

Montada, Leo

Bildung der Gefühle?

Zeitschrift für Pädagogik 35 (1989) 3, S. 293-312



Quellenangabe/ Reference:

Montada, Leo: Bildung der Gefühle? - In: Zeitschrift für Pädagogik 35 (1989) 3, S. 293-312 - URN: urn:nbn:de:0111-pedocs-145149 - DOI: 10.25656/01:14514

<https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0111-pedocs-145149>

<https://doi.org/10.25656/01:14514>

in Kooperation mit / in cooperation with:

BELTZ JUVENTA

<http://www.juventa.de>

Nutzungsbedingungen

Gewährt wird ein nicht exklusives, nicht übertragbares, persönliches und beschränktes Recht auf Nutzung dieses Dokuments. Dieses Dokument ist ausschließlich für den persönlichen, nicht-kommerziellen Gebrauch bestimmt. Die Nutzung stellt keine Übertragung des Eigentumsrechts an diesem Dokument dar und gilt vorbehaltlich der folgenden Einschränkungen: Auf sämtlichen Kopien dieses Dokuments müssen alle Urheberrechtshinweise und sonstigen Hinweise auf gesetzlichen Schutz beibehalten werden. Sie dürfen dieses Dokument nicht in irgendeiner Weise abändern, noch dürfen Sie dieses Dokument für öffentliche oder kommerzielle Zwecke vervielfältigen, öffentlich ausstellen, aufführen, vertreiben oder anderweitig nutzen.

Mit der Verwendung dieses Dokuments erkennen Sie die Nutzungsbedingungen an.

Terms of use

We grant a non-exclusive, non-transferable, individual and limited right to using this document.

This document is solely intended for your personal, non-commercial use. Use of this document does not include any transfer of property rights and it is conditional to the following limitations: All of the copies of this documents must retain all copyright information and other information regarding legal protection. You are not allowed to alter this document in any way, to copy it for public or commercial purposes, to exhibit the document in public, to perform, distribute or otherwise use the document in public.

By using this particular document, you accept the above-stated conditions of use.

Kontakt / Contact:

peDOCS
DIPF | Leibniz-Institut für Bildungsforschung und Bildungsinformation
Informationszentrum (IZ) Bildung
E-Mail: pedocs@dipf.de
Internet: www.pedocs.de

Digitalisiert

Zeitschrift für Pädagogik

Jahrgang 35 – Heft 3 – Mai 1989

I. Essay

LEO MONTADA Bildung der Gefühle? 293

II. Thema: Türkische Schüler in der Bundesrepublik Deutschland: Familienmigration, Trennungserfahrungen und Schulsituation

ACHIM LESCHINSKY Zur Einführung in den Thementeil 313

HARTMUT ESSER Familienmigration, Schulsituation und interethnische Beziehungen. Prozesse der „Integration“ bei der Zweiten Generation von Arbeitsmigranten 317

ULRICH KREIDT/
WOLF RAINER LEENEN/
HARALD GROSCH Trennungserfahrung und Lebenslauf. Folgen von „Familienfragmentierung“ bei türkischen Migranten der Zweiten Generation 337

BEYZA BILGIN/
REGINE ERICHSEN Der Religionsunterricht in der Türkei und sein religionspolitischer Kontext. Eine Analyse aus türkischem Verständnis und ein deutscher Kommentar 357

GERHART MAHLER Religiöse Unterweisung für türkische Schüler muslimischen Glaubens in Bayern 381

III. Diskussion

LUDWIG LIEGLE Kinderrepubliken. Dokumentation und Deutung einer „modernen“ Erziehungsform 399

IV. Rezensionen

- H.-ELMAR TENORTH Émile. Zeitschrift für Erziehungskultur 417
- H.-ELMAR TENORTH Forum Pädagogik. Zeitschrift für pädagogische Modelle und soziale Probleme 417
- H.-ELMAR TENORTH Pädagogische Korrespondenz. Zeitschrift für kritische Zeitdiagnostik in Pädagogik und Gesellschaft 417
- H.-ELMAR TENORTH QSE. International Journal of Qualitative Studies in Education 417
- HANS-ULRICH GRUNDER CHRISTIAN SALZMANN (Hrsg.): Die Sprache der Reformpädagogik als Problem ihrer Reaktualisierung. Dargestellt am Beispiel von Peter Petersen und Adolf Reichwein 425

V. Dokumentation

- Habilitationen und Promotionen in Erziehungswissenschaft 1988 429
- Pädagogische Neuerscheinungen 453

Contents,

I. Essay

LEO MONTADA On the Formation of Emotions 293

II. Topic: Turkish Students in the Federal Republic of Germany: Family Migration, and School Situation

ACHIM LESCHINSKY Introductory Remarks 313

HARTMUT ESSER Family Migration, Educational Careers, and Inter-
ethnic Relations – Processes of “Integration” in the
Second Generation of Migrants 317

ULRICH KREIDT/
WOLF RAINER LEENEN/
HARALD GROSCH Family Separation and Career – The Impact of
“Family Fragmentation” on Turkish Migrants of
the Second Generation 337

BEYZA BILGIN/
REGINE ERICHSEN Religious Instruction in Turkey and the Religio-
Political Context – An Analysis from a Turkish
Point of View and a German Commentary 357

GERHART MAHLER Religious Instruction for Turkish Students of Mus-
lim Faith in Bavaria 381

III. Discussion

LUDWIG LIEGLE Children’s Republics – Documentation and Anal-
ysis of a “Modern” Educational Setting 399

IV. Book Reviews 417

V. Documentation

Habilitations and Doctoral Dissertations in Pedagogics 1988 429

New Books 453

Bildung der Gefühle?

Zusammenfassung

Gefühle beruhen auf spezifischen Kognitionen von Anlässen und stellen Bewertungen dieser dar. In Abhebung vom allgemeinen Streßkonzept wird die heuristische Fruchtbarkeit differenzierter kognitiver Modelle von Gefühlen für Forschung und Praxis an einigen Beispielen (Empörung, Wut, Haß, Angst, Eifersucht) illustriert. Bei einer Diskussion von Einwänden gegen kognitive Modelle („Emotionen sind präkognitive Phänomene“, „sie sind Widerfahrnisse“, „sie sind Syndrome aus physiologischen, behavioralen, kognitiven und anderen Komponenten“) wird deren Brauchbarkeit für folgende Bildungsziele diskutiert: Bildung von Gefühlsbegriffen zur Erleichterung der Kommunikation und des Verständnisses, Klärung diffuser Gefühlszustände und von Gefühlsgemischen, Nutzung des Informationsgehaltes von Gefühlen für Problemanalysen und -lösungen, Gewinnung von Kontrolle über Gefühle durch Aufdeckung von Urteilsdispositionen, Attributionsvoreingenommenheiten und Fehlattritionen von Emotionen. Als allgemeines Bildungsziel ist aufgrund kognitiver Modelle das Erkennen alternativer Sichtweisen und Optionen und damit eine Ausweitung des Entscheidungsspielraums bezüglich gefühlsmäßiger Bewertungen zu begründen. Das impliziert nicht eine generelle Entscheidung gegen belastende Gefühle, die ein reiches Verständnis wichtiger Transaktionen vermitteln können.

1. Kognitionsmodelle diskreter Gefühle versprechen Antworten

Das Thema ist als Frage formuliert und als Bündel von Fragen gemeint: Ist eine Bildung von Gefühlen möglich? Welche Bildungsziele sind möglich? Wie sind sie begründbar? Wie sind sie zu erreichen?

Diese Fragen sind mit Bezug zur psychologischen Emotionsforschung zu erörtern. Hier gibt es viele Richtungen (psychobiologische, therapeutische, persönlichkeits-, kognitionspsychologische usw.) mit unterschiedlicher Ergiebigkeit für die angesprochenen Fragen. Zum Beispiel führen Spekulationen über eine phylogenetische Selektion primärer Gefühle wie Furcht, Freude, Wut usw. wegen diverser arterhaltender Funktionen nicht weiter. Nachweise der Universalität von Gefühlen sind weniger interessant als interindividuelle und kontextuelle Unterschiede und deren Erklärungen. Im übrigen impliziert eine wohlverstandene biologische Perspektive keineswegs Annahmen über eine genetische Präformation oder Naturwüchsigkeit von Gefühlen. Entwicklung als Interaktion zwischen Genotypus und Entwicklungskontext schließt weder phänotypische Divergenz noch kulturelle Kontextgestaltung aus (BISCHOF 1988).

Auch ein großer Teil der vielen Versuche, Gefühle zu unterscheiden, zu klassifizieren und zu dimensionieren (TRAXEL 1983), ist für unser Vorhaben unergiebig, etwa die Bestimmung der Ähnlichkeiten konotativer Bedeutungen

von Gefühlsbegriffen mit Hilfe des semantischen Differentials (vgl. TRAXEL/HEIDE 1961; ERTEL 1964) oder Versuche, den semantischen Raum der Gefühle auf einige wenige grundlegende Dimensionen zu reduzieren (BOTTEBERG 1972; AVERILL 1975). Eine Unterscheidung wenigstens einiger Gefühle wird zwar durch alle diese Vorschläge möglich, die Dimensionen selbst führen meist nicht weiter, also z. B. die Informationen, ob Haß spitzer oder runder, heller oder dunkler, kälter oder wärmer ist als Trauer, oder ob diese Gefühle auf den faktorenanalytisch gewonnenen Dimensionen Lust-Unlust, Zuwendung-Abwendung, Erregung oder Aktivationsgrad benachbarte oder entfernte Positionen einnehmen. Die zur Unterscheidung von Gefühlen verwendeten Dimensionen oder Kategorien müssen für die eingangs gestellten Fragen informativ sein.

Die in den letzten Jahren immer häufiger formulierten kognitionspsychologischen Ansätze versprechen ein größeres Potential für die Bildung von Gefühlen. Ihnen liegt die Annahme zugrunde, daß Gefühle durch Erkenntnisse über die Realität (Ereignisse, Personen, Situationen) und über Bezüge zwischen Subjekt und diesen Realitäten gekennzeichnet sind. Anstelle einer Definition ein Beispiel: Denken Sie an eine Mutter, deren achtjähriger Sohn verschmutzt und abgerissen nach Hause kommt. Wieder mal. Nehmen wir an, ihre erste spontane Reaktion sei Ärger. Der Ärger enthält oder beruht auf einem Urteil: vorwerfbare, sträfliche Mißachtung eines Sauberkeitsgebotes. Übergehen wir die Handlungsfolgen des Ärgers und denken uns stattdessen einige alternative Kognitionen der Mutter über den Sachverhalt aus, um zu fragen, welche Gefühle in diesen Fällen zu erwarten sind. Was könnte die Mutter denken oder erfahren?

- Der Kleine ist von einem Älteren verprügelt worden. Emotionale Folgen: Mitleid mit dem Sohn, Empörung über den Täter.
- Er hat sich, wie von der Mutter öfter gefordert, endlich einmal bei Angriffen des Nachbarjungen mannhaft zur Wehr gesetzt. Wir erwarten Stolz, eventuell Erleichterung wegen des Aufkeimens von Männlichkeit.
- Er wollte der Mutter einen Mistelzweig vom Baum brechen und ist dabei abgerutscht. Was folgt? Rührung.
- Es ist täglich dasselbe: Er kommt verschmutzt und abgerissen nach Hause. Die Mutter ist ratlos, es hilft weder Bitten, noch Ermahnen, noch Strafen. Folge: Hilflosigkeit.
- Der Sohn ist vom Auto angefahren worden. Welche Emotion? Schrecken und Erleichterung, daß nicht mehr passiert ist.
- Er wurde von anderen verprügelt, als er einholen ging. Er hat das vorausgesehen, hat sich geängstigt und wollte nicht gehen. Die Mutter bestand aber auf dem Auftrag. Vielleicht hat sie nun Schuldgefühle.
- Es stellt sich heraus, daß er sich vor anderen Kindern brüsten wollte; er könne den Zaun am Vorgarten überspringen. Er konnte es nicht: Blamage und Gelächter. Mögliche Emotion der Mutter: Heiterkeit, wenn sie die Neigung des Sohnes zur Angeberei kennt und dessen Blamage als ausreichende Strafe wertet.

Wir können mühelos die Gefühlswelt der Mutter weiter abschreiten. Wir brauchen ihr nur entsprechende Erkenntnisse im Sinne von Annahmen oder Informationen zu unterstellen, und der Sohn wird vom Täter zum Opfer, vom Opfer zum Helden, vom Helden zum Blamierten, vom Blamierten zum glücklich Geretteten. Die Mutter wird dabei von der Klägerin zur Angeklagten, von der Angeklagten zur Beschenkten, von der Beschenkten zum hilflosen Opfer und vom Opfer zur Zuschauerin. Es scheint, als könne man durch entsprechende Erkenntnisse, Sichtweisen, Gefühle an- und aus- oder umschalten. Wenn das so ist, bieten Kognitionsmodelle diskreter Gefühle Ansatzpunkte für die Kontrolle von Gefühlen und damit eine notwendige Voraussetzung für die Konkretisierung von Bildungszielen und zielführenden Wegen.

2. Fragen zur Angemessenheit und Fruchtbarkeit kognitiver Gefühlsmodelle

Diese Meinung findet nicht allgemeine Zustimmung. Einige Einwände sollen vorab diskutiert werden.

(1) ZAJONC (1980) vertritt die These, daß Emotionen den Kognitionen zeitlich vorgeordnet seien und daher nicht als Bedingungen von Gefühlen, sondern allenfalls als spätere Rechtfertigungen oder Interpretationen zu verstehen sind. Wir erleben z. B. Angst, bevor wir wissen, was wodurch bedroht ist. ZAJONC stützt seine These, daß Gefühle prä-, nicht postkognitive Phänomene sind, mit einer Reihe von Argumenten, u. a. den folgenden: (1) Gefühle sind häufig sehr schnelle automatisierte Reaktionen auf Reize und Ereignisse, so daß eine reflektierte Erkenntnisbildung gar nicht möglich ist. (2) Wir haben häufig Schwierigkeiten, Auskunft über die (Erkenntnis-)Gründe für unsere Gefühle zu geben, d. h. es gibt gefühlsmäßige Urteile ohne bewußte Informationsverarbeitung. (3) Gefühle (ZAJONC spricht mehr über Vorlieben und Aversionen) sind häufig durch Informationen, also Versuche der Erkenntnisveränderung, nicht zu beeinflussen.

Das kann nicht bestritten werden. Es muß allerdings auch nicht bestritten werden, will man sich für kognitive Gefühlsmodelle entscheiden, es sei denn, man setzte Kognition gleich mit reflektierter, bewußter, objektiv geprüfter Erkenntnis, über die Auskunft gegeben werden kann. Wer Kognitionen so eng faßt, kann zum Beleg der These auch darauf verweisen, daß offenbar auch subhumane Organismen, Kleinkinder und geistig Retardierte Gefühle haben. Man kann Kognition weiter fassen, wie folgendes Beispiel illustriert.

Angenommen, Sie erleben Angst vor einer Ringelnatter. Man sagt Ihnen: die ist ungefährlich. Obwohl Sie daraufhin glauben, daß sie nicht giftig ist, bleibt die Angst, oder besser: es bleiben noch Ängste. Die Angst vor dem Gifttod ist weg, aber Ängste vor vielerlei Unbekanntem sind durch die Mitteilung „ist ungefährlich“ nicht beseitigt. Beißt sie? Ist das schmerzhaft? Wie fühlt sie sich an? Wie bewegt sie sich, mit welchem Tempo? Kann man ihr ausweichen? Wohin kann sie schlüpfen? Kann man ihre Bewegungen steuern? Wie? Kann man sie greifen, halten, wegtun? Wieder loswerden? Ihre Ängste heißen: Ich

weiß das alles nicht, könnte es unangenehm sein? Aber die Fragen haben Sie nicht formuliert.

Welche von diesen Fragen sind sprachlich zu beantworten? Welche müssen durch eigene sensumotorische Erfahrung beantwortet werden? Und werden die Erfahrungen im Medium der Sprache repräsentiert sein, so daß man sie detailliert mitteilen kann, oder sind sie enaktiv oder sensorisch repräsentiert? Die Krebsangst wegen einer Verdickung unter der Haut ist etwas völlig anderes. Wenn der Arzt sagt, es ist nur eine Fettgeschwulst, ein Lipom, völlig harmlos, braucht nicht mal operiert zu werden, dann reicht das für die von der Angst befreiende Erkenntnisbildung aus.

Die Bewußtheit von Kognitionen im Sinne, sich selbst oder anderen Auskunft geben zu können, ist keine notwendige Annahme in kognitiven Modellen. EPSTEIN (1984) und ELLIS (1973) z. B. sprechen von vorbewußten Kognitionen (preconscious cognitions), SOLOMON (1976) von prereflections, BECK (1976) von automated cognitions, ARNOLD (1960) von intuitions usw. Legt man kognitive Gefühlsmodelle zugrunde, liefern Gefühlsäußerungen anderer und eigene Gefühle Hypothesen über vorliegende Kognitionen. Aus der Gefühlsäußerung der Mutter erschließen wir, wie sie die Situation interpretiert, ob sie darüber Auskunft geben kann oder nicht. EPSTEIN (1984) bezeichnet mit guten Gründen Emotionen „als Königsweg“ zu vorbewußten Kognitionen. Modelle sollten zu empirisch prüfbareren Hypothesen anregen. Für die Beantwortung der eingangs gestellten Fragen vermag ich keine Anregungen aus ZAJONCS These zu ziehen, auch nicht für Fragen nach Kontroll- oder Therapiemöglichkeiten.

(2) Eine zweite These besagt, Gefühle seien Widerfahrnisse, die das Subjekt passiv erleidet. Sie wird durch entsprechende Erlebnisse gestützt, die in Beschreibungen wie „Panik überkam mich“, „Die Wut kochte in mir hoch“, „Der Neid flog mich an“ ausgedrückt werden. Bis in die Strafrechtsdogmatik gelten Affekte als Widerfahrnisse, die als Ausrede aus der Verantwortlichkeit und damit als schuld mindernde Verhaltensklärungen angesehen werden.

Die These ist nicht inkompatibel mit kognitiven Gefühlsmodellen, insbesondere dann nicht, wenn Kognitionen als konstituierende und damit notwendige Elemente komplexer Gefühle angesehen werden, wie BRANDTSTÄDTER (1985) das tut. Dann widerfahren uns eben Kognitionen, drängen sich auf, unkontrolliert, automatisch, werden ungeprüft für wahr gehalten. Ein heuristischer Wert kognitiver Gefühlsmodelle liegt jedoch in der prinzipiellen Kontrollierbarkeit von Kognitionen, der Informations- und Argumentationszugänglichkeit, der Überprüfbarkeit ihrer Richtigkeit usw., so daß die Widerfahrnisthese eine Vorab-Entwertung des möglichen Nutzens darstellt.

Die Gegenthese ist: „Wir entscheiden uns für unsere Gefühle“. Sie gilt wohl auch nicht allgemein, ist aber je nach dem Stand der kognitiven Entwicklung und geistigen Gesundheit auch normativ zu vertreten. An empirischen Beispielen für diese Gegenthese ist ebenfalls kein Mangel. Erinnerung sei vorab nur an die Strategien der Bewältigung von Emotionen und Streß nach kritischen Lebensereignissen (LAUX/WEBER 1988; MONTADA 1988).

(3) Ein dritter Einwand ist, daß Kognitionsmodelle nur einen Aspekt von Gefühlen abbilden, die angemessener als Syndrome mit kognitiven, subjektiv erlebnismäßigen, physiologischen und behavioralen Komponenten zu verstehen sind (IZARD 1972; LAZARUS 1975). Die Wahrnehmung einer Gefahr allein macht noch nicht die Angst aus, die anderen Komponenten kommen hinzu. Nun muß ein Modell nicht die ganze Realität abbilden (das leistet kein Modell), um für spezifische Aufgaben nützlich zu sein. Jedoch ist zu fragen, ob sich aus der Syndromkonzeption Antworten auf Fragen ergeben, die anders nicht beantwortet werden können. Von besonderer Bedeutung ist das Zusammenspiel von physiologischer Aktivierung und Kognition. Wie werden z. B. aus „kalten“ Kognitionen „heiße“ Emotionen? Man braucht sozusagen einen Mechanismus der Aktivierungserhöhung. Reicht der Vorschlag, kognizierte persönliche Betroffenheit (ARNOLD 1960) Sorge für die Erhöhung der Aktivierung, des arousal?

Es kann auch umgekehrt sein, daß physiologische Aktivierung (arousal) unabhängig von Betroffenheit entsteht, danach als spezifische Betroffenheit gedeutet wird und mit dieser Deutung zusammen ergibt sich die Emotion. Das ist bekanntlich der Kern der Theorie SCHACHTERS (1971). Eine Annahme dieser Theorie ist, daß arousal und Kognition unabhängig voneinander entstehen oder induziert werden können, bevor sie eine Verbindung in Form eines Gefühls eingehen (SCHACHTER/SINGER 1962). Aus dem folgt, daß eine wie auch immer verursachte Erhöhung des physiologischen arousal in Verbindung mit einer entsprechenden Kognition zu einem Gefühl führen kann.

Die Forschung und Theorie der Emotionsattribution geht von der Annahme aus, daß erhöhtes arousal für das Subjekt erklärungsbedürftig ist, d. h. „man macht sich einen Reim darauf“. Unter den vielen Ursachen (hormonelle Prozesse, äußere Reize, anregende Substanzen) sind auch Gefühle zu nennen. Nicht selten wird Aktivierung auf Gefühle zurückgeführt oder genauer: als Gefühl gedeutet, was voraussetzt, daß aus den aktuell verfügbaren Informationen ein möglicher Gefühlsanlaß kogniziert und sozusagen als Erklärung genommen wird. So kann es wegen hormonell bedingter Aktivierung z. B. zu Ärger kommen, wenn ein andernfalls belangloser Anlaß fokussiert wird. Die resultierende Emotion Ärger ist also *nicht allein* aus Kognitionen entstanden. Die Grundlage bildete die bereits bestehende Aktivierung.

Spannend ist die Frage, ob die Aktivierung unspezifisch ist – wie SCHACHTER wohl fälschlich annahm – oder ob sie spezifisch für Gefühle ist (DIENSTBIER 1979; EPSTEIN 1984). Wenn es gefühlsspezifische Aktivierungsmuster gibt, dann ist zu erwarten, daß bei gegebenem arousal das Spektrum möglicher Gefühlsattributionen eingeschränkt ist. Wenn die emotionsspezifischen Aktivierungsmuster ein Trägheitsmoment haben, so daß sie nicht augenblicklich an- und abgeschaltet werden können, dann ist der Übergang von einer Emotion zu einer anderen eine Funktion der Kompatibilität dieser Muster. In der Tat scheint z. B. der Übergang von Angst zur Neugier und umgekehrt rasch und häufig zu sein, was schon HEBB (1946) feststellte und was auf das beiden Emotionen gemeinsame physiologische Erregungsmuster zurückgeführt wird.

Wenn Depression und Freude unterschiedliche Muster haben, wird der Übergang unwahrscheinlicher (DIENSTBIER 1979).

Das bedeutet eine Einschränkung der kognitiven Kontrollierbarkeit der Emotionen und bietet eine Erklärung, warum es so schwierig sein kann, Gefühle durch Angebote inkompatibler Kognitionen zu verändern. Auf Grenzen des Geltungsbereichs und der Brauchbarkeit kognitionspsychologischer Ansätze ist also hinzuweisen. Im folgenden soll allerdings die Brauchbarkeit dieser Modelle aufgezeigt werden.

3. Konstruktion kognitiver Modelle

Zur Konstruktion kognitiver Modelle gibt es kein eingeführtes methodisches Regelsystem. BRANDTSTÄDTER (1985) diskutiert die Frage, ob die einzelne Gefühle kennzeichnenden Kognitionen empirisch oder apriorisch, d. h. begriffsanalytisch, zu ermitteln seien. Geht man von den in der Kultursprache gebildeten Begriffsbedeutungen aus, scheinen wenigstens für einige Gefühle spezifische Kognitionen konstituierend definiert zu sein. Kann man von Schuld reden, wenn nicht die Kognitionen von Normverletzung und eigener Verantwortlichkeit gegeben sind? Man kann und tut das auch, aber redet man dann von Schuld in der gemeinten Bedeutung? Sollte man nicht andere Terme verwenden (Kollektivschuld, Haftungsverantwortlichkeit, Erbsünde, existentielle Schuld, politische Verantwortung), um Bedeutungsunterschiede auszudrücken? Jedenfalls: Wenn Kognitionen als Kernelemente von Gefühlsbegriffen *definiert* werden, sind sie insofern *nicht empirisch* zu ermitteln. Empirisch ist nur zu klären, wie verbreitet die korrekte Begriffsverwendung allgemein oder in bestimmten Alters- oder Bildungsgruppen ist, oder welche Terme für welche Bedeutungen benutzt werden sollten, um Mißverständnisse zu reduzieren usw.

Wie informiert man sich über die Begriffsbedeutungen von Gefühlswörtern der Kultursprache? Es wäre ein Irrtum zu glauben, daß es reicht, in Lexika nachzuschlagen. Die dort zu findenden Elemente sind eher ein Sammelsurium als eine systematische definierende Unterscheidung von Gefühlsbegriffen. Man wundert sich, wie häufig doch eine Kommunikation und Verständigung über Gefühle zu gelingen scheint. Trotz des Mangels an normierten Definitionen muß es in einer Sprachkultur verbreitete Bedeutungen geben, die man z. B. dadurch ermitteln kann, daß man kompetente Sprachbenutzer bittet, Episoden (Anlässe) für selbst erlebte, bei anderen beobachtete oder erwartete Gefühle zu schildern. Auf inhaltsanalytischem Wege können dann Gemeinsamkeiten der Episoden für spezifische Gefühle gewonnen und kriteriale, der Unterscheidung von Gefühlen dienende Variablen ermittelt werden. Dabei kann man mit einer kleinen Zahl von Gefühlen beginnen, z. B. mit Ärger, Mitleid, Stolz, Freude, Enttäuschung, und nach Variablen suchen, die diese zu unterscheiden gestatten, z. B. die folgenden:

- (1) Was ist der Anlaß? Ein Ereignis oder das Ergebnis eines Verhaltens?
- (2) Wer ist durch den Anlaß betroffen: das Gefühlssubjekt oder andere? (3) Ist

der Anlaß erfreulich oder unerfreulich für den Betroffenen? (4) Wer hat den Anlaß verursacht? Das Gefühlssubjekt oder andere? (5) Ist der Verursacher verantwortlich oder nicht? Diese Variablen reichen aus, um die genannten Gefühle zu unterscheiden und um wie WEINER (1982) die Kategorien ergebnis- (z. B. Freude) und erklärungsabhängiger (z. B. Stolz) Gefühle zu bilden.

Man kann nun versuchen, weitere Gefühlsbegriffe mit den gewonnenen Variablen zu beschreiben. Wenn eindeutige Unterscheidungen nicht gelingen, müssen neue Variablen herangezogen werden. Um Angst (vor drohendem Verlust) von Trauer (über eingetretenen Verlust) zu unterscheiden, braucht man die Variable Zeit, um Schuld von Scham zu unterscheiden die Variable „moralische Norm“, für einige Unterscheidungen wie Resignation-Ärger wird man die Variable „wahrgenommene Eingriffsmöglichkeit“ benötigen usw.

So ergibt sich eine sukzessiv ausgeweitete Variablenliste, in der die vorhandenen Gefühlsbegriffe definiert werden können. Bildet man mit diesen Variablen Matrizen, wird auffallen, daß es Zellen gibt, die nicht mit einem Gefühlsbegriff der Kultursprache besetzt, aber durchaus gefühlsrelevant sind. Beispiele: Sie selbst sind verantwortlich für den Erfolg einer Person, die Ihnen unsympathisch ist. Wissen Sie einen Gefühlsnamen? Nur durch Fokusverschiebung können Sie wieder kultursprachlich markiertes Terrain gewinnen und sich über die eigene Gutmütigkeit ärgern oder stolz auf Ihre Selbstüberwindung sein. Welches Gefühl erleben Sie, wenn Ihr Feind im Lotto gewonnen hat? Wenn Sie an die Götter glauben, können Sie sich wenigstens über deren Ungerechtigkeit empören.

Es gibt auch Gefühlswörter, die mehrere Bedeutungen haben, was heißt, daß die Terminologie differenziert werden müßte, wie oben für Schuld vorgeschlagen (MONTADA u. a. 1986): Stolz wegen internal erklärter Handlungsergebnisse ist etwas anderes als der Stolz auf ererbten Besitz. Am Beispiel Angst wird später zu zeigen versucht, wie problematisch es ist, sich von einer einheitlichen Bezeichnung suggerieren zu lassen, es läge ein einheitliches Konzept vor. Nicht nur Unterscheidungen zwischen Gefühlsbegriffen, sondern auch solche innerhalb einer Gefühlskategorie sind zu finden, was um so eher gelingt, je differenzierter die Variablenliste ist.

4. Wie werden kognitive Modelle genutzt?

Mit der Formulierung kognitiver Gefühlsmodelle ist die empirische Forschungsarbeit nicht getan. Sie beginnt erst. Ein Modell ist nützlich, wenn es empirisch zu beantwortende weitere Fragen anregt, etwa zur Vorhersage, Entstehung, Kontrolle oder Bildung. Das soll an einem Modell der Emotion „Empörung“ illustriert werden, das folgende Kognitionen enthält:

- Eine andere Person oder Institution als Handlungssubjekt verletzt eine Wertnorm.
- Die Normverletzung ist ihr zuzurechnen, d. h. sie wird als verantwortlich angesehen.

- Rechtfertigungsgründe werden nicht erkannt.
- Die Handlung verletzt oder bedroht einen gerechten Anspruch, der dem Gefühlssubjekt selbst oder anderen Personen, die diesem wichtig sind, zusteht.

Mit einem solchen Modell sind selbstverständlich noch keine Vorhersagen zu machen, wer bei welchen Anlässen, Täten und Opfern empört sein wird. Hierzu müßte man mehr wissen über Annahmesysteme, soziale Einstellungen, Differenziertheit relevanter Konzepte, Rollenkonzepte, Gerechtigkeitsüberzeugungen usw. Einige diagnostisch und prognostisch relevante Fragen:

- Werden andere Personen grundsätzlich als Handlungssubjekte oder als Werkzeuge Gottes oder wird ihr Verhalten als naturgesetzlich determiniert angesehen?
- Welche Personen werden als selbstverantwortliche Handlungssubjekte angesehen, welche nicht? Schließen Krankheiten, vererbte Charakterzüge, starke Affekte, Drogenwirkungen usw. Verantwortlichkeit aus?
- Welche Rechtfertigungsgründe für eine Handlungsweise werden erkannt und anerkannt? Sind ein militärischer Befehl, die Angst vor Statusverlust bei einer Nötigung, unverschuldete Armut usw. Rechtfertigungen?
- Wie ist die Bereitschaft zur unvoreingenommenen Prüfung der Verantwortlichkeit und Schuld? Gibt es Voreingenommenheiten, z. B. Sympathie oder Antipathie?
- Welche Ansprüche sind dem Gefühlssubjekt wichtig, welche Wertnormen, welche positionalen Pflichten?
- Wenn nicht die eigenen Ansprüche tangiert sind, werden die Einstellungen zu den Opfern wichtig: Der Schiedsrichter wird nachsichtiger beurteilt, wenn er ein elfmeterreifes Foul der eigenen Mannschaft übersieht.

Die Forschungsaufgabe ist es, relevante state- und traitartige Dispositionen, situationale Merkmale und deren Interaktion den Konstituenten zuzuordnen und insofern Hypothesen über interindividuelle und situationale Unterschiede in den Kognitionen von Anlässen zu bilden. Die Kognitionen des Strukturmodells bieten Ansatzpunkte und Ziele für Versuche der Empörungsreduktion:

- Änderung von Normen,
- Relativierung von Anspruchsberechtigungen,
- Änderung von Einstellungen zum Handlungssubjekt oder zum Opfer,
- Bildung und Prüfung von Hypothesen über Minderungs- und Ausschlußursachen von Verantwortlichkeit,
- Differenzierung des Verantwortlichkeitskonzeptes selbst (die Unterscheidung von intendierten, in Kauf genommenen, nicht gewollten, nicht vorausgesehenen, nicht vorhersehbaren Folgen),
- Bildung und Prüfung von Hypothesen über Rechtfertigungsgründe, usw. usw.

Für alle diese Interventionsziele gibt es im übrigen eine reiche Literatur über die Wege der Zielerreichung, die für praktische Aufgaben herangezogen werden kann.

Also, die kognitiven Gefühlsmodelle müssen psychologisch, soziologisch, pädagogisch implementiert werden. Kognitionsmodelle sind als solche noch keine Entstehungs-, Veränderungsmodelle, aber Heuristiken für diese. Ein

differenziertes kognitives Modell regt nicht nur Forschung an, sondern erschließt ein reichhaltiges Wissensrepertoire. Zur Optimierung dieser heuristischen Funktion sind hohe Anforderungen an den Differenzierungsgrad zu stellen, was an den Begriffen Ärger und Angst aufgezeigt werden soll.

5. Anforderungen an kognitive Modelle

Unter dem Term „Ärger“ (anger) findet man in der Literatur unterschiedliche Begriffsbedeutungen, die alle unter dem für Forschung und Praxis wünschbaren Differenzierungsgrad bleiben. Übereinstimmung herrscht, daß eine aktuelle oder potentielle Beeinträchtigung wahrgenommen wird. Welcher Art die Beeinträchtigung ist, macht aber für Zwecke der Prognose und Intervention Unterschiede. Ist ein gerechter Anspruch verletzt oder bedroht oder ist ein Ziel blockiert, auf das kein Anspruch besteht (z. B. in Wettkämpfen oder an der Börse zu gewinnen)? Ist das Selbstbild bedroht oder ein lieb gewordenes Bild von der Welt? Jede dieser Kategorien muß weiter differenziert werden: Ist z. B. das Leistungselbstbild tangiert oder das moralische Selbstbild? Es ist weiter zu fragen, auf wen oder was die Beeinträchtigung zurückgeführt wird: auf mich selbst als Gefühlssubjekt wegen eines vermeidbaren Fehlers, auf andere Personen oder Institutionen, auf göttlichen Ratschluß oder unbeeinflussbare Umstände?

Falls andere Personen beteiligt sind, ist zu fragen, wie sie beteiligt sind: nur ursächlich oder verantwortlich, haben sie Pflichten verletzt oder nicht, haben sie ihre berechtigten Interessen wahrgenommen oder meine berechtigten Interessen mißachtet? In welchem Beziehungsverhältnis stehe ich zu diesen Personen? Bin ich überlegen, ebenbürtig oder unterlegen, anspruchsberechtigt oder leistungspflichtig? Ist die Beziehung dauerhaft oder episodisch, zentral oder marginal, ist sie eine der Konkurrenz oder der Kooperation usw.

Da neben Ärger mehrere Terme für schädigungsthematische Gefühle existieren (Zorn, Empörung, Haß, Wut, Neid) kann man versuchen, diesen spezifische Bedeutungsstrukturen zuzuordnen. Z. B. könnte man Wut und Haß wie folgt unterscheiden (FÜRTRATT 1974; MONTADA/BOLL 1988):

Wut könnte als eine momentane Reaktion auf eine aktuelle Beeinträchtigung definiert werden. Sie disponiert zu aggressiver Beseitigung der Behinderung und zu Vergeltung. Das Beziehungsverhältnis zum Schädiger ist allerdings nicht dauerhaft tangiert. Wut „verfliegt“, wenn die Beeinträchtigung aufgehoben ist oder, im Falle von Schmerz, abgeklungen ist. Die gleichen Anlässe können zu Haß führen, der als dauerhafte Disposition zu Feindseligkeit verstanden wird, wenn die Beeinträchtigung auf der Beziehungsebene in spezifischer Weise interpretiert wird: als Ausdruck einer böswilligen, rücksichtslosen, feindlichen Haltung einer überlegenen Person, die die Macht und die Möglichkeiten hat, wieder zu schädigen, ohne daß man selbst die Macht zu angemessener Vergeltung hat.

