

Steiger, Siegfried; Schiefer, Hans Joachim; Kunkel, Klaus; Klinzing, Hans Gerhard
Ein Effektivitätsvergleich eines Trainings zur Selbstsicherheit und eines Trainings zur nichtverbalen Ausdruckskraft

Unterrichtswissenschaft 12 (1984) 4, S. 359-366



Quellenangabe/ Reference:

Steiger, Siegfried; Schiefer, Hans Joachim; Kunkel, Klaus; Klinzing, Hans Gerhard: Ein Effektivitätsvergleich eines Trainings zur Selbstsicherheit und eines Trainings zur nichtverbalen Ausdruckskraft - In: Unterrichtswissenschaft 12 (1984) 4, S. 359-366 - URN: urn:nbn:de:0111-pedocs-295567 - DOI: 10.25656/01:29556

<https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0111-pedocs-295567>

<https://doi.org/10.25656/01:29556>

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

Ein Effektivitätsvergleich eines Trainings zur Selbstsicherheit und eines Trainings zur nichtverbalen Ausdruckskraft

Die vorliegende Untersuchung vergleicht die Wirkung zweier verschiedener Trainings auf nichtverbale Ausdruckskraft und Selbstsicherheit. Die Ergebnisse zeigen, daß aufgrund eines Verhaltenstrainings die nichtverbale Expressivität der Trainierenden signifikant gesteigert werden kann. Ein Selbstsicherheitstraining hat hier nur geringe Effekte. Das Verhaltenstraining bewirkt eine Erhöhung der fremdwahrgenommenen, das Selbstsicherheitstraining eine Erhöhung der selbstwahrgenommenen Selbstsicherheit. Zwischen fremdwahrgenommener Selbstsicherheit und nichtverbalem Verhalten zeigt sich ein mittlerer linearer Zusammenhang.

Effects of different trainings on nonverbal expressiveness and assertiveness

This study compares the effects of two different trainings on nonverbal expressiveness and assertiveness. The results indicate that nonverbal expressiveness of the trainees can be increased significantly through a training program, an assertiveness training has only minimal effects. The nonverbal behavior training causes an increase in observer attributed assertiveness, the assertiveness training an increase in self-attributed assertiveness. There is a medium linear correlation between observer attributed assertiveness and nonverbal behavior.

Der Begriff der Selbstsicherheit hat in den letzten Jahren in der wissenschaftlichen Diskussion zum Selbstsicherheitstraining eine inhaltliche Wandlung erfahren. Stand am Anfang eher Durchsetzungs- oder Selbstbehauptungsverhalten im Mittelpunkt (Salter 1949, 1964; Wolpe 1958, 1969), so wird neuerdings stärker die für alle an der Situation Beteiligten angemessene Bewältigung von als sozial schwierig wahrgenommenen Situationen, d.h. erfolgreiches, sozial angemessenes Verhalten betont (Alberti & Emmons 1974; Ullrich & Ullrich de Muynck 1975). Wenn von Selbstsicherheit die Rede ist, so ist damit kein einheitliches Konstrukt gemeint, sondern immer nur der Überbegriff für die verschiedensten Verhaltensklassen bzw. Inhalte sozialer Interaktionen wie z.B.: Forderungen stellen können, Lob annehmen, sich Fehler erlauben können und öffentliche Kritik und Beachtