.T. auch in den wissenschaftsintern verwandten Willensmetaphern lassen sich nach Weinert (1987) in vier Hauptgruppen unterteilen. In der ersten Gruppe "Wille als Kraft" kann weiter zwischen der Willensstoßkraft (bildlich: der punktuell treffende Boxhieb), der Willensspannkraft (bildlich: der gedehnte Expander oder die Zähigkeit des Marathonläufers) und dem Willen als universelle Hemmtriebfeder (bildlich: die zusammengedrückte Feder) differenziert werden. Die zweite Gruppe "Wille als formales Prinzip" enthält einmal den Willen als steuerndes Prinzip im Entscheidungsprozeß (bildlich: der Steuermann oder der Dirigent) und zum anderen den Willen als bündelndes Regulationsprinzip bei der Handlungsausführung (bildlich: das Brennglas, das die sich sonst zerstreuen Strahlen auf einen Punkt konzentriert). Die dritte Gruppe beinhaltet den "Willen als Kontrollinstanz", der triebhafte Regungen kanalisiert und auf erwünschte Ziele lenkt (bildlich: der Reiter). Die letzte Gruppe versteht den "Willen als Zäsur", der durch einen Entschluß charakterisiert wird (bildlich: der Rubikon wird überschritten). Diese vier Gruppen von Willensmetaphern machen zwei unterschiedliche Aspekte des Willens deutlich. Der „Wille als Kraft“ mit impulsartigem, ausdauerndem und hemmendem Charakter bezieht sich auf die Aktivierung des Handelns. Dagegen betonen die drei anderen Gruppen den kontrollierenden, organisierenden, entscheidenden oder allgemeiner richtungsgebenden eher „kognitiven“ Charakter des Willens.

Schon nach dieser ersten Sichtung der umgangssprachlichen Verwendung lassen sich deutlich Gemeinsamkeiten mit den wichtigsten psychologischen Arbeiten zum Willen feststellen. Willenstätigkeit kann man danach an mindestens zwei „Orten“ im psychischen Geschehen finden und untersuchen, die sich von anderen psychischen Ereignissen abgrenzen lassen: im *willentlichen Entschluß* und im *willentlichen Handeln*:

- Zum einen tritt Wille am Ende von Abwäge- oder Entscheidungsprozessen auf. Der Willensakt betrifft hier einen bewußten Entschluß. Der willentliche Entschluß kann: a) die Entscheidung für eine *bestimmte Vorgehensweise* sein, um so ein schon vorhandenes Ziel schneller oder mit weniger Aufwand zu erreichen. b) Er kann aber auch die Verfolgung eines *bestimmten Zieles* betreffen, das man von jetzt an mit den zur Verfügung stehenden Mitteln verfolgen will. Die Unterscheidung der beiden Entschlußtypen - *Wie* kann ich etwas erreichen? versus *Was* strebe ich an? - wird in meinen nachfolgenden Ausführungen noch einmal wichtig.
- Willensprozesse können zum anderen unmittelbar zum Zwecke der Handlungssteuerung auftreten. Es geht dann darum, konkurrierende Handlungsimpulse, störende Ablenkungen und dergleichen auszuschalten und eine bestimmte Handlungslinie gegen andere durchzusetzen. Konkurrierende Handlungsimpulse können: a) situativ generierte *Gewohnheiten* darstellen oder sie stammen b) aus einer für das Han-

deln *ungünstigen aktuellen Emotions- oder Motivationslage* (z.B. weil Angst ange-regt ist oder man keine Lust dazu hat).

Beim *willentlichen Entschluß* nimmt man an, daß durch ihn die vorher vorhandene Hierarchie der Ziele oder Handlungswege verändert wird. Diese durch einen Entschluß bewirkte Änderung der Ziel- resp. Handlungshierarchie soll anhaltend und langfristig wirken - bis zu seiner Deaktivierung durch Erfüllung. Beim *willentlichen Handeln* geht es um das aktuelle Durchsetzen einer zur Erreichung eines bestimmten Ziels notwendigen Handlung gegen (mindestens) eine andere (mindestens) gleich starke Handlungstendenz(en), die entweder aus Gewohnheit oder aus einer aktuellen Emotions- oder Motivationslage resultiert. Beim willentlichen Entschluß haben wir es mit einer richtungsgebenden eher kognitiven (strukturellen) Einflußnahme zu tun, bei der willentlichen Handlung werden eher die energetisch-affektiven und aufmerk-samkeitslenkenden (dynamischen) Aspekte betont. Beide Willenstätigkeiten - wil-lentlicher Entschluß und willentliche Handlung - können auch unmittelbar ineinander übergehen.

1.2. Eine kurze Geschichte des Willens in der Psychologie

Der Willensbegriff findet sich wie die meisten psychologischen Fachtermini schon in der Wundtschen Psychologie, die vor über 100 Jahren konzipiert wurde. Wilhelm Wundt, der bekanntlich im nur dem Menschen zu eigenen Bewußtsein die Quelle wie auch das zentrale Erklärungsziel der erfahrungswissenschaftlichen Psychologie sah, unterschied aufgrund der an sich selbst und seinen Probanden durchgeführten introspektiven Analysen zwei Klassen von Bewußtseinsinhalten: objektive Vorstel-lungen und subjektive Gefühle - heute würden wir eher von Kognitionen und Emoti-onen sprechen, obgleich dies nicht genau dasselbe meint. Bei der introspektiven Analyse von Willensvorgängen, die er als "antizipatorische Apperzeptionen" versteht (Wundt, 1905, S. 219ff) zeigte sich, daß sie eng an Gefühlsverläufe gebunden sind. Vor den Willenshandlungen findet die "Motivbildung" statt. Ein Motiv besteht aus einem auf das Handlungsziel bezogenen Vorstellungsbestandteil, den er "Beweg-grund" nennt, und einem von "innen" stammenden Gefühlsbestandteil, den er als "Triebfeder" bezeichnet.

"Die Beweggründe eines verbrecherischen Mordes können Aneignung fremden Gutes, Beseitigung eines Feindes u. dgl., die Triebfedern Gefühl des Mangels, Haß, Rache, Neid u. a. sein" (Wundt, 1905, S. 222).

Den Gefühlen, also den Triebfedern, kommt nach Wundt die entscheidende Bedeu-tung in der Vorbereitung von Willenshandlungen zu. So gibt die Gefühlsdimension Lust/Unlust über die Art des Motivs Auskunft und die Erregungshöhe über dessen Intensität. Der Verlauf einer Willenshandlung drückt sich im Wechsel der Span-nungs- und Lösungsgefühle wie der Lust- und Unlustgefühle aus und findet im Lö-sungsgefühl ihren Abschluß. Je nach dem Ergebnis ist es dann eher lustvoll (Erfül-lung, Befriedigung) oder unlustvoll (Enttäuschung) getönt.

Wundt unterscheidet drei Arten von Willenshandlungen: Triebhandlungen, Willkürhandlungen und Wahlhandlungen¹. Eine *Triebhandlung* ist dadurch gekennzeichnet, daß bei ihr nur ein einziges dominantes Motiv vorliegt, und es erfolgt die unmittelbare Umsetzung in die Tat - z.B. aus Zorn jemanden zu schlagen. Sobald aber mehrere Motive mit verschiedenen, miteinander verwandten oder entgegengesetzten Endwirkungen sich in einem Affekt verbinden, spricht Wundt (1905, S. 224) von einer *Willkürhandlung*. Es findet dann ein Kampf der Motive statt, dessen wir uns jedoch nur dunkel bewußt sind und der mit dem Sieg eines der Motive in der Entscheidung zur Tat endet - z.B. wenn Zorn und Angst gemeinsam auftreten und Zorn dann überwiegt. Bei der *Wahlhandlung* findet ebenfalls ein Kampf unterschiedlicher Motive statt, nur ist dieser hierbei deutlich vor dem inneren Auge wahrnehmbar, und er endet mit einer bewußten Entschliebung für eines der Motive. Die vor Wahlhandlungen auftretenden Gefühle sind im Vergleich zu denen den Willkürhandlungen vorauslaufenden deutlich intensiver, was mit den Zweifeln und dem Schwanken zwischen verschiedenen Motiven vor Wahlhandlungen erklärt wird (Wundt, 1905, S. 227). Bei den Triebhandlungen folgen die Erregungs-, Spannungs- und Lösungsgefühle am raschesten aufeinander. In der modernen Motivationspsychologie wird von diesen dreien - willentlichem Handeln, motiviertem Handeln und Affekthandeln - noch das Gewohnheitshandeln unterschieden (Schneider & Schmalz, 1994).

Eine andere Perspektive des Willens wurde von Narziß Ach vorgestellt. In seinen Experimenten untersuchte er den Fall, daß gegen eine vorhandene (in Vorversuchen gelernte) Reiz-Reaktions-Verbindung - man kann also von einer Gewohnheitsreaktion sprechen - gehandelt werden muß. Diese Experimente wurden deshalb nicht ganz ohne Grund in den psychologischen Lehrbüchern bis in die 50er Jahre im Kapitel „Lernen“ und nicht unter „Motivation“ gefaßt. Nach Ach ist ein Willensakt folgendermaßen zu kennzeichnen:

"Er (der Willensakt) stellt sich im praktischen Leben nicht unnötigerweise ein, sondern bedarf zu seinem Auftreten gewisser *realer seelischer Voraussetzungen*. ... Diese Voraussetzungen liegen besonders dann vor, wenn der Mensch Widerstände äußerer oder innerer Art, Hemmungen, Schwierigkeiten oder dgl. zu überwinden hat, die sich seinem Handeln entgegenstellen. Diese *Schwierigkeiten müssen ihm in irgendeiner Art zum Bewußtsein kommen*" (Ach, 1935, S. 196; herv. kursiv im Original).

¹ Wundt folgte hierbei den Kantschen Ausführungen fast wortwörtlich. Kant schreibt dazu, daß im Gegensatz zum Tier "...Sinnlichkeit ihre Handlungen nicht notwendig macht, sondern dem Menschen ein Vermögen beiwohnt, sich, unabhängig von der Nötigung durch sinnliche Antriebe von selbst zu bestimmen" (Kant; Kritik der reinen Vernunft, S. 562). Kants drei Handlungstypen sind folgende: 1. Handeln aus dem Begehren, 2. willkürliches Handeln (ist vom Sinnlichen nicht „nedessitiert“ sondern nur „affiziert“; ist aber noch „pathologisch“, d.h. von Neigungen bestimmt - ein vom Verstand geregeltes Begehungsvermögen nennt Kant Willkür), 3. Handeln aufgrund der Einsicht des reinen Verstandes („freier Wille“ nach dem kategorischen Imperativ).

Für einen energischen Willensakt ist also - neben dem Vorhandensein von Widerständen äußerer oder innerer Art² - Bewußtheit notwendig, und vier phänomenale Momente können darin unterschieden werden:

1. Das *gegenständliche Moment* umfaßt die phänomenale (meist sprachliche) Repräsentation der Gelegenheits- und Tätigkeitsbestimmung einer auszuführenden Handlung. In Achs Experiment z.B.: "Für die nächste dargebotene Silbe einen Reim finden."
2. Das *aktuelle Moment* geht mit einem phänomenalen Erleben einher, das funktionell als "Übernahme der Aufgabe" bezeichnet werden kann und den "eigentlichen Untergrund" des Willensaktes bildet. Es ist vom inneren Sprechen unabhängig und zeigt sich unanschaulich als ein Bewußtheitszustand, den Ach als das "Hervortreten der Ichseite" ("ich will wirklich") beschreibt. Mit der Entstehung des aktuellen Moments wird jede andere Möglichkeit als die im gegenständlichen Moment fixierte auf "entschiedenste und rücksichtsloseste Weise" ausgeschlossen (Ach, 1910, S. 242). Ach spricht hier auch von einer Einengung des Bewußtseins, die in Folge der Konzentration auf die Gelegenheit der Tätigkeitsausführung entsteht (1910, S. 244).
3. Das *anschauliche Moment* betrifft die bei energischen Willenshandlungen mehr oder weniger stark auftretenden Spannungsempfindungen, die im Ausdruck und in der Motorik beobachtbar sind - z.B. Zusammenpressen der Zähne.
4. Als *zuständliches Moment* bezeichnet Ach das Anstrengungserleben, das für den Bewußtseinszustand über den gesamten Verlauf eines energischen Willensvorgangs charakteristisch ist.

Achs Schlußfolgerungen sind folgendermaßen zusammenzufassen: Eine Vornahme, die sich im gegenständlichen Moment eines Willensaktes niederschlägt (das und das bei einer bestimmten Gelegenheit zu tun), führt zu einer unbewußt wirksamen determinierenden Tendenz, die bei der von ihr erkannten passenden Gelegenheit ihre Wirksamkeit ohne notwendige Bewußtheit entfaltet und sich gegen die gewohnheitsmäßige assoziative Tendenz durchsetzt. Dazu ist aber notwendige Voraussetzung, daß das aktuelle Moment („ich will wirklich“) vorhanden ist.

Etwas verspätet kam die Antwort von Kurt Lewin auf die Schlußfolgerungen, die Ach aus seinen Experimenten zog (Lewin, 1926). Diese stellte eine Wende in der Diskussion dar, und führte dazu, daß der Achsche Ansatz für einige Jahrzehnte in Vergessenheit geriet (Heckhausen, 1989). Seine Kernaussage ist, daß egal ob es sich um die Ausführung einer Gewohnheitshandlung oder um die Ausführung einer mit dieser konkurrierenden Vornahmehandlung handelt, in beiden Fällen eine Motivation zur Ausführung zugrunde gelegt werden muß. Auch Gewohnheitshandlungen benötigen zu ihrer Ausführung Motivation. Da bei sehr vielen Tätigkeiten des täglichen

² Auf die Problematik der Gleichsetzung innerer und äußerer Widerstände bei Ach wird im folgenden noch näher eingegangen (siehe Abschnitt 3.1.).

Lebens Vornahmeakte gänzlich fehlen, ohne daß diese Handlungen automatisiert, unbeherrscht oder triebhaft ausgeführt würden, spricht Lewin jedoch den Vornahme-handlungen ihren Charakter als Grundfall von Willenshandlungen ab.

"Nicht den Umstand, ob zeitlich ein gewisser anderer Akt vorausgegangen ist oder nicht, sondern den Charakter des Handlungsgeschehens selbst wird man bei der Zuordnung des Geschehens zu einem bestimmten Typus in den Vordergrund zu stellen haben" (Lewin, 1926, S. 376).

Dadurch tritt ein anderer Handlungstypus in den Mittelpunkt, die "beherrschte Handlung", die dadurch zu kennzeichnen ist, daß sie gegen aktuell angeregte Handlungstendenzen gerichtet ist ("eine Gefahr, eine Unannehmlichkeit droht, aber man weicht ihr nicht aus, sondern sieht ihr ins Gesicht oder geht ihr gar entgegen; man bleibt einer Beschimpfung gegenüber ruhig"; S. 377). Lewin resümiert dann folgendermaßen:

"Man wird also den Begriff des Willentlichen im Sinne der 'Vornahmehandlung' von dem Begriff des Willentlichen im Sinne der 'beherrschten Handlung' wohl zu unterscheiden haben ..." (Lewin, 1926, S. 378).

Es handelt sich offensichtlich um zwei verschiedene Funktionen, die mit dem Willen in Verbindung gebracht werden: Zum einen handelt es sich um die Vornahme oder Entschließung, etwas Bestimmtes zu einer entsprechenden Gelegenheit zu tun; zum anderen sind die Vorgänge damit gemeint, die beim Handeln direkt wirksam werden, wenn man gegen andere Handlungs- oder Verhaltenstendenzen die gerade angeregt sind - seien Gewohnheits-, Affekt- oder motivierte Handlungen - angehen muß, weil nur so ein gesetztes Ziel erreichbar ist. Diese von Lewin empfohlene Unterscheidung stellt die gedankliche Grundlage dafür dar, sequentielle und imperative Willenskonzeptionen voneinander abzugrenzen. Sequentielle Modelle nehmen im Entschluß, in Zielsetzung oder Vornahme ihren Ausgangspunkt. Imperative Modelle fokussieren auf die Konflikte, die im Handlungsfall entstehen können - sei es, daß gegen Gewohnheiten oder gegen ungünstige Motivations- oder Emotionslagen gehandelt werden muß, oder daß Handeln komplett unterdrückt werden soll.

2. Sequentielle Konzeptionen

Über lange Zeit bestand das Verständnis, daß Motivation zu allen Zeitpunkten des „Motivationszyklus“ Wirkung entfaltet: beginnend bei der Zielwahl, über Handlungsselektion, Handlungsvorbereitung, Handlungsinitiierung und Handlungssteuerung bis zur Handlungsbewertung. Mit der Konzeption des Rubikonmodells wurde dieses Verständnis in einer speziellen Wiederaufarbeitung des "vergessenen Willens" aufgebrochen (Heckhausen, 1987). Motivationale und volitionale Lagen ("mind sets") folgen in diesem Modell phasisch aufeinander. So gehört das von Heckhausen und Gollwitzer (1987) vorgestellte Rubikonmodell nach dieser Einteilung zu den sequentiellen Modellen. Es sieht vier aufeinanderfolgende Phasen mit entsprechenden Zäsuren dazwischen vor: In der ersten "motivationalen" Phase (oder

Lage) werden Wünsche und Ziele generiert und gegeneinander abgewogen. Der Übertritt in die zweite "volitionale" Phase (oder Lage) geschieht durch einen Entschluß. Von jetzt an treten planende Aktivitäten in den Vordergrund, die sich daran zeigen, daß Informationen besser verarbeitet werden, die eine Umsetzung des Entschlusses begünstigen. Dazu gehört auch das Erkennen der Handlungsgelegenheit. Mit dem Beginn der entsprechenden Tätigkeit ist der Übertritt in die dritte - ebenfalls volitionale - Phase gekennzeichnet. Nach Beendigung der Tätigkeit kommt es in der vierten Phase - nun wieder aus motivationaler Perspektive - zur Bewertung des Handelns. Der Entschlußbildung kommt in dem Rubikonmodell eine wichtige Funktion zu, da es mit diesem Willensakt zu einer, zumindest partiellen, Umkonfiguration des psychischen Systems kommt. In diesem Modell ist Motivation sozusagen der "Bewertungsspezialist" und Volition der "Handlungsspezialist" - sie wechseln sich notwendig je nach den Erfordernissen ab. Durch den Rubikonübertritt kommt es nach Gollwitzer (1991) zur "intention implementation".

Je genauer das Ziel dabei bewußt konkretisiert wird, d.h. die Gelegenheit und die Tätigkeit spezifiziert werden (d.h. wenn eine konkrete Vornahme entsteht), um so besser gelingt dies auch (zusf. Gollwitzer & Malzacher, 1995). Hilfsmittel, eine Entschlußbildung zu vertiefen, stellt der soziale (gesetzliche) Rahmen zur Verfügung - nicht umsonst gibt es Begriffe wie Ehre oder Treue, Eide oder Kontrakte und die Anwesenheit von Zeugen solcher Entschlußbildungen oder Versprechungen. Bisher ist es allerdings noch nicht gelungen, die "Tiefe" der Entschlußbildung unabhängig zu messen - damit besteht die Gefahr eines Zirkelschlusses. Wann wird ein Entschluß tatsächlich implementiert? Das entschlußbegleitende Erleben vermag diesbezüglich keine eindeutige Auskunft zu geben, wie dies schon Ach (1910) und Lewin (1926) konstatierten. Es wäre auch unsinnig und dysfunktional, wenn jedem Entschluß aus jeder Lebenssituation eine Implementierung gelingen würde, und es ist eine beobachtbare Tatsache, daß einige Entschlüsse leicht und andere nur schwer oder gar nicht in die Tat umgesetzt werden - hier spielen offensichtlich Motive, auf die sich Entschlüsse stützen, eine wichtige Rolle (s.o., vgl. Kornadt, 1988).

Das Rubikonmodell steht in unmittelbarer Nachbarschaft zu den schon etwas älteren Zieltheorien. Diese gehören in die Familie der Anreiztheorien, wobei die Anreize allerdings nicht durch ihr sinnliches Gewahrwerden entstehen, sondern durch die Vorstellung bestimmter Zielzustände. Es gibt Vorstellungen von Zielzuständen,

- die sehr *abstrakt* sein können („gesund ernähren“, „ein glückliches Leben führen“, „über sich selbst bestimmen“),
- die *konkreter* sein können („mittwochs und samstags Sport treiben“, „nur Sonntags Fleisch essen“, „nur Getränke in Pfandflasche kaufen“),
- die sich an *gesellschaftlichen Idealen* orientieren (Moden, Trends, „life style“ usw.),

- oder an neuen *wissenschaftlichen Erkenntnissen* (Ratschläge von Ärzten, Psychologen oder anderen Experten).

Insbesondere in den letzten 10 Jahren wurde diese Forschung zur Zielsetzung verstärkt wieder aufgegriffen. Wir wissen, daß erst dann, wenn die Ziele konkreter gefaßt werden, das entsprechende Handeln wahrscheinlicher wird (Gollwitzer & Malzacher, 1995; Kleinbeck & Schmidt, 1995). Am besten gelingt dies dann - wie Ach dies schon vor fast 100 Jahren konstatierte -, wenn eine spezifische Gelegenheit (wann und wo) mit der entsprechenden Tätigkeit im Bewußtsein verbunden werden. Informationstheoretisch ausgedrückt, programmiert sich der Mensch dann durch eine bewußte Vornahme selbst um; oder in der lernpsychologischen Begrifflichkeit ausgedrückt: es wird mittels des Bewußtseins eine dem habit funktionsäquivalente S-R-Verbindung implantiert. Daß dies nicht immer gelingt, ist oben schon ausgeführt worden. Es ist also nötig und naheliegend, den Gültigkeitsbereich der Zieltheorien genauer zu spezifizieren. Wann sind Zielsetzungen nützlich und wann nicht - und warum nicht. Erste Ansätze dafür, diese Fragen zu beantworten, gibt es schon.

Auf einige der problematischen Punkte und offene Fragen der sequentiellen Konzeption bin ich schon näher eingegangen: Wie kann die Vornahmetiefe unabhängig gemessen werden? Unter welchen Bedingungen findet eine umkonfigurierende Implementierung statt? Spielt die Herkunft des Ziels oder der Vornahme eine Rolle? Gibt es einen Unterschied zwischen selbst- und fremdgesetzten Zielen und Vornahmen? Weitere Probleme betreffen insbesondere die Beziehung zwischen dem bewußten Entschluß und den verhaltenssteuernden exekutiven Funktionen. Gibt es auch unbeußte Entschlüsse oder Vornahmen? Wie werden Konflikte, die beim Handeln entstehen können, gelöst? Ist es ein Unterschied, ob man Vornahmen auf bestehenden Bedürfnissen, Motiven oder Anliegen aufbauend trifft (die Freundin anrufen) oder ob man sie gerade gegen sie trifft (den unsympathischen Vermieter anrufen)? Gilt das Modell auch für die Unterlassung von Handlungen (mit dem Rauchen aufhören)? Welche Rolle spielen die Gefühle bei der Vornahmebildung? Macht es einen Unterschied, ob eine Vornahmehandlung Spaß macht oder nicht?

Zielsetzungen, Entschlüsse oder Vornahmen sind wie Wahrnehmungen, Erinnerungen oder Ursachenzuschreibungen zunächst einmal Bewußtseinsinhalte (Gedanken, Kognitionen). Wir wissen nur wenig Genaues über die Verbindungen zwischen Bewußtseinsinhalten und Verhalten oder Handeln. Die Annahme einer linearen möglicherweise sogar kausalen Beziehung zwischen bewußten Zielen und entsprechendem Verhalten ist aufgrund einer Reihe von experimentellen Befunden nicht haltbar (Neumann & Prinz, 1987). Naivpsychologisch ist es genauso naheliegend, bewußt geäußerten Zielen handlungsleitende Funktionen beizumessen, wie man vor einiger Zeit den Kausalattributionen zugetraut hat, die Ursachen des Handelns abzubilden. Dem ist jedoch nicht so (Nisbett & Wilson, 1977). Besitzen bewußte Entschlüsse,

Ziele oder Vornahmen - ähnlich wie Attributionen - auch andere als verhaltenssteuernde Funktionen? Attributionen können folgende Funktionen haben:

1. Dissonanz zu reduzieren,
2. das Selbstbild zu schützen,
3. der Selbstkontrolle dienen,
4. die Motivation ausrichten,
5. die Illusion von Kontrolle über das eigene Handeln oder über das anderer Menschen zu behalten.

Allgemein sind dies Funktionen, die für den Zusammenhalt des Ichs oder die Aufrechterhaltung der Ich-Identität wichtig sind. Vielleicht gilt diese Multifunktionalität auch für Zielsetzungen und Vornahmen in ähnlicher Weise, wobei es ein schwieriges Unterfangen ist, herauszufinden welche der o.g. Funktionen denn gerade durch eine Vornahme oder Zielsetzung betroffen ist.

3. Imperative Konzeptionen

Der Fokus der imperativen Volitionsmodelle liegt auf Willensvorgängen, die unmittelbar die Handlungsausführung betreffen. Willensvorgänge haben dabei die Funktion, die als notwendig erachteten Handlungen gegen andere aktuelle Handlungstendenzen - dies können habituelle, affektive oder motivierte sein - durchzusetzen. Die willentliche Handlungssteuerung hat dabei die Aufgabe, andere gleichzeitig bestehende Handlungstendenzen (s.o.), die Zugang zur Exekutive suchen, auszuschalten und zu ersetzen. Hier geht es also um Konflikte, die zu unterschiedlichen Zeitpunkten der Handlungsausführung auftreten können (vgl. Kuhl, 1983). Wie diese imperative Durchsetzung von Willenshandlungen vonstatten geht soll, umschrieb James folgendermaßen: "The essential achievement of the will, in short, when it is most 'voluntary', is to attend to a difficult object and hold it fast before the mind" und weiter: "Effort of attention is thus the essential phenomenon of will" (James, 1905, S. 450).

Bei diesen als anstrengend *erlebten* Willensvorgänge geht es also um die willkürliche Kontrolle der Aufmerksamkeit und damit der Bewußtseinsinhalte. Bei den volitionalen Handlungen, die Lindworsky (1923) untersuchte, ging es darum, unlustvolle Tätigkeiten auszuführen, d.h. innere Widerstände (Hemmungen) zu überwinden. Bei solchen Aufgaben (z.B. dem Herunterschlucken einer toten Fliege) treten vor der Handlungsausführung unlustvolle Gefühle und die Meiden-Motivation ins Bewußtsein, und es kommt zu Selbstkontrollvorgängen, die sich in Gedanken, wie z.B. Selbstermahnungen, Unterdrücken der Unlustgefühle, Ablenkung vom Unwert, Suchen neuer positiver Werte usw. äußern, und erst, wenn diese neuen Kognitionsinhalte "fruchten" und es gelingt, das "Unlustgefühl auszuschalten", ist der Weg frei zur Handlungsausführung. Die erlebte innere Anstrengung bezieht sich nach Lindworsky (1923, S. 120) bei den energischen Willenshandlungen weniger auf die

Ausführung der Willenshandlung als auf die Kontrolle ("Zurückdrängen") der unlustvollen Gefühle und Vorstellungen. Auch James (1890) schrieb dem Ausschalten oder Abschwächen der unerwünschten gefühlsgetönten Gedankeninhalte die wesentliche Wirkung bei einer Willenshandlung zu, die dann wie von selbst ausgeführt wird, wenn es gelingt, die erwünschte Vorstellung konkurrenzlos über einen gewissen Zeitraum im Bewußtsein zu halten (James, 1890, S. 527).

In der klinischen Psychologie lassen sich bei den etablierten kognitiven Selbstkontrolltechniken ähnliche gemeinsame Merkmale wie bei Willenshandlungen feststellen. Davison und Neale (1988, S. 655) nennen als gemeinsame Merkmale aller Selbstkontrolltechniken: 1. Ort der Verhaltenskontrolle ist in der Person (im Gegensatz zur situativen reizseitigen Kontrolle), 2. diese Kontrollvorgänge sind an Bewußtheit gebunden und 3. diese Kontrollvorgänge werden als anstrengend erlebt. Die Gemeinsamkeiten mit den vier Achsen Momenten der energischen Willensstättigkeit liegen auf der Hand.

Dieses phänomenale Merkmal - erlebte Anstrengung („effort“) - wird in der Kognitionspsychologie geraume Zeit als Kennzeichen willentlich kontrollierter Steuerungsvorgänge angesehen (Kahneman, 1973). In den letzten Jahrzehnten wurden eine ganze Reihe experimenteller Belege für die Unterscheidung bewußter und unbewußter Steuerungslagen gesammelt - dies betrifft die Steuerung der Aufmerksamkeit ("willkürlich" vs. "unwillkürlich"; Prinz, 1990) wie die Handlungssteuerung ("willed" vs. "automatic"; Norman & Shallice, 1986). Wozu sind zwei unterschiedliche Steuerungslagen nötig? Die automatische oder unwillkürliche Steuerungslage muß z.B. dann aufgegeben werden, wenn neue komplizierte Tätigkeiten auszuführen sind oder wenn bei bekannten Tätigkeiten Probleme entstehen. Andere Gründe sind verführende Ablenkungen, auftretende Gefahren oder die Überwindung habitueller Reaktionsweisen (Norman & Shallice, 1986). Die an Bewußtheit gebundene willkürliche Steuerung ist flexibler - allerdings auch wegen der bekannten Bewußtseinskapazität begrenzt. In den kognitionspsychologischen Experimenten treten allerdings keine Konflikte zwischen willentlichem Handeln und affektiven oder motivierten Handlungstendenzen auf. Die Motivation, richtige Lösungen der gestellten Aufgaben zu finden, wird vorausgesetzt und durch die Instruktion und das Material konstant zu halten versucht. Die an Bewußtheit gebundene willentliche Steuerung wird durch die Aufgabenschwierigkeit erzwungen oder durch die Konkurrenz von habituellen Reaktionstendenzen - nicht durch die Konkurrenz mit affektiven oder motivierten Handlungstendenzen. Die während der Aufgabenbearbeitung auftretenden Gefühle oder Gefühlsverläufe werden kaum beachtet. So wird denn auch in der Kognitionspsychologie - Ähnliches gilt übrigens auch für die Attributionsforschung (Weiner, 1986) - *nicht* zwischen Anstrengung, die infolge der Schwierigkeit einer Aufgabe entsteht, und Anstrengung, die durch Kontrolle (Beherrschung) einer störenden aktuellen Emotions- oder Motivationslage entsteht, unterschieden.