Aus diesen Unterscheidungen folgen Hypothesen über die Dauer eines Gefühls und die Disposition zu aggressiver Erwiderng ohne erneuten

aktuellen Anlaß, und zwar in Abhängigkeit von folgenden Variablen (MONTADA/BOLL 1988):

- Die soziale Position der Beteiligten sollte eine Rolle spielen. Haß ist in den Fällen zu erwarten, in denen Konflikte mit Stärkeren existieren, überall dort etwa, wo Befehls- und Sanktionsgewalt besteht, wo positional Unterlegene, auch Untergebene, unangreifbaren Schädigern gegenüberstehen, dort wo Angst vor Vergeltung eben diese blockiert. Der Starke wütet und die Sache ist damit erledigt, der Schwache haßt, und sie ist nicht erledigt.
- Erlebte Machtlosigkeit könnte vorausgesagt werden aus dem Vertrauen in das Rechtssystem: Sieht der Geschädigte eine Chance, auf dem Rechts- oder Beschwerdeweg Interessen zu verfolgen? Weiter kommt es auf die soziale und die Selbstsicherheit an, die auch positionale Unterschiede kompensieren kann.

Bezogen auf die Möglichkeiten einer Beherrschung von Wut und Haß sind ebenfalls Unterschiede naheliegend: Bei Wut hilft vielleicht schon die alte Regel, bis 10 zu zählen, bevor man reagiert, bei Haß sind andere Ansatzpunkte für eine Intervention angezeigt, z. B. auf Erhöhung von Sicherheit und Vertrauen in Rechtssysteme zielende (ebd.).

In anderen Bereichen bietet die Kultursprache nicht mehrere verwandte Gefühlsterme. Trotzdem sind Bedeutungs-differenzierungen angezeigt: z. B. ist *Angst* nicht gleich *Angst*, wie *Ärger* nicht gleich *Ärger* ist. Allen Ängsten gemeinsam ist, daß etwas bedroht ist. Daran schließen sich allerdings differenzierende Fragen an:

- Was ist bedroht? Leben, Gesundheit, Status, soziale Sicherheit, Selbstwert...
- Ist bekannt, was bedroht ist?
- Wer oder was bedroht? Andere Personen, Krankheiten, Unfallgefahren, eigene Inkompetenzen, Begierden, Süchte?
- Wer kann bis zu welchem Grad die Bedrohung kontrollieren, oder ist sie grundsätzlich unkontrollierbar? Ist sie beherrschbar durch eigene Leistung, durch Vorsicht, durch Hilfe anderer?
- Kann die Bedrohung vermieden werden?
- Welche inneren (z. B. Interessen, Aspirationen, Moralnormen, Begierden) oder äußeren Faktoren erschweren die Vermeidung der Bedrohung? Welche Verluste oder Verzichte würde die Vermeidung der Gefahr bedeuten?
- Gibt es Möglichkeiten, die befürchteten Folgen der Gefahr zu mildern?

Es wird schon aus diesen groben diagnostischen Fragen deutlich, daß hier unterschieden werden muß, etwa für Indikationszwecke: In welchen Fällen ist eine Kompetenzerhöhung, in welchen der Abschluß einer Versicherung, in welchen eine Senkung des Anspruchsniveaus, in welchen eine Ablenkung von der Gefahr, in welchen eine Relativierung der Bedeutsamkeit von Zielen angezeigt usw.

Ich plädiere für einen hohen Differenzierungs- und Spezifikationsgrad, für die generative Entfaltung der kognitiven Kernmodelle, in bewußter Abhebung von der heutigen Streß- und Bewältigungsforschung. Wo liegen die Unterschiede? Belastende Emotionen charakterisieren spezifische Problemlagen, die Streß bedeuten können in dem Sinne, daß ihre „Bewältigung Anforderungen

stellt, die die Ressourcen des Subjektes stark in Anspruch nehmen“ (LAZARUS 1975, S. 250) oder überfordern.

Man verzichtet auf relevante Informationen, wenn die Art des Problems, das in Gefühlen und in ihren Bedeutungsstrukturmodellen präzisiert ist, nicht konkretisiert wird. Streß ist unspezifisch konzipiert als Reaktion auf gefährliche und verlustreiche Veränderungen. An den wenigen Beispielen aggressions- und bedrohungsthematischer Gefühle sollte gezeigt werden, daß eine Spezifikation des Problems Informationen erbringt, die relevant für Erklärung, Prognose und Intervention sind. Streß kann es geben wegen Ängsten, Wut, Haß, Schuld, Eifersucht, Trauer, Scham, Verzweiflung usw. Streß kann quantitativ vergleichbar sein, die Probleme, die sich in diesen Emotionen äußern, sind es in ihrer Struktur sicher nicht, und die „Bewältigungsformen“ (zum Überblick LAUX/WEBER 1988) sollten auf diese Problemstrukturen hin spezifiziert werden.

6. Bildung der Gefühle?

Es ist überraschend, wie vage und wenig konkret auch in der praxisnahen Literatur über den Umgang mit Gefühlen geschrieben wird, selbst in Therapieschulen, die ständig davon reden, daß die Arbeit auf Gefühle zu fokussieren sei (zum Überblick SCHELP/KEMMLER 1988). Es fehlt offensichtlich ein angemessenes konzeptuelles Schema, um mit diesem Problem umgehen zu können. Die Grundlagenforschung ist vergleichsweise noch konkreter und präziser, auch reichhaltiger und anregender als ein großer Teil der praxisnahen Literatur.

Im folgenden wird begründet, wann es sich lohnt, die kognitionspsychologischen Ansätze weiterzutreiben. Sie bieten eine Basis, Ziele für die Bildung von Emotionen zu setzen und vorliegende Wissensbestände für eine Konkretisierung zielführender Wege auszuschöpfen.

7. Bildung von Gefühlsbegriffen

Um mit dem Naheliegenden zu beginnen: Bedeutungsstrukturmodelle von Gefühlen der geschilderten Art sind Definitionen, die die Begriffe der Kultursprache präzisieren und weiter differenzieren. Die Forschungen von DERIVERA (1977), FRIJDA (1987), LAZARUS (1975), ROSEMAN (1984), SMITH/ELLSWORTH (1985), SOLOMON (1976), WEINER (1982), auch eigene (MONTADA/BOLL 1988, MONTADA/SCHNEIDER 1988) zeigen, daß Kognitionen im Sinne bewertender Urteile („appraisals“) Unterscheidungen und Verständigungen über Gefühle ermöglichen. Eine sehr aspektreiche Untersuchung zu dieser Frage haben kürzlich REISENZEIN/HOFMANN (1988) vorgelegt, die für 23 das gesamte Spektrum repräsentierende Gefühlsbegriffe nachweisen, daß aus der Schilderung emotionsauslösender Episoden die resultierende Emotion des Gefühlssubjekts häufig korrekt erschlossen wird. Irrtümer kommen vor, sind aber oft nicht grober Art, sondern bestehen in der Nennung verwandter oder

häufig korrelierter Gefühle, die nicht unkompatibel mit dem Inhalt der Episoden sind. Die Zahl der Treffer steigt an, wenn zu jedem Gefühlsbegriff eine prototypische Episode sozusagen definierend gegeben wird.

Die Gefühlsunterscheidung war allerdings nicht perfekt. Obwohl die Probanden Studenten waren, gab es Irrtümer, es gab interindividuelle Unterschiede in der Trefferzahl (Begriffskompetenz?), es gab vor allem erhebliche Varianz in der Trefferhäufigkeit zwischen den 23 Gefühlsbegriffen. In anderen Studien sind die Belege für die Unterscheidung von Gefühlsbegriffen aufgrund von appraisals weniger überzeugend. Natürlich ist das abhängig vom Entwicklungsstand u. a. m. Aus dem folgt, daß eine systematischere Bildung im Sinne der Vermittlung von Gefühlsbegriffen und ihrer Anwendung auf Situationen auch noch bei gebildeten Erwachsenen angezeigt ist.

Es ist evident, daß dieses Ziel durch die verschiedenen Nutzungsmöglichkeiten von Gefühlsbegriffen begründet werden kann: Die Kommunikation über Gefühle wird einfacher, und sie wird häufiger gelingen, wenn dieselben Unterscheidungen getroffen werden; Gefühle lassen sich besser voraussagen, wenn man über die Bedeutungsstruktur bewußt verfügt; unerwünschte Gefühle können vermieden werden, z. B. durch Interpretationshinweise zu Anlässen usw. Zwei Nutzungsmöglichkeiten will ich gesondert erwähnen: die Klärung unpräzise gefaßter Gefühle und von Gefühlsgemischen, die häufig sind (IZARD 1972), und Beiträge zur Selbsterkenntnis.

8. *Klärung von Gefühlen*

Zum Verständnis und zur problemlösenden Arbeit ist eine Klärung und Differenzierung notwendig, wobei es sicher schwierig ist, aktuell emotional belastete Personen zu einer sequentiellen Analyse zu disziplinieren und zu schulen.

Nehmen wir als Beispiel die Eifersucht, die häufig ein Konglomerat verschiedener Gefühle ist (BAUER 1988). Was die Klärung erschwert, ist die Bezeichnung mit dem unpräzise definierten Begriff Eifersucht, der eine gewisse Einheitlichkeit des Erlebens und der Problemlage suggeriert. Wir haben folgende Dreierkonstellation: Die eifersüchtige Person 1 wähnt, in herausgehobener Weise von Person 2 geschätzt zu sein – sei es der Partner, eine Freundin, ein Patient, die Chefin oder der Sekretär. Eine dritte Person 3 wird von 1 als um diese Wertschätzung erfolgreich konkurrierend wahrgenommen. In dieser Situation sind viele Gefühle möglich: Angst vor Verlust der exklusiven Wertschätzung, Selbstzweifel, Scham in der Öffentlichkeit wegen dieses Verlustes, Empörung über die treulose Person, weil ein subjektiver vielleicht auch ein rechtlicher Anspruch auf Exklusivität besteht, Empörung über die konkurrierende Person, die sich unfairerweise hineindrängt, Haß auf die dritte Person, wenn man sich unterlegen fühlt, Hilflosigkeit usw. Ohne eine Differenzierung kommt man da nicht weiter und sie wird möglich, wenn ein entsprechendes Vokabular mit geklärter und brauchbarer Semantik vorliegt.

9. Selbsterkenntnis und Bewußtmachung von Erkenntnissen über die Welt

Gefühle sind nicht nur informativ in bezug auf die Art des Problems oder allgemeiner des Ich-Umwelt-Bezuges, sie bieten darüber hinaus Chancen der Selbsterkenntnis. Nehmen wir mit EPSTEIN (1984) und anderen an, daß Emotionen häufig auf vorbewußten Kognitionen beruhen. Bedeutungsstrukturmodelle bieten Hypothesen über das Vorhandensein solcher Kognitionen. Bewußtmachung ist eine Voraussetzung für eine Überprüfung der Objektivität, für eine Reflexion der normativen Angemessenheit, für eine Rückführung auf Urteilsvoraussetzungen und -dispositionen (wie Einstellungen, Wertüberzeugungen, Aspirationen). Das wird durch Nutzung des *Informationsgehaltes von Gefühlen* möglich.

Es ist eine verbreitete Regel in Therapieschulen, daß Emotionen der Fokus der Therapie sein müssen, weil sie zeigen, was wichtig ist. Therapeuten fordern daher ein Zulassen oder Ausleben der Emotionen. Was könnte an dieser Regel sinnvoll sein? Bewußtmachung problemgenerierender Kognitionen und dahinterliegender Annahmesysteme und damit die Chance, sie zu revidieren, wenn dies angezeigt erscheint. Wenn nicht, sollte man festhalten, daß eine Emotion ein Ergebnis der Auseinandersetzung mit einem Anlaß ist und daß insofern auch eine belastende Emotion „ein sinnvolles Datum ist und nicht ein Symptom, das möglichst schnell gebessert werden muß“ (SCHELP/KEMMLER 1988, S. 154).

Bedeutungsstrukturmodelle ermöglichen es, nicht die Emotion als Ganzes zu bewerten oder bearbeiten zu wollen, sondern die beteiligten Komponenten einzeln in den Blick zu nehmen. Einige Kognitionen mögen akzeptabel sein, andere nicht. Nehmen Sie als Beispiel die heftigen Wut- und Feindseligkeitsgefühle von Eltern, die ihr „schwieriges“ Kleinkind mißhandeln. Ihre Ansprüche auf Ruhe sind verständlich, ebenso die Erwartungen, ein responsives Kind zu haben, die Verletzungen ihres Selbstbildes wegen fehlender Erfolge in der Interaktion mit dem Kind, die Befürchtungen vor Kritik aus Verwandtschaft und Nachbarschaft, die den Eltern die Schwierigkeit anlasten und manches mehr. Was sicher nicht akzeptabel ist, ist die Zuschreibung von Verantwortlichkeit und Schuld auf das Kleinkind, die auch von gebildeten Eltern mit schwierigen Kindern regelmäßig berichtet wird. Als generelles Bildungsziel ist festzuhalten: Offenheit für die Chance der Selbsterkenntnis schaffen, die auch und gerade bei belastenden Gefühlen gegeben ist.

10. Aufdeckung von Attributionsvoreingenommenheiten

JONES/NISBETT (1971) machen auf eine Attributionsvoreingenommenheit aufmerksam, die als dispositioneller Attributionsfehler bekannt wurde. Damit ist gemeint, daß Beobachter dazu tendieren, Verhalten einer anderen Person auf deren Dispositionen und Merkmale, z. B. deren Charakter, zurückzuführen, während das Subjekt selbst dazu tendiert, das Verhalten aus situationalen Faktoren zu erklären oder zu rechtfertigen.

Nun treffen wir gerade bei Gefühlssubjekten auf eine ausgeprägte Voreingenommenheit, die eigenen Gefühlen auf Anlässe zurückzuführen und als Widerfahrnisse zu interpretieren. Wäre es nicht in vielen Fällen wünschenswert, das Gefühlssubjekt in eine Beobachterposition zu bringen, aus der heraus die „eigenen Beiträge“ zu den gefühlsrelevanten Kognitionen aufgeklärt werden können? Wenn dies als regelmäßiger Bestandteil einer Gefühlsbildung vermittelt würde, sollte es bei Gelegenheit heftiger Gefühle leichter sein, diese Perspektive einzunehmen und entsprechende Beratungsvorschläge nicht als Zeichen der Verständnislosigkeit zurückzuweisen.

11. Aufklärung über Attributionsfehler

Es gibt anders geartete Attributionsfehler, die bei Emotionsattributionen (SCHACHTER 1971) unterlaufen, wenn – wie oben gesagt – das Subjekt nach Erklärungen für physiologische Aktivierung unterschiedlicher Genese sucht und diese in Emotionsanlässen findet, die nichts mit der Entstehung des arousal zu tun haben (DIENSTBIER 1979). Wenn die wahre Ursache des arousal bekannt ist (Stressoren, hormonelle Veränderungen usw.), sind irrtümliche emotionale Attributionen nicht zu erwarten. Auch durch Gefühle entstandenes arousal kann fehlinterpretiert werden auf nicht emotionale Ursachen oder auch auf andere fokussierte Emotionsanlässe. Durch Ärger während des Tages kann ein Aktivationszustand entstehen, der fälschlicherweise am Abend auf einen andernfalls nichtigen Anlaß zurückgeführt wird, auf den dann mit heftigem Ärger reagiert wird (AVERILL 1979).

Auf die Stimmungsabhängigkeit von Gefühlen ist in diesem Zusammenhang ebenfalls zu verweisen. Depressive sehen keine Anlässe für Freude oder Stolz, sondern solche für Angst oder Schuld. Die Forschungen zur experimentellen Stimmungsinduktion (z. B. ISEN et al. 1978) bestätigen, daß Wissen über die wahren Ursachen der Stimmung emotionale Fehlattritionen reduziert. Wer glaubt, daß seine Stimmung wegen des schlechten Wetters gedrückt ist, erklärt sich diese nicht aus allgemeiner Lebensunzufriedenheit, für die natürlich auch reichlich Gründe zu finden wären (SCHWARZ/STRACK 1986). Für die Bildung von Emotionen ergibt sich daraus als Desiderat, über die Voraussetzungen von Gefühlen aufzuklären und die Bereitschaft zur Überprüfung der Angemessenheit der aktuellen Emotionen zu wecken.

12. Entscheidung für Gefühle

Die Widerfahrnis-These wird durch den Sprachgebrauch stabilisiert. Wir sagen: „Ich wurde von Wut gepackt“, „Die Angst beschlich mich“, „Ich fiel in Trauer“, „I fell in love“. Wir sagen nicht: „Heute will ich mal Mitleid erleben, mich mal richtig empören oder verlieben oder ängstigen“. Wir reden so, als hätten wir auf Anlässe zu warten und billigen Gefühlen Unkontrollierbarkeit zu. Wie kommt das?

Gefühle beruhen auf spezifischen Sichtweisen des Anlasses, und diese

Sichtweise gilt subjektiv nicht hypothetisch, sondern assertorisch. Wer sich empört, weiß, daß ein Anspruch oder eine Norm sträflich verletzt wurde, er fragt nicht vorsichtig tastend, ob das so sei. Wer Angst hat, weiß, daß etwas bedroht ist. Wer stolz ist, weiß, daß er sich ein Handlungsergebnis zuschreiben darf. Und bei allen Gefühlen weiß man, daß der Anlaß gut oder schlecht für einen selbst ist, daß man betroffen ist.