3.1. Äußere und innere Widerstände

Bei näherer Betrachtung der oben aufgeführten Gründe, die den Wechsel in eine bewußte willentliche Steuerungslage bewirken, wird aus motivationspsychologischem Blickwinkel eine Differenzierung hinsichtlich der Herkunft der Widerstände wichtig. Widerstände, die zielgerichtetes Handeln gänzlich unterdrücken oder unterbrechen, können entweder in einem Motivationsdefizit (bei vorhandener Fähigkeit) oder in einem Fähigkeitsdefizit (bei vorhandener Motivation) begründet sein. Bei Widerständen äußerer Art (Hindernissen) geht es darum, daß auf dem Weg zu einem angestrebten Ziel ein Problem zu lösen ist ("troubleshooting"). Hierbei handelt es sich zunächst um notwendige Bewußtheit im Rahmen von Problemlösevorgängen, bei denen die Motivation als konstant gegeben vorausgesetzt wird. Es handelt sich dabei um ein Problem, das die Fähigkeiten, nicht aber die Motivation betrifft. Anders bei den Widerständen innerer Art (Hemmungen). Hier ist die angeregte Motivation selbst das Problem, da sie das notwendige zielgerichtete Handeln nicht unterstützt oder ihm sogar entgegengerichtet ist - z.B. wenn Furcht angeregt ist. Besonders deutlich wird das motivationale Defizit bei Handlungen, die keinen Spaß machen oder die einem zuwider sind - bei durchaus vorhandenen Fähigkeiten (wie z.B. Müll wegbringen, Glühbirne auswechseln oder Hausaufgaben machen).

Unter emotionalem Blickwinkel geht es bei inneren Widerständen um die Unterdrückung einer lustvollen oder um die Ausführung einer unlustvollen Tätigkeit - Lindworsky (1923) bezeichnete deshalb Willensaktivitäten als Entscheidungen zur Unlust. Typische Willensvorgänge, die von unlustvollem Anstrengungserleben begleitet sind, treten erst bei inneren Widerständen auf. Bei äußeren Widerständen ist zunächst einmal "nur" Bewußtheit bei der Problemlösung und Verhaltensplanung nötig - vorausgesetzt die Motivation, ein bestimmtes Ziel zu erreichen, ist vorhanden. Hier kann es sich auch um mental oder körperlich anstrengende Tätigkeiten handeln, aber wenn die Motivation stimmt, tritt die Anstrengung in der Regel während der Ausführung nicht ins Bewußtsein.

Es empfiehlt sich also, zwischen Fällen zu unterscheiden, in denen die Motivation zum Handeln fehlt, obwohl die Fähigkeit vorhanden ist, und solchen, bei denen die Motivation vorhanden ist, aber die Fähigkeit fehlt. Widerstände äußerer Art stellen primär ein Fähigkeitsproblem dar, Widerstände innerer Art eher ein Motivationsproblem.

3.2. Motivationale und volitionale Steuerungslagen

Thomas von Aquin (1224 - 1274) schrieb in der „Summa theologica“:

„Der Mensch leidet unter dem Gegensatz zwischen dem Begehren der Vernunft, in dem sich der Wille manifestiert, und dem der Sinne, die den menschlichen Leidenschaften unterworfen seien.“

Hierin ist der mögliche und alltägliche Kampf zwischen zwei Systemen („Zwei Seelen wohnen ach in meiner Brust ...“) als eine Quelle des Leidens bezeichnet, wobei

das eine die Summe stammesgeschichtlicher und individualgeschichtlicher Erfahrung darstellt (Leidenschaften) und das andere das erworbene Wissen (Begehren der Vernunft). Die Handlungssteuerung durch das erste entspricht in etwa der motivationalen Steuerungsstufe, die der zweiten der volitionalen. Neben der notwendigen Bewußtheit des Zieles sind willentlich initiierte und gesteuerte Handlungen durch Anstrengungserleben gekennzeichnet, daß durch die Emotions- und Motivationskontrolle zudem eine unlustvolle Tönung erhält. Dagegen kommen motivational initiierte und gesteuerte Handlungen auch ohne bewußtseinspflichtige Selbstkontrollvorgänge aus (McClelland, 1985; Klinger, 1987), und die vielleicht de facto hohe Anstrengung findet dann kaum bewußte Beachtung, wenn Handlung und Handlungsziel gleichthematisch sind oder die Handlung selbst als das Ziel angesehen werden kann. Bei solchen "autotelischen Aktivitäten", die hoch komplex sein und jenseits von Automatismen liegen können (wie z.B. beim Bergsteigen, Schachspielen, Computerspielen, Musizieren usw.), kommt es dann zum "Flußerleben" (Csikszentmihalyi, 1975), das durch folgende phänomenale Merkmale gekennzeichnet ist:

- man ist frei von Reflexionen über sich selbst,
- man fühlt sich eins mit der Tätigkeit,
- die Zeit verstreicht subjektiv schneller und es kann zum gänzlichen Verlust des Zeitempfindens kommen,
- die Wahrnehmung ist auf die handlungsrelevanten Situationsreize eingegrenzt, irrelevante Aspekte werden ausgeblendet,
- die Konzentration wird nicht als willkürlich gesteuert erlebt, sondern kommt "wie von selbst",
- das Handeln ist fließend und glatt (vgl. auch Rheinberg, 1995).

In einem Interview beschrieb Tennisas Boris Becker diesen Zustand folgendermaßen:

"Ich lag einen Satz und 0:2 im zweiten zurück. ... In dem Moment passierte es wieder: Ich geriet langsam in *the zone*. *In the zone*, das ist wie Trance, weit weg von allem Wahrnehmbaren. Du hörst plötzlich nicht einmal den Beifall mehr, du siehst alles wie unter einem Vergrößerungsglas, du siehst den Tennisball so groß wie einen Fußball, du triffst bei jedem Schlag genau die Linie, tong, tong, tong, dir gelingt einfach alles (Stern, 1990, 43, S. 30)."

In dieser Beschreibung eines selbstbeobachteten motivationalen Idealzustandes wird ebenfalls die zweifache Wirkung der unwillkürlichen Aufmerksamkeitslenkung deutlich: der "Lupen-Effekt" für handlungsrelevante und der "Ausblendungs-Effekt" für handlungsirrelevante Umweltreize.

Wenn man motivationale und volitionale Lagen der Handlungssteuerung miteinander vergleicht (Tab. 1), ergeben sich deutliche Unterschiede zwischen ihnen (Sokolow-

ski, 1993). In der motivationalen Steuerungslage ist die Aufmerksamkeit unwillkürlich gesteuert und kaum ablenkbar. Handlungsenergetisierung und -ausrichtung erfolgen unwillkürlich. Die auftretenden begleitenden Emotionen sind eher lustvoll getönt, förderlich und handlungszentriert - gleiches gilt für die unwillkürlich ins Bewußtsein tretenden Gedanken. Die erlebte Anstrengung ist niedrig - trotz möglicherweise objektiv und retrospektiv hoher physischer oder mentaler Belastung. Bei äußeren Widerständen (Hindernissen) kommt es zur unwillkürlichen Anstrengungssteigerung. Die Zeit verstreicht subjektiv während der Tätigkeit schnell.

Tab. 1: Unterschiede zwischen motivationalen und volitionalen Steuerungslagen (nach Sokolowski, 1993)

	Motivationale Steuerungslage	Volitionale Steuerungslage
<i>Strukturelle Komp.</i>		
Ziel-, Gelegenheits- und Tätigkeitsbestimmung	nicht notwendig	notwendig
<i>Dynamische Komp.:</i>		
Aufmerksamkeit	unwillkürlich, kaum ablenkbar	kontrolliert, ablenkbar
Energetisierung	unwillkürlich	kontrolliert
<i>Gefühle</i>	förderlich, unkontrolliert, handlungszentriert	störend, kontrolliert, ergebniszentriert
<i>Gedanken</i>	unkontrolliert tätigkeitsbezogen	kontrolliert, lagebezogen
<i>bei Hindernissen</i>	unwillkürliche Anstrengungs- steigerung	zusätzliche Kontroll- vorgänge
<i>erlebte Anstrengung</i>	niedrig	hoch
<i>Zeiterleben</i>	schnell	langsam

In der volitionalen Steuerungslage muß die Aufmerksamkeit willkürlich auf die handlungsrelevanten Situationsaspekte gerichtet werden; die Aufmerksamkeit ist dann leicht ablenkbar. Handlungsenergetisierung und -ausrichtung erfolgen willkürlich (kontrolliert). Die auftretenden begleitenden Emotionen sind eher unlustvoll,

störend und ergebniszentriert und müssen willkürlich kontrolliert werden. Die Kognitionsinhalte thematisieren immer wieder die unterdrückte Motivations- oder Emotionslage (inneren Widerstände) und müssen demzufolge kontrolliert werden. Die erlebte Anstrengung ist hoch - trotz möglicherweise objektiv und retrospektiv niedriger physischer oder mentaler Belastung. Bei äußeren Widerständen (Hindernissen) müssen zusätzliche Kontrollvorgänge den Abbruch der Tätigkeit verhindern. Die Zeit verstreicht subjektiv während volitional gesteuerter Tätigkeiten langsam.

Die Möglichkeit zur willentlichen Handlungssteuerung entwickelt sich in der Kindheit. Diejenigen, die mit Kindererziehung zu tun haben oder hatten, wissen, wie langwierig es ist und wieviel Geduld es erfordert, Kindern die kurz- oder langfristigen Konsequenzen ihres Tuns immer wieder vor Augen zu führen. Dabei geben sie häufig auf die Frage nach den möglichen Konsequenzen ihres Handelns, die schon oft gehörten richtigen Antworten - sie haben also ein Wissen darum. Dieses durchaus vorhandene Wissen bleibt aber „kalt“, d.h. das Handeln folgt der momentanen Motivation oder Stimmung - „es macht keinen Spaß“ oder „es ist so anstrengend“ werden als Gründe häufig genannt. Die Früchte der eher einseitigen Kommunikation über „vernünftiges“ Handeln zwischen Eltern und Kindern kommen erst sehr langsam zum tragen.

Tolkien beschrieb den Konflikt zwischen Motivation und Wille in seinem Buch „Der Herr der Ringe“. Gandalf der weise Zauberer hat Frodo gerade erklärt, daß der Zauberring, den er besitzt und mit dem man sich unsichtbar machen kann, auch böse Kräfte besitzt, und daß er unheilvolle Wirkung für seinen Träger bringe. Dieser Ring dürfe auf gar keinen Fall in die Hände der dunklen Macht geraten und müsse demzufolge am besten zerstört werden, und so gerät Frodo in einen großen Konflikt:

„Frodo zog den Ring wieder aus der Tasche und betrachtete ihn. Er schien jetzt ganz eben und glatt zu sein, und Frodo konnte kein Zeichen oder Muster erkennen. Das Gold sah sehr klar und rein aus, und Frodo dachte bei sich, wie satt und schön seine Farbe und wie vollkommen er gearbeitet war. Es war ein herrliches und überaus kostbares Stück. Als er ihn herausnahm, hatte er vorgehabt, ihn an die heißeste Stelle des Feuers zu werfen. Doch jetzt stellte er fest, daß er es nicht vermochte, nicht ohne großen Kampf. Zögernd wog er den Ring in der Hand und zwang sich, an alles zu denken, was Gandalf ihm gesagt hatte; und dann machte er mit einer Willensanstrengung eine Bewegung, als wollte er ihn wegschleudern - aber dann merkte er, daß er ihn wieder in die Tasche gesteckt hatte.“ (J.R.R. Tolkien, *Der Herr der Ringe*, S. 83)

Die willentliche Handlungssteuerung mißlingt hier also, und die motivationale Handlungssteuerung setzt sich ohne Bewußtheit - ja sogar gegen die Inhalte der bewußten Repräsentationen - durch.