Folgt aus dem nicht, daß man eine Veränderung von Gefühlen versuchen kann über eine Ersetzung assertorischer Urteile durch Fragen und hypothetische Urteile? Praktisch würde dieses Ziel erreichbar sein durch Schaffung eines Repertoires alternativer Hypothesen und die Bekräftigung der Regel, wenigstens eine Alternative ernsthaft zu erwägen. In jeder Ehetherapie sollte für jede ärgerauslösende Äußerung des Partners wenigstens eine Alternative zur spontanen Interpretation gefordert werden. Kompetente Gefühlsmoderatoren zeichnen sich durch Einfallsreichtum an Alternativhypothesen aus. Auch für das Urteil der Betroffenheit (ist gut für mich – ist schlecht für mich) gibt es Alternativhypothesen, die etwa in der life-stress-Forschung beschrieben werden unter Kategorien wie Neubewertung von Verlusten z.B. durch Vergleich mit stärker Betroffenen, durch Vorstellung noch schlimmerer Ereignisse (z.B. TAYLOR u. a. 1983) oder durch eine neue Bilanzierung von Verlusten und Gewinnen, z.B. über Sinnfindungen oder Neuordnung von Lebensprioritäten (SCHULZ/DECKER 1985). Die Fokussierung auf einen Gefühlsanlaß kann ebenfalls als eine Entscheidung aufgefaßt werden. Wer im Flugzeug sitzt, kann an den Absturz denken, er hat aber auch andere Optionen. Wenn ihm nichts besseres einfällt oder verfügbar ist, kann er sich z. B. auf zuvor in einer Desensibilisierung trainierte Entspannungsübungen konzentrieren.

Wir sollten erkennen, daß wir Optionen haben, wann wir in der Tat gewählt haben, daß wir uns für Gefühle entschieden haben. Voraussetzung für die Annahme von Wahlen ist selbstverständlich, daß nicht ein deterministisches Menschenbild angelegt wird. Die Psychologie der Gefühle scheint noch ein Reservat des deterministischen Denkens zu sein, was einmal aus phylogenetischen Herleitungen stammen mag, zum anderen aus der Psychopathologie von Gefühlen, die als Pathologie der Freiheit (LUTHE 1981) gilt: So ist sie als Ausschlußgrund für strafrechtliche Zurechenbarkeit definiert.

Die Bemühung der Wissenschaft geht jedoch dahin, den Raum des Entscheidbaren zu vergrößern. Therapeuten wie Erzieher bemühen sich darum, das scheinbar oder zunächst Unwillkürliche kontrollierbar zu machen. Entsprechend sind ihre Störungsdefinitionen: Hilflosigkeit, Zwanghaftigkeit, Heteronomie, Impulsivität, Affektüberflutung. Die zugeordneten Ziele sind unter Begriffen wie Selbstwirksamkeit, Kontrollierbarkeit, Reflexivität, Problemlösefähigkeit, Selbstverantwortlichkeit, rationale Entscheidungsfähigkeit, Fähigkeit zur Aufdeckung logischer und empirischer Fehler in Annahmesystemen, Ziel- und Sinnklärung, Ich-Stärke gefaßt (MONTADA 1983). Entscheidbarkeit impliziert allerdings Verantwortlichkeit. Selbstverständlich ist die These provokativ übergeneralisiert. Wenn wir uns aber bewußt machen, wie häufig wir ein Gefühl durch Wiederholung geeigneter Kognitionen und Interpretationen alimentieren, dann wird deutlich, daß wir in vielen Fällen für

unseren Ärger, unsere Ängste ebenso verantwortlich sind wie für die Gefühlsverdrängungen, die uns auch nicht passieren, sondern um die wir uns häufig mit einiger Anstrengung bemühen müssen.

Vielen sträuben sich die Haare bei der provokativen These „Entscheidung für Gefühle“. In der Tat birgt die Zuschreibung von Verantwortlichkeit für das Gefühlssubjekt und das soziale Umfeld im Falle belastender Gefühle auch Gefahren. Wenn die Kontrolle nicht im erwarteten Maße gelingt, können daraus beim Gefühlssubjekt sekundär Schuld- und Schamgefühle entstehen, im sozialen Umfeld Ärger und Schuldvorwürfe. Das soziale Umfeld kann Verständnis zurücknehmen, eine wichtige Form der Unterstützung. Das Gefühlssubjekt kann zurückgestoßen werden oder mit Änderungsforderungen konfrontiert werden, unter denen viele nach Verlusterfahrungen leiden (ТЮРИС 1986). Die platte These birgt diese Gefahr. Expertise im Umgang mit Gefühlen sicher nicht, weil die Schwierigkeiten bekannt sind und weil in belastenden Gefühlen positive Aspekte gesehen werden.

13. *Gute und schlechte Gefühle?*

Unter der Annahme, daß Gefühle kontrollierbar sind, sind Zielentscheidungen möglich und notwendig. Es ist hier nicht der Ort, Diskurse über Ziele zu führen. Es sollte aber klargestellt werden, daß es nicht grundsätzlich gute, förderungswürdige, und schlechte, zu vermeidende Gefühle gibt. Es gibt zwar verbreitete kulturelle Bewertungen von Gefühlen: Neid gilt als unfein, Schadenfreude ebenfalls, Eifersucht und Angst als unmännlich, Wut als unweiblich, Rachegefühle als unmoralisch.

Auf allgemeinerem Niveau wird seelische Gesundheit definiert als Bilanz positiver und negativer Gefühle, aber weiß man interindividuell und transsituational, was positiv und was negativ ist (BECKER 1982)? Bezogen auf die Intensität wird man vielleicht sagen können, daß jedes extrem gesteigerte Gefühl problemgenerierend sein kann, auch Freude oder Stolz, und daß umgekehrt eine Reduktion der Gefühlsintensitäten auf Null die Frage aufwirft, was nun zum Weiterleben motivieren könnte.

Bezüglich der Qualität diskreter Gefühle ist eine einfache Kategorisierung in gut oder schlecht nicht möglich. Nach welchen Kriterien sollte man das versuchen? Als erstes wäre das subjektive Motiv, ein Gefühl zu evozieren oder zu vermeiden, bzw. ein evoziertes Gefühl beizubehalten oder zu reduzieren, zu nennen. Dabei muß man sich erinnern, daß auch Tragödien ihr Publikum haben, und es gibt Leute, die zum fünften Mal mit verweinten Augen aus demselben Film rauskommen. Ob Eifersucht eine Qual oder eine Leidenschaft ist, ist zumindest im Volksmund umstritten. Auch Gefühle wie Ärger, Empörung, Haß und Neid werden von ihren Trägern nicht selten mit Fleiß alimentiert.

Ein anderes Kriterium ist das der Funktion von Gefühlen. Geht man über Funktionshypthesen für das phylogenetische Überleben von Gefühlen hinaus, stellt man eine Funktionsvielfalt als Regelfall fest. Schuldgefühle können

deprimieren bis zum Suizid. Sie können aber auch eine Bekräftigung persönlicher Normen oder zum Ausgleich angerichteten Schadens motivieren. Empörung kann zu Grausamkeit und Terror, legitimer Selbstbehauptung und altruistischer Durchsetzung gerechter Ansprüche sozial Benachteiligter führen.

Eine Vermeidung von Trauer würde implizieren, daß man die Erinnerung an eine geliebte Person vermeidet und damit wichtige Teile der eigenen Biographie und des Selbsterlebens in der Interaktion mit den verlorenen Personen aufzugeben hätte. Trauer kann jenen Teil des Selbst bewußt machen, der in der Interaktion mit dem verlorenen Partner gestaltet wurde und die symbolische Wiederholung und Fortführung dieser Interaktion muß durchaus nicht sinnlos sein. Allgemein kann man sagen, daß alle Gefühle die positive Funktion haben können, die spannende Entdeckungsreise in das Ich, also die Selbsterkenntnis, zu ermöglichen. Fazit: Eine Zielbildung auf diesem Niveau ist nicht generell möglich, sondern muß im Einzelfall begründet werden. Was bleibt, ist allgemein mit dem Stichwort „Kontrollierbarkeit der Gefühle“ umschrieben.

14. Ausgeklammerte Themen

Viele Fragen wurden nicht angesprochen, die für das Thema „Bildung von Gefühlen“ bedeutsam sind. Ausgeklammert blieb der ganze Komplex der *Bindung von Gefühlen* an Anlässe, an Personen, Gegenstände, Symbole, Tätigkeiten, usw. Wen oder was man liebt, woran man Freude findet, wogegen Feindseligkeit, wovor Ekel, weswegen Schuld und Scham, wofür Dankbarkeit usw., das ist – sofern es nicht wirklich genetisch programmiert ist – Ergebnis von Erfahrung und sozialer Vermittlung. Wie man sich dieses Lernen vorstellen kann, dazu machen die verschiedensten Lern- und Sozialisationstheorien Angebote. Nur angedeutet wurden Strategien der Veränderung von gefühlsrelevanten Kognitionen.

Ebenfalls nicht angesprochen wurde die Frage, welche Auswirkungen Anregungen von Gefühlserfahrungen und Verarmung an solchen Anregungen (etwa im Hospitalismus oder in psychopathogenen Entwicklungskontexten) haben; die Frage, ob es Katharsis im alten und im psychoanalytischen Sinn gibt; die Frage, ob es eine Verdrängung von Gefühlen in dem Sinne gibt, daß sie unbewußt werden, aber „virulent“ bleiben.

Ausgeklammert blieben auch Einwände gegen die hier vorgetragene These von der Kontrollierbarkeit, die z. T. heftig vorgebracht werden, so daß deutlich wird, daß hier etwas verteidigt wird. Die Angriffe auf die These werden mit Zweifeln an Kontrollmöglichkeiten, vor allem aber mit Zweifeln an der Legitimität begründet: Bewahrung der Authentizität, Echtheit, Aufrichtigkeit, Spontaneität, Freiheit (in diesem Falle von Verantwortlichkeit) sind die Stichworte. Man sollte die Einwände ernst nehmen und die Diskurse führen. Dieser Beitrag enthält nur die Positionen des Proponenten.