3.3. Funktion des Willens

Die Funktion der Volitionsvorgänge ist in imperativen Modellen darin zu sehen, eine aktuell angeregte Motivationslage zugunsten weiterreichender Ziele zu kompensieren und durch eine angemessene zu ersetzen (vgl. Sokolowski, 1995). Dies ist mit erlebter Anstrengung verbunden, bereitet eher Unlust und es erfordert Bewußtheit. Kuhl (1987) führt sechs „aktive“ volitionale Strategien auf, das Handeln auf Zielkurs zu halten. Dazu gehören selektive Aufmerksamkeit, Enkodierkontrolle, Motivationskontrolle, Emotionskontrolle, Umweltkontrolle und sparsame Informationsverarbeitung. Alle diese willentlichen Kontrolltechniken sind bewußt nicht gleichzeitig zu kontrollieren. Wenn dies gelänge, würde eine volitional herbeigeführte von einer motivationalen Steuerungslage, bei der dies alles "von allein" geschieht, praktisch nicht mehr unterscheidbar sein.

Volitionale Handlungen sind auf zukünftige Situationen bezogen und nehmen aus der Zukunft bildlich gesprochen ihre „Kraft“ oder einen „Kredit“. Die Möglichkeit zur Simulation künftiger Antriebs- oder Motivationslagen ist nach Bischof (1989) ein Privileg des Menschen. Dieses Vermögen stellt die höchste Stufe der phylogenetischen Entwicklung der Emotionen dar. Auf der untersten Stufe stellen „Emotionen“ Begleitphänomene des Appetenzverhaltens dar, aus denen sich auf der zweiten Stufe die Semantisierung des Emotionsausdrucks d.h. eine paralinguistische Kommunikation entwickelte - für sozial lebende Tiere eine Notwendigkeit für das Antriebsmanagement in der Gruppe. Auf der dritten Stufe der Emotionsentwicklung kommt es bei Menschenaffen zur Möglichkeit, Probehandlungen von der Realitätsebene in einen internen Umweltsimulator zu verlegen - wozu die Blockierung der Appetenzmotorik gehört. Auf der vierten Stufe entwickelte sich neben dem internen Umweltsimulator die Simulationsmöglichkeit anderer als der gegenwärtig angeregten Antriebslage - ein interner Antriebslagensimulator zukünftiger und vergangener Emotions- und Motivationslagen. Hierin ist der Grundstein für Willensvorgänge zu sehen. Bei Kindern ist dieses Vermögen etwa ab dem fünften Lebensalter beobachtbar, wie Mischel und Mischel (1983) dies an der Möglichkeit zum Belohnungsaufschub nachweisen konnten.

Die willentliche Handlungssteuerung stellt eine notwendige Voraussetzung dafür dar, angestrebte Ziele langfristig zu verfolgen, zu deren Erreichung die gegenwärtige Situation nicht geeignet ist und eventuell nicht nur einmaliges Handeln (bei passender Gelegenheit), sondern sogar mehrere zeitlich versetzt aufeinander aufbauende Handlungsschritte in unterschiedlichen Situationen notwendig sind. Da es eher unwahrscheinlich ist, bei jeder zukünftig auftretenden Gelegenheit zur Zielannäherung in einer für das anstehende Handeln optimalen Motivationslage zu sein (Leontjew, 1987, S. 109), ist es erforderlich, die Möglichkeit zu besitzen, auch gegen die aktuelle Antriebs-(Motivations-)lage zu handeln. Dies ist die zentrale Aufgabe von Willensprozessen. So sind Menschen dazu in der Lage, *intraindividuelle* Schwankungen der aktuellen Motivations- oder Emotionslagen zum Zwecke langfristiger Ziele in

gewissem Umfang zu kompensieren. So kann gegen aktuelle Furcht, Ärger, Unlust oder Traurigkeit zumindest kurzzeitig gehandelt werden. Zudem dürfte es auch *interindividuelle* Unterschiede in der Möglichkeit geben, gegen aktuelle Motivationslagen zu handeln (Kuhl, 1995; Kuhl und Fuhrmann, in Vorb.). Triebverzicht und Triebaufschub sind nach Freud die wesentlichen Voraussetzungen zur Entstehung von zivilisierten Gesellschaften. Daß dies nicht in jedem Fall gelingt, steht außer Frage. Es hängt von der Stärke und Richtung der aktuellen Motivationslage sowie der Fähigkeit zur volitionalen Kontrolle ab.

3.4. Wille und Bewußtheit - Gedanken und Gefühle

Wenn man von der Annahme ausgeht, daß Willensvorgänge eng an Bewußtheit gebunden sind, ist es nötig, sich zunächst der Funktion bewußter Repräsentationen zuzuwenden, um daraus wiederum abzuleiten, wie mit deren Hilfe willentliche Vorgänge vonstatten gehen könnten. Menschliches Handeln wird von sehr unterschiedlichen Arten bewußter Repräsentationen begleitet: Sie können wahrnehmbare Aspekte der aktuellen Situation, aber auch erlebte vergangene oder mögliche zukünftige Situationen beinhalten; sie können das eigene körperliche oder psychische Befinden, aber auch ausgewählte Aspekte der Umwelt thematisieren; sie können handlungsförderlich sein, aber auch das Handeln behindern oder stören; sie können eher passiv den Handlungsfluß begleitend kommentieren, aber auch aktiv und direktiv in ihn eingreifen; sie können unwillkürlich ins Bewußtsein treten, aber auch willkürlich herbeigeführt sein; sie können leicht zu ändern sein, oder nur mit großer Anstrengung.

Schon aus diesen wenigen beispielhaften Gegenüberstellungen möglicher Bewußtseinsinhalte und -wirkungen wird deutlich, wie vielfältig ihre Erscheinungsform und ihr Wirkungsspektrum sind. Gerade diese Vielfalt macht es so schwierig, eine erschöpfende Systematik, geschweige denn eine umfassende Funktionsbestimmung zu leisten (vgl. Graumann, 1966; Pongratz, 1984). Die oben aufgeführten möglichen Inhalte unseres Bewußtseins betreffen Gedankeninhalte (Kognitionen). In unserem Bewußtsein sind jedoch nicht nur Kognitionen - also das, was Wundt einmal als objektive Elemente und in ihrer Zusammensetzung als Vorstellungen bezeichnet hat. Sondern es gibt auch Bewußtseinsinhalte, die Wundt als subjektiv bezeichnete: die Gefühle. Hierfür gibt es keinen definierbaren objektivierbaren „äußeren“ Reiz; und die für das erlebte Gefühl oder Fühlen verantwortlichen Prozesse und inneren Reize sind nicht zuverlässig meßbar und kontrollierbar. Das macht die wissenschaftliche Untersuchung dieser Inhalte unseres Bewußtseins so schwierig. In den modernen Theorien und Spekulationen über menschliches Bewußtsein wird diese „sprachlose“ Seite seiner Inhalte eher vernachlässigt oder negiert. Das mag seinen Grund in den vornehmlich von Kognitionspsychologen unternommenen Erklärungsversuchen des Bewußtseins liegen. Unser Erleben - auch das von Kognitionspsychologen - wird jedoch ständig von Gefühlen begleitet. Sie müssen allerdings erst in Worte gefaßt

werden - im Gegensatz zu Gedanken, die schon als Worte gefaßt ins Bewußtsein treten.

Ich möchte der schon extrem schwierigen Frage zur Funktion des Bewußtseins: „Warum haben wir Gedanken?“ eine ebenso schwierige, aber seltener gestellte, hinzufügen: „Warum haben wir Gefühle?“³ - in der Hoffnung, daß beide Fragen zusammengestellt einfacher zu beantworten sind. Wir wissen, daß die meisten zu den bewußten Inhalten führenden Prozesse - seien es kognitive oder affektive Verarbeitungen - nicht bewußt zugänglich sind. Viele der (Zwischen-) Ergebnisse erreichen ebenfalls keine bewußte Repräsentation. Die bewußt erlebten Gefühle wie die Gedanken können immer nur einen winzigen Ausschnitt oder möglicherweise nur einen Kompromiß der komplexen psychischen Gesamtheit abbilden.

Es gibt auf den ersten Blick einige Unterschiede zwischen Gedanken und Gefühlen: die *Komplexität*, die *Zeitdauer ihrer bewußten Repräsentation* und die *Beeinflußbarkeit* betreffend. Im Gegensatz zu Gedanken scheinen die erlebbaren Emotionsniederschläge, die Gefühle, weniger komplex zu sein. Der phänomenale Raum von Gefühlen setzt sich laut Wundt (1905, 190ff) aus drei Emotionsdimensionen zusammen: Lust/Unlust, Erregung/Beruhigung und Spannung/Lösung. Ihre Veränderungen geben Auskunft über den Verlauf und Erfolg unseres Handelns. Spannungsgefühle signalisieren, daß etwas noch nicht erledigt ist, ohne daß man sagen könnte was (z.B. die über Spannungsgefühle vermittelte Gewißheit an der Kasse des Supermarktes, daß beim Einkaufen irgendetwas vergessen wurde), Lösungsgefühle signalisieren, daß nach langem Probehandeln die richtige - *nomen est omen* - „Lösung“ eines Problems gefunden wurde oder ein Tätigkeitsvollzug beendet werden kann. Lust- und Unlustgefühle signalisieren die Richtung des Handelns. Erregungsgefühle signalisieren den Grad der Handlungsbereitschaft.

Zudem hat der Wechsel der Gedanken einen anderen Takt als der Wechsel der Gefühle - Schätzungen für die Dauer von bewußten Vorstellungen liegen bei maximal 2-3 sek (Pöppel, 1989). Gefühle dauern in der Regel länger und können damit unterschiedliche Gedanken überbrücken - sie können sogar als Leim, der die Gedanken verbindet, angesehen werden. Gedanken und Gefühle interagieren sicherlich miteinander, aber sie können auch dissoziieren.

³ Mit Gefühl bezeichne ich den im Bewußtsein erlebbaren Niederschlag einer Emotion (vgl. Wundt, 1905), die subjektive Emotionskomponente, die von den vier weiteren Emotionskomponenten (kognitive, physiologische, expressive und behaviorale; vgl. Sokolowski, 1993) abgegrenzt werden kann.

Gedanken sind willentlich leichter zu beeinflussen als Gefühle⁴. Gedanken sind zumindest dann, wenn Emotionen nur schwach angeregt sind, geradezu beliebig zu dirigieren. Der Spielraum der Gedankenkontrolle wird jedoch immer kleiner, je intensiver eine Emotion oder Motivation angeregt sind. Es gibt dann zwar noch Gedanken, jedoch entstehen sie eher unwillkürlich und sind den angeregten Emotionen kongruent. Der Zustand der eingeschränkten Gedankenkontrolle ist jedoch meist nur retrospektiv zu erkennen - nachdem die Emotionen abgeklungen sind⁵. Im Bereich von schwach bis mittelstark angeregten Emotionen besteht die Möglichkeit der Beeinflussung der Emotionen und damit der erlebten Gefühle. Hierin ist auch das Wirkungsspektrum der Selbstkontrolltechniken zu sehen. Die meisten der in Laborsituationen verwandten Emotionsinduktionstechniken basieren darauf: entweder über *selbstgenerierte Gedanken* (Vorstellungen vergangener oder zukünftiger entsprechender Situationen) oder *vorgegebene Gedanken* (Velten-Technik oder Darbietung von Geschichten, Filmen und dgl.). Hier verändern sich durch selbst- oder von außen beeinflusste Gedankeninhalte die Gefühle der Personen. Dies betrifft nachweislich nicht nur die erlebte Seite der Emotionen, sondern auch physiologische Reaktionen, Mimik und Stimme, Verhalten und die von nun an entstehenden Gedanken (z.B. Attributionen). Allerdings korrelieren die Emotionskomponenten nur mäßig miteinander.

Die zu Gedanken vergleichsweise geringe Komplexität des Gefühlserlebens muß nicht als beklagenswerte Schwäche der menschlichen Psyche angesehen werden. Zu erkennen daß überhaupt eine Emotion angeregt ist, welche es ist, warum sie angeregt ist und worin dies sich äußert ist fehleranfällig (Reykowsky, 1973). Die daran beteiligte geringe Eindeutigkeit und schlechte Differenzierbarkeit des Gefühlserlebens stellt jedoch die notwendige Voraussetzung für Erregungstransfer bei der empfundenen Emotionsintensität (Zillmann, 1983), Spannungstransfer bei Ersatzhandlungen (Lewin, 1932) oder Lust/Unlust-Transfer (z.B. bei priming- oder setting-Effekten) dar. Die Annahme der Zwei-Komponenten-Theorie von Schachter und Singer (1962), daß die zum Entstehen einer Emotion notwendige Erregung *unspezifisch* sei, besitzt aus einer phänomenzentrierten Perspektive eine hohe Plausibilität, jedoch hat - zumindest im täglichen Leben - der Anstieg erlebter und tatsächlicher Erregung natürlich eine *spezifische* Ursache, die allerdings bewußt nicht repräsentiert sein muß (LeDoux, 1989). So kann die schwache Differenziertheit des Gefühlserlebens als notwendige Voraussetzung für die gedankliche Emotionskontrolle via selbstwertstützender Fehlinterpretation oder Fehlattribution und damit als Grundlage für Willens-tätigkeiten angesehen werden. Die Simulation einer anderen Antriebslage würde ungleich schwerer fallen oder gar unmöglich sein, wenn das Gefühlserleben distinkt

⁴ Es geht hier nicht um den Ausdruck von Gefühlen, der ja bekanntlich relativ gut kontrollierbar ist und nach gesellschaftsspezifischen Darstellungsregeln erfolgt. Der Ausdruck dient nicht zuletzt dazu, andere Personen über die eigenen Gefühle zu täuschen.

⁵ Starke angeregte Affekte werden als ein möglicher Grund verminderter Schuldfähigkeit für in solchen Zuständen begangenen Straftaten anerkannt.

wäre und immer eindeutig oder direkt auf die situativen Auslöser oder die angeregten Erfahrungen, Bedürfnisse oder Motive weisen würde. Das richtige Erkennen der Ursache(n) und das richtige Benennen einer Emotion ist ein fehleranfälliger von sozialen Erfordernissen „verzerrter“ Vorgang, der schon als erster Schritt von Emotionskontrolle angesehen werden kann. Bekanntlich sind die Schwierigkeit bei der Beantwortung der Frage „Wie fühlen Sie sich?“ sehr groß, wenn man die Frage ernst nimmt.

Das Bewußtsein kann einer Metapher von Schmalz und Heckhausen (1990) folgend als Wechselstube unterschiedlicher Währungen verstanden werden. Die beiden Währungen möchte ich in Anlehnung an Epstein und Mitarbeiter als Wissen (generiert vom „rational system“) und Erfahrung (generiert vom „experiential system“) bezeichnen (Epstein, Lipson, Holstein & Huh, 1992). Das Bewußtsein ist der Ort, in dem Ergebnisse aus beiden Systemen in Form von Gedanken und Gefühlen abgebildet werden, und die so in eine regulierende, organisierende und kontrollierende Interaktion treten können. Die beiden Systeme unterscheiden sich hinsichtlich einer ganzen Reihe von Merkmalen (Epstein et al., 1992). Das *rationale System* steuert Verhalten mittels bewußter Einschätzungen, die analytisch Ursachen und Wirkungen verknüpfen; die Informationsverarbeitung ist langsam und basiert auf Willkür und Bewußtheit; die Inhalte sind mittels der Sprache gut kommunizierbar und in der Logik begründet. Das *Erfahrungssystem* generiert Verhalten nach hedonistischen Gesichtspunkten aufgrund der Erfahrungen mit assoziierten ähnlichen Situationen; die Informationsverarbeitung ist schnell und geschieht unwillkürlich; die Inhalte sind selbst-evident, privat und nur schwer kommunizierbar⁶. Die erlebten Gefühle, als Niederschläge des Erfahrungssystems, besitzen eine individuumspezifische Semantik und dies führt - wenn man die Übersetzung in Sprache zum Zwecke der Kommunikation versucht - beim Gegenüber nicht selten zu Verständnisproblemen. Es ist anzunehmen, daß deren oder dessen Erfahrungen andere sind, wie Wundt dies schon bemerkte und deshalb Gefühle als subjektive Bewußtseinsinhalte bezeichnete.

Das rationale Wissenssystem meldet sich im Bewußtsein mit Gedanken unterschiedlichster Provenienz (u.a. auch als Vornahmen); das Erfahrungssystem meldet sich im Bewußtsein mit Gefühlen (siehe Abb. 1). Wenn das aktualisierte Wissen (Gedanken) und die niedergeschlagene Erfahrung (Gefühle) kongruent sind, kommt es zur motivationalen Handlungssteuerung (s.o.), und die auftretenden Gedanken sind problemzentriert. Wenn Wissen und Erfahrung in Konflikt stehen - dies kann bei Gelegenheiten zur Umsetzung einer Vornahmehandlung der Fall sein (s.o.) - kommt es zu Gedanken, die die Aufgabe haben, die aktuelle Gefühlslage so zu kontrollieren, daß die zur Ausführung der willentlichen Handlung notwendige Motivationslage simuliert wird - vorausgesetzt, das Handlungsziel wird weiterhin als wichtig erachtet. Es kommt zur aktiven Emotions- oder Motivationskontrolle (Kuhl, 1987; s.o.). Das Er-

⁶ Die Unterscheidung dieser zwei Systeme von Epstein et al. (1992) hat große Gemeinsamkeiten mit der Unterscheidung von „inferences“ und „preferences“ bei Zajonc (1908).

folgskriterium der Gedankenkontrolle ist dabei das erlebte Gefühl. Wenn die Kontrolle gelingt, und das Gefühlserleben verändert wird, kann es zur Handlungsausführung kommen. Wenn allerdings die aktuell angeregte Motivation oder Emotion zu stark und/oder die willkürliche Kontrolle der Gedankeninhalte zu schwach ist, gelingt die Gefühlsveränderung nicht, und damit scheitert die Ausführung der wissensgeleiteten Handlung. Im englischen Sprachraum wird diese Kontrolltätigkeit unter dem Stichwort „mental control“ (Wegner & Pennebaker, 1993) erforscht. In den dort beschriebenen inneren Dialogen reflektieren die Gedanken zum einen die aktuelle Motivationslage und zum anderen den Versuch, diese zu ändern. Die erlebten Gefühle können diesen Dialog auch, allerdings etwas zähflüssiger, ebenfalls repräsentieren: Gefühle können danach „read outs“ der aktuellen Motivation oder Emotion sein, aber auch das Ergebnis einer gedanklichen Simulation.

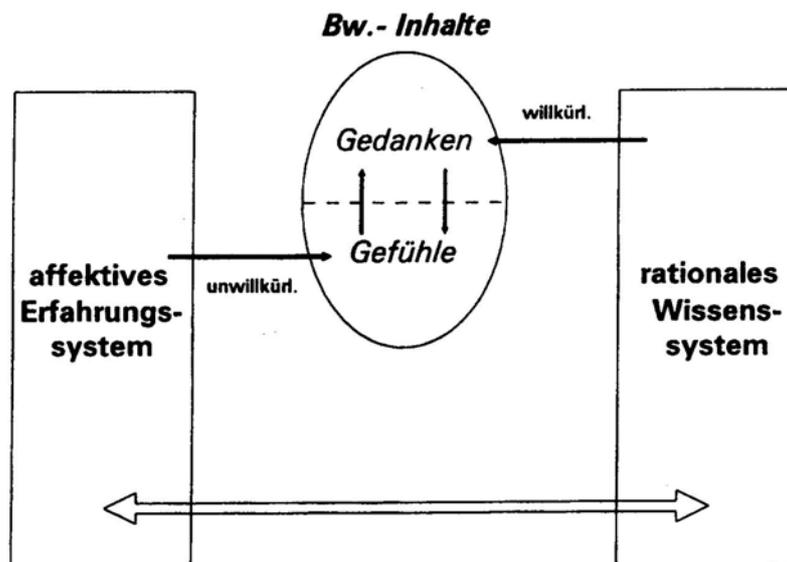


Abb. 1: Ein einfaches graphisches Modell der Beziehungen zwischen dem rationalen Wissenssystem und dem affektiven Erfahrungssystem und ihren Niederschlägen als Gedanken und Gefühle im Bewußtsein

Obwohl es gelegentlich so erscheinen mag, ist eine perfekte von der jeweiligen Zielsetzung gesteuerte Kontrolle der Bewußtseinsinhalte nicht wünschenswert - wie z.B. vollständiges Abschirmen aller aufgabenirrelevanten Reize während des Korrekturlesens eines Textes. Das unwillkürliche Eintreten von Inhalten ins Bewußtsein - egal ob von außen (Wahrnehmungen) oder von innen (Erinnerungen) stammend - muß jederzeit möglich sein, um gegebenenfalls vitale Interessen verfolgen zu können. Unwillkürliche Aufmerksamkeitslenkung setzt dann ein, wenn biologisch oder indi-

vidualgeschichtlich bedeutsame Reize auftreten oder sich die situative Umgebung ändert (Signifikanz und Impertinenz nach Prinz, 1990). Die Enge des Bewußtseins ist so notwendige Voraussetzung zur Möglichkeit des willentlichen Ausblendens von äußeren oder inneren Reizen, die jedoch unbewußt weiterhin wirksam sind. So kann zumindest für einen gewissen Zeitraum, unter Einsatz von Anstrengung und Toleranz von Unlustgefühlen, mittels des Wissens und der Einsicht gegen die eigene oder stammesgeschichtliche Erfahrung gehandelt werden.