Literatur

- ARNOLD, M. B.: *Emotion and Personality*. Vol. 1: Psychological Aspects. New York: Columbia University Press 1960.
- AVERILL, J. R.: A Semantic Atlas of Emotional Concepts. In: *Catalog of Selected Documents in Psychology*. Ms. Nr. 1103 5 (1975), 330.
- AVERILL, J. R.: *Anger*. Lincoln, Nebr.: University of Nebraska Press 1979.
- BAUER, B.: *Eifersucht*. (Unveröff. Diplomarbeit. Univ. Trier.) Trier 1988.
- BECK, A. T.: *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. New York: International University Press 1976.
- BECKER, P.: *Psychologie der seelischen Gesundheit*. Bd. 1. Göttingen 1982.
- BISCHOF, N.: *Emotionale Verwirrungen. Oder: Von den Schwierigkeiten im Umgang mit der Biologie*. In: *Bericht über den 36. Kongreß der Deutschen Gesellschaft für Psychologie in Berlin 1988*. Göttingen (im Druck).
- BOTTENBERG, E. H.: *Emotionspsychologie. Ein Beitrag zur empirischen Dimensionierung emotionaler Vorgänge*. München 1972.
- BRANDTSTÄDTER, J.: *Emotion, Kognition, Handlung: Konzeptuelle Beziehungen*. In: LANTERMANN, E.-D./ECKENSBERGER, L. H. (Hrsg.): *Emotion und Reflexivität*. München 1985.
- DERIVERA, J.: *A Structural Theory of the Emotions (= Psychological Issues X (4) 40)*. New York: International University Press 1977.
- DIENSTBIER, R. A.: *Emotion-attribution-theory: Establishing Roots and Exploring Future Perspectives*. In: HOWE, H. E. JR./DIENSTBIER, R. A. (Eds.): *Nebraska Symposium on Motivation 1978, 27*. Lincoln, Nebr.: University of Nebraska Press 1979, S. 237–306.
- ELLIS, A.: *Humanistic Psychotherapy*. New York: McGraw-Hill 1973.
- EPSTEIN, S.: *Controversial Issues in Emotion Theory*. In: SHAVER, P. (Ed.): *Review of Personality and Social Psychology*. Beverly Hills: Sage Publications 1984, S. 64–88.
- ERTEL, S.: *Die emotionale Natur des „semantischen“ Raumes*. In: *Psychologische Forschung* 28 (1964), S. 1–32.
- FRIDA, N. H.: *Emotion, Cognitive Structure, and Action Tendency*. In: *Cognition and Emotion* 1 (1987), S. 115–143.
- FÜRNRATT, E.: *Angst und instrumentelle Aggression*. Weinheim 1974.
- HEBB, D. O.: *On the Nature of Fear*. In: *Psychological Review* 53 (1946), S. 259–276.
- ISEN, A. M./SHALKER, T. E./CLARK, M./KARP, L.: *Affect, Accessibility of Material in Memory, and Behavior: A Cognitive Loop?* In: *Journal of Social and Personality Psychology* 36 (1978), S. 1–12.
- IZARD, C. E.: *Patterns of Emotion*. New York: Academic Press 1972.
- JONES, E. E./NISBETT, R. E.: *The Actor and the Observer: Divergent Perceptions of the Causes of Behavior*. Morristown, N. J.: General Learning Press 1971.
- LAUX, L./WEBER, H.: *Bewältigung von Emotionen*. In: SCHERER, K. R. (Hrsg.): *Psychologie der Emotion. Enzyklopädie der Psychologie*. Göttingen 1988 (im Druck).
- LAZARUS, R. S.: *A Cognitively Oriented Psychologist Looks at Feedback*. In: *American Psychologist* 30 (1975), S. 553–561.
- LUTHE, R.: *Verantwortlichkeit, Persönlichkeit und Erleben*. Berlin 1981.
- MONTADA, L.: *Verantwortlichkeit und das Menschenbild in der Psychologie*. In: JÜTEMANN, C. (Hrsg.): *Psychologie in der Veränderung*. Weinheim 1983, S. 162–188.
- MONTADA, L.: *Die Bewältigung von „Schicksalsschlägen“ – erlebte Ungerechtigkeit*

- und wahrgenommene Verantwortlichkeit. In: Schweizerische Zeitschrift für Psychologie 47 (1988), S. 203–216.
- MONTADA, L./BOLL, T.: Auslösung und Dämpfung von Feindseligkeit. In: BUNDESMINISTERIUM DER VERTEIDIGUNG P II 4 (Hrsg.): Untersuchungen des Psychologischen Dienstes der Bundeswehr 23 (1988), S. 43–144.
- MONTADA, L./DALBERT, C./REICHLER, B./SCHMITT, M.: Urteile über Gerechtigkeit, „existentielle Schuld“ und Strategien der Schuldabwehr. In: OSER, F./ALTHOF, W./GARZ, D. (Hrsg.): Moralische Zugänge zum Menschen – Zugänge zum moralischen Menschen. München 1986, S. 205–225.
- MONTADA, L./SCHNEIDER, A.: Justice and Emotional Reactions to Victims. In: Berichte aus der Arbeitsgruppe „Verantwortung, Gerechtigkeit, Moral“ Nr. 47. Fb I – Psychologie. Trier 1988.
- REISENZEIN, R./HOFMANN, T.: Discrimination of Emotions by Cognitive Appraisals: A Study of 23 Affects. (Unveröff. Manuskript) Berlin 1988.
- ROSEMAN, J.: Cognitive Determinants of Emotions: A Structured Theory. In: SHAVER, P. (Ed.): Review of Personality and Social Psychology. Emotions, Relationship, and Health. Beverly Hills, Calif.: Sage 1984, S. 11–36.
- SCHACHTER, S.: Emotion, Obesity, and Crime. New York: Academic Press 1971.
- SCHACHTER, S./SINGER, J.: Cognitive, Social, and Physiological Determinants of Emotional State. In: Psychological Review 79 (1962), S. 379–399.
- SCHHELP, T./KEMMLER, L. Emotion und Psychotherapie. Bern: Huber 1988.
- SCHULZ, R./DECKER, S.: Long-term Adjustment to Physical Disability: The Role of Social Support, Perceived Control, and Self-blame. In: Journal of Personality and Social Psychology 48 (1985), S. 1162–1172.
- SCHWARZ, N./STRACK, F.: Kognitive und affektive Prozesse bei der Beurteilung des subjektiven Wohlbefindens. Unveröff. Manuskript 1986.
- SMITH, C.A./ELLSWORTH, P.C.: Patterns of Cognitive Appraisal in Emotion. In: Journal of Personality and Social Psychology 48 (1985), S. 813–838.
- SOLOMON, R. C.: The Passions. New York: Anchor Press 1976.
- TAYLOR, S. E./WOOD, J. V./LICHTMAN, R. R.: It Could be Worse: Selective Evaluation as a Response to Victimization. In: Journal of Social Issues 39 (1983), S. 19–40.
- THOITS, P. A.: Social Support as Coping Assistance. In: Consulting and Clinical Psychology 54 (1986), S. 416–423.
- TRAXEL, W.: Emotionsdimensionen. In: EULER, H. A./MANDL, H. (Hrsg.): Emotionspsychologie. Ein Handbuch in Schlüsselbegriffen. München 1983, S. 19–27.
- TRAXEL, W./HEIDE, H. J.: Dimensionen der Gefühle. Das Problem der Klassifikation der Gefühle und die Möglichkeiten seiner empirischen Lösung. In: Psychologische Forschung 26 (1961), S. 179–204.
- WEINER, B.: The Emotional Consequences of Causal Attributions. In: CLARK, M. S./FISKE, S. T. (Eds.): Affect and Cognition. Hillsdale, N.J.: Erlbaum 1982, S. 185–209.
- ZAJONC, R. B.: Feeling and Thinking. Preferences Need no Inferences. In: American Psychologist 35 (1980), S. 151–175.

*Abstract**On the Formation of Emotions*

The view is held that emotions are based on specific cognitions (cognitive appraisals) of occasions. It is argued that cognitive models have a heuristic value for research and practise far beyond that of the general concept of stress. As examples the emotions resentment, rage, hate, fear, and jealousy are analyzed in some detail. After having discussed several objections against the validity of cognitive models (e.g., „emotions are precognitive“, „emotions are experienced passively“, „emotions are syndroms with physiological, behavioral, cognitive etc. components“) their usefulness for several educational and developmental goals is stated: development of conceptual schemes of emotions facilitating communication and role taking, clarification of vague emotional states and mixtures of emotions, making use of the informational content of emotions for identifying and solving problems, gaining control over emotions by acquiring knowledge of own perceptual and conceptual predispositions, attributional biases and emotional misattributions. Cognitive models of emotions suggest as a general developmental aim to become aware of alternative views and options, thus allowing cognitive decisions to change the intensity or quality of emotions. This is not a plea to avoid stressful emotions in general which may in fact mediate a rich understanding of important transactions.

Anschrift des Autors:

Prof. Dr. Leo Montada, Holunderweg 21, 5500 Trier.