Man kann also dasselbe tun (oder dieselben Gedanken wiederholen), dabei aber sehr unterschiedliche Gefühle haben. Hier wirft sich die Frage nach dem Erklärungs- und Vorhersagegegenstand erfahrungswissenschaftlicher Forschung auf. Wenn das Kriterium ausschließlich beobachtbares Verhalten (wozu auch mentale Leistungen gezählt werden) ist, braucht man das Gefühl nicht. Wenn zum Gegenstandsfeld der psychologischen Forschung auch das subjektive Erleben d.h. das Gefühl gezählt wird, und in den neueren Lehrbüchern ist das wieder der Fall, dann macht es einen wichtigen Unterschied. Er hilft meines Erachtens, den Willen und willentliches Handeln gegen andere mentale Phänomene und Steuerungslagen besser abzugrenzen.

Ich habe mich bisher bei einer Funktionsbestimmung des Bewußtseins auf seine Rolle bei der willentlichen Handlungssteuerung beschränkt - unter Berücksichtigung von Gedanken *und* Gefühlen. Eine weitere wichtige Funktion ist die an Sprache gebundene Möglichkeit zur zeit- und raumtranszendierenden Kommunikation. Die Transzendenz des Hier und Jetzt spielt für beide Funktionen - Kommunikation und Selbstkontrolle - eine wichtige Rolle. Dies weist auf die vielleicht wichtigste Funktion des Bewußtseins hin: die Simulation des Nicht-Vorhandenen. Es gibt zahlreiche Belege, daß Bewußtheit für die unmittelbare Handlungssteuerung nicht notwendig und unter Umständen sogar eher störend ist. Ich versuchte auch, deutlich zu machen, daß die Simulationsmöglichkeit zukünftiger Antriebslagen davon abhängt, wie intensiv gerade eine Motivation oder Emotion angeregt ist. Abhängig davon gelingt die Kontrolle und Korrektur der aktuellen Antriebslage mehr oder weniger gut. Willentliches Handeln ist sozusagen keine feste „Einrichtung“ des psychischen Apparates, sondern eine dynamisch wechselnde, die von individual- und stammesgeschichtlich älteren Erfahrungssystemen abhängt.

Probleme der imperativen Konzeptionen gibt es viele. Ein zentrales betrifft nach wie vor die Messung aktueller Motivations- und Emotionslagen. (Wie) kann Gefühlserleben objektiv gemessen werden? Hierzu gehört notgedrungenerweise auch die Messung von personspezifischen Unterschieden. Auch dabei gibt es zwar kleine Fortschritte, aber noch viele große Probleme. Wenn man dem Willen sozusagen eine eigene Instanz zuspricht, sind psychische Vorgänge gelegentlich konfliktär. Wie ist das willentliche „Ich“ vom unwillkürlichen „Selbst“ zu unterscheiden? Andere Probleme betreffen den „Verkehr“ von Wissen und Erfahrung. Wie können Wissens-

sachverhalte in erfahrungsäquivalente umgemünzt werden - und umgekehrt (der untere Pfeil in Abb. 1)?

4. Perspektiven des Willens

Wie in meiner Ausführung dargelegt, lassen sich die unterschiedlichen Konzeptionen des Willens in zwei Gruppen ordnen. Die eine Gruppe zentriert sich um den willentlichen Entschluß. In diesen als sequentielle Konzeptionen bezeichneten Willenstheorien werden schwerpunktmäßig die Auswirkungen bewußter Zielsetzungen (Vornahmen, Intentionen) auf das Handeln untersucht, wobei die im konkreten Handlungsfall auftretenden Konflikte bisher eher vernachlässigt wurden. Die andere Gruppe von Willenstheorien, die ich als imperative Konzeptionen bezeichnet habe, konzentriert sich insbesondere auf die im Handlungsfall auftretenden Probleme und deren Lösung - es geht also um Willenshandlungen. Die Probleme können im Auftreten äußerer Widerstände bestehen, bei vorhandener Motivation; sie können jedoch auch in inneren Widerständen bestehen, und hier wird die aktuelle Motivation selbst zum Problem. Das Handeln gegen die eigene aktuelle Motivation, das beherrschte Handeln (Lewin, 1923), dürfte den Kernfall willentlichen Handelns darstellen.

Wie viele Philosophen hat sich auch Friedrich Nietzsche mit dem Willensproblem im letzten Jahrhundert schon auseinandergesetzt. Er schrieb zu Selbstbeherrschung und Mäßigung und ihr letztes Motiv in „Fröhliche Wissenschaft“, man solle:

1. Anlässen ausweichen,
2. Regel in den Trieb einpflanzen (Flut und Ebbe),
3. Übersättigung und Ekel einpflanzen,
4. Assoziation mit einem quälenden Gedanken stiften (wie der Schande, der bösen Folgen, des beleidigten Stolzes),
5. Dislokation der Kräfte betreiben (mittels anderer Reize und erschöpfender Tätigkeiten)
6. Schwächung und Erschöpfung des Triebes bewirken.

Es handelt sich um Ratschläge, die z.T. auch in den rezenten metavolitionalen Techniken zur willentlichen Handlungskontrolle aufgeführt werden (Kuhl, 1987). An einigen Stellen hat die psychologische Forschung aus unterschiedlichen Perspektiven und mit unterschiedlichen Methoden Fortschritte bei der Erforschung des Willens gemacht, und wir sind in der Lage, präzisere Antworten zu geben; an anderen Stellen ist dies noch nicht der Fall.

Ich hatte in meiner Einführung drei Fragen gestellt, und ich möchte sie versuchen kurz und prägnant zu beantworten. 1. Was sind in imperativen Modellen die phänomenalen Merkmale willentlichen Handelns? Willentliches Handeln setzt Bewußtheit von Zielen und der Gelegenheit und Handlungsweise voraus, es geht im subjektiven

Erleben mit Unlustgefühlen einher und es wird subjektiv als anstrengend erlebt (unabhängig von der tatsächlichen geistigen oder körperlichen Anstrengung). 2. Was ist die Funktion der Willenstätigkeiten? Das Ziel ist es, eine andere als die gegenwärtige Antriebslage zu simulieren. 3. Wie geschieht die willentliche Handlungskontrolle? Mittels der bewußten Kontrolle der Gedankeninhalte kann kurzfristig das ebenfalls im Bewußtsein repräsentierte Gefühl beeinflußt werden. So kann für einen gewissen Zeitraum eine andere als die gegenwärtige Emotions- oder Motivationslage simuliert werden, die die Ausführung der erwünschten Handlung begünstigt. Dies gelingt natürlich nicht immer, und es hängt im wesentlichen von der Intensität und Richtung der gerade angeregten Emotions- oder Motivationslage ab, sowie von der Fähigkeit zur volitionalen Kontrolle.

Explizierbare - an Sprache und Bewußtheit gebundene - Ziele sind für die Koordination in der Gruppe notwendig. Durch Vergleich der Ziele und die meist kompromißhafte Einigung auf ein gemeinsames Ziel mit entsprechenden Vornahmen ist es wahrscheinlich, daß bei den verschiedenen Beteiligten unterschiedliche Grade der Passung mit der individuellen Motivstruktur zustandekommt. Für einige dürfte die Umsetzung leichter sein als für andere.

Aber auch bei individuell gesetzten Zielen ist es in zweifacher Hinsicht wahrscheinlich, daß sie in Konflikt mit der aktuellen Motivation geraten: 1.) dann wenn Ziele aus besonderen Motivations- oder Emotionslagen heraus getroffen werden („sich wütend von der Freundin zu trennen“ oder „aus Enttäuschung oder Beschämung über eine schlechte Zensur sich vorzunehmen, jeden Tag zu üben“); 2.) auch aus ausgeglichenen Lagen heraus (mit „kühlem Kopf“) und mehrfach bestätigte Ziele können auf Gelegenheiten treffen, in denen die Motivation ungünstig ist (Verführungen zum Rauchen, Essen, Trinken oder Nichtsporttreiben - oder angeregter Furcht).

Durch explizite Ziele und willentliche Entschlüsse kann sich der Mensch aus seiner stammes- und individualgeschichtlichen Bestimmung befreien. Ob die angestrebten Ziele jedoch auch erreicht werden, hängt davon ab, wie gut die willentliche Handlungssteuerung, also das Handeln trotz ungünstiger oder entgegengerichteter Motivation gelingt.

In meinen Darlegungen habe ich versucht, in dem großen Feld der Allgemeinen Psychologie eher disparat behandelte Konzepte aufeinander zu beziehen, und so ein simples von den Bewußtseinsinhalten ausgehendes Modell der Willenstätigkeit entworfen. Es ging insbesondere darum, den Gefühlen ihren Status als Bewußtseinsinhalte zurückzugeben - was eigentlich selbstverständlich, jedoch (noch) nicht üblich ist. Die unwillkürlich entstehenden Gefühle können als Abdruck („read out“) der gerade angeregten Motivation angesehen werden. Handeln kann aus dem Gefühl erfolgen oder aus der Einsicht in die Folgen, d.h. aus Wissen. Gefühle und Gedanken können in Gleichklang stehen, sie können jedoch auch dissoziieren. Dann unter-

scheiden sich die Handlungen aufgrund von Einsicht von denen aufgrund des Gefühls. Die Handlungssteuerung kann also von unterschiedlichen Systemen übernommen werden - es gibt danach unterschiedliche Lagen der Handlungssteuerung. Ich nehme an, daß Gedanken und Gefühle Repräsentanten unterschiedlicher Systeme der Gesamtpsyché sind; Gedanken stellen Niederschläge des rationalen Wissenssystems dar, Gefühle sind Niederschläge des affektiven Erfahrungssystems. Zudem nehme ich an, daß Gedanken unterschiedliche Funktionen haben können - wobei eine zentrale Funktion in der Möglichkeit zur Simulation einer anderen als der aktuellen Antriebslage besteht.

Dies legt aus motivationspsychologischer Perspektive eine Unterscheidung zweier Typen von Widerständen zielgerichteten Handelns, die Bewußtheit erzwingen, nahe. Zum einen entsteht Bewußtheit zwingend, wenn sich „äußere“ Widerstände (Hindernisse) in dem motivierten Handlungsvollzug einstellen. Hier ist das Bewußtsein die Bühne für eher unwillkürliches Probehandeln und Phantasieren - bis zur bewußten willentlichen Entscheidung für den optimalen Handlungspfad. Es handelt sich um die dritte Stufe im Modell der stammesgeschichtlichen Emotionsentwicklung von Bischof (1989). Hierbei fehlt es zumindest momentan an Wissen oder Fähigkeiten - jedoch ist die Motivation zu handeln vorhanden. Zum anderen tritt Bewußtheit dann auf, wenn „innere“ Widerstände (Hemmungen) auftreten - hier handelt es sich um einen Konflikt zwischen den bewußten Zielen oder Vornahmen und der dafür ungünstigen aktuellen Motivation. Um eine ungünstige Motivationslage zu kontrollieren, muß mittels der willentlichen Gedankenkontrolle eine zukünftige oder vergangene Antriebslage simuliert werden; mit dem Ziel, das Gefühlserleben zu ändern. Dies können nur Menschen etwa ab dem fünften Lebensjahr. Hier handelt es sich dann nicht um ein Kompetenz- oder Wissensdefizit, sondern um ein Motivationsdefizit, das es auszugleichen gilt. „Can is do.“ stimmt dann nicht mehr. „Man muß nur richtig wollen!“ ist genau so leicht gesagt, aber schwer getan.

Literatur

- Ach, N. (1910). *Über den Willensakt und das Temperament*. Leipzig: Quelle und Meyer.
- Ach, N. (1935). Analyse des Willens. In E. Abderhalden (Ed.), *Handbuch der biologischen Arbeitsmethoden (Vol. VI)*. Berlin: Urban & Schwarzenberg.
- Bischof, N. (1989). Emotionale Verwirrungen. Oder: Von den Schwierigkeiten im Umgang mit der Biologie. *Psychologische Rundschau*, 40, 188-205.
- Csikszentmihalyi, M. (1975). *Beyond boredom and anxiety*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Davison, G.C. & Neale, J.M. (1988). *Klinische Psychologie*. München, Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Epstein, S., Lipson, A., Holstein, C. & Huh, E. (1992). Irrational reactions to negative outcomes: Evidence for two conceptual systems. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 328-339.
- Gollwitzer, P.M. (1991). *Abwägen und Planen*. Göttingen: Hogrefe.
- Gollwitzer, P.M. & Malzacher, J.T. (1995). Absichten und Vorsätze. In: J. Kuhl & H. Heckhausen (Hrsg.), *Enzyklopädie der Psychologie, Teilband C/IV/4, Kognition, Motivation und Handlung* (pp. 427-468). Göttingen: Hogrefe.
- Graumann, C.F. (1984). Bewußtsein und Verhalten. In H. Lenk (Hrsg.), *Handlungstheorien interdisziplinär, Band III, Zweiter Halbband* (pp. 647-573). München: Fink.
- Heckhausen, H. & Gollwitzer, P.M. (1987). Thought contents and cognitive functioning in motivational vs. volitional states of mind. *Motivation und Emotion*, 11, 101-120.
- Heckhausen, H. (1987). Wünschen - Wählen - Wollen. In H. Heckhausen, P.M. Gollwitzer & F.E. Weinert (Hrsg.), *Jenseits des Rubikon: Der Wille in den Humanwissenschaften* (pp. 3-9). Berlin, Heidelberg: Springer.
- Heckhausen, H. (1989). *Motivation und Handeln (2. Auflage)*. Berlin, Heidelberg, New York: Springer.
- James, W. (1905). *Textbook of psychology*. London: McMillan.
- Kahneman, D. (1973). *Attention and effort*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Kleinbeck, U. & Schmidt, K.-H. (1995). Die Wirkungen von Zielsetzungen auf das Handeln. In: J. Kuhl & H. Heckhausen (Hrsg.), *Enzyklopädie der Psychologie, Teilband C/IV/4, Kognition, Motivation und Handlung* (pp. 875-909). Göttingen: Hogrefe.
- Klinger, E. (1978). Modes of normal conscious flow. In K.S. Pope & J.L. Singer (Eds.), *The stream of consciousness: Scientific investigations into the flow of human experience* (pp. 225-258). New York: Plenum.
- Kornadt, H.J. (1988). Motivation und Volition. Anmerkungen und Fragen zur wiederbelebten Willenspsychologie. *Archiv für Psychologie*, 140, 209-222.
- Kuhl, J. & Fuhrmann, A. (1995). Funktionskomponenten des Willens im Selbsterleben. Kurzmanual für den Fragebogen VCC. Universität Osnabrück: Unveröffentlichtes Manuskript.
- Kuhl, J. (1983). *Motivation, Konflikt und Handlungssteuerung*. Berlin Heidelberg New York: Springer.
- Kuhl, J. (1987). Action control: The maintenance of motivational states. In F. Halisch & J.

- Kuhl (Eds.), *Motivation, intention, and volition* (pp. 279-291). Berlin: Springer Verlag.
- Kuhl, J. (1995). Wille und Freiheitserleben: Formen der Selbststeuerung. In: J. Kuhl & H. Heckhausen (Hrsg.), *Enzyklopädie der Psychologie, Teilband C/IV/4, Kognition, Motivation und Handlung*. Göttingen: Hogrefe.
- LeDoux, J.E. (1989). Cognitive-emotional interactions in the brain. *Cognition and Emotion*, 3(4), 267-289.
- Leontjew, A. (1987). *Tätigkeit, Bewußtsein, Persönlichkeit. Beiträge zur Psychologie, Bd. 1*. Berlin: VEB.
- Lersch, P (1966). *Aufbau der Person*. München: Barth.
- Lewin, K. (1926). Untersuchungen zur Handlungs- und Affektpsychologie. II: Vorsatz, Wille und Bedürfnis. *Psychologische Forschung*, 7, 330-385.
- Lewin, K. (1932). Ersatzhandlung und Ersatzbefriedigung. *Bericht über den 12. Kongreß der Deutschen Gesellschaft für Psychologie, Hamburg 1931*. Jena: Fischer.
- Lindworsky, J. (1923). *Der Wille: Seine Erscheinung und seine Beherrschung*. Leipzig: Verlag von Johann Ambrosius Barth.
- McClelland, D.C. (1985). *Human motivation*. Glenview, Ill.: Scott, Foresman and Co.
- Neumann, O. & Prinz, W. (1987). Kognitive Antezedenzen von Willkürhandlungen. In H. Heckhausen, P. Gollwitzer & F. Weinert (Eds.), *Jenseits des Rubikon: Der Wille in den Humanwissenschaften* (pp. 195-215). Berlin: Springer Verlag.
- Nisbett, R.E. & Wilson, T.D. (1977). Telling more than we can know: Verbal reports on mental processes. *Psychological Review*, 84, 231-259.
- Norman, D.A. & Shallice, T. (1986). Attention to action: Willed and automatic control of behavior. In R.J. Davidson, G.E. Schwartz & D. Shapiro (Eds.), *Consciousness and self-regulation: Advances in research, Vol. 4* (pp. 1-18). New York: Plenum Press.
- Pongratz, C.J. (1984). *Problemgeschichte der Psychologie*. München: Francke.
- Pöppel, E. (1989). *Gehirn und Bewußtsein*. Weinheim: VCH.
- Prinz, W. (1990). Unwillkürliche Aufmerksamkeit. In C. Meinecke & L. Kehrner (Eds.), *Bielefelder Beiträge zur Kognitionspsychologie* (pp. 49-75). Göttingen Hogrefe.
- Reykowski, J. (1973). *Psychologie der Emotionen*. Donauwörth: Auer.
- Rheinberg, F. (1995). Flow-Erleben, Freude an riskantem Sport und andere "unvernünftige" Motivationen. In H. Heckhausen & J. Kuhl (Hrsg.), *Kognition, Motivation und Handlung, Teilband C/IV/4, Enzyklopädie der Psychologie* (pp. 101-118). Göttingen: Hogrefe.
- Schachter, S. & Singer, J.E. (1962). Cognitive, social, and physiological determinants of emotional state. *Psychological Review*, 69, 379-399.
- Schmalt, H.-D. & Heckhausen, H. (1990). Motivation. In H. Spada (Hrsg.), *Allgemeine Psychologie*. Bern: Huber.
- Schneider, K. & Schmalt, H.-D. (1994). *Motivation* (2. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer.
- Sokolowski, K. (1993). *Emotion und Volition: Eine motivationspsychologische Standortbestimmung*. Göttingen: Hogrefe.

- Sokolowski, K. (1995). Wille und Bewußtheit. In: J. Kuhl & H. Heckhausen (Hrsg.), *Enzyklopädie der Psychologie, Teilband C/IV/4, Kognition, Motivation und Handlung* (pp. 485-530). Göttingen: Hogrefe.
- Wegner, D.M. und Pennebaker, J.W. (Eds.) (1993). *Handbook of mental control*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall.
- Weinert, F. (1987). Bildhafte Vorstellungen des Willens. In H. Heckhausen, P. Gollwitzer & F. Weinert (Eds.), *Jenseits des Rubikon: Der Wille in den Humanwissenschaften* (pp. 10-26). Berlin: Springer Verlag.
- Wundt, W. (1905). *Grundriß der Psychologie* (Siebte verbesserte Auflage). Leipzig: Engelmann.
- Zajonc, R.B. (1980). Feeling and thinking: Preferences need no inferences. *American Psychologist*, 35, 151-175.
- Zillmann, D. (1983). Transfer of excitation in emotional behavior. In J.T. Cacioppo & R.E. Petty (Eds.), *Social psychophysiology: A sourcebook* (pp. 215-240). New York: Guilford Press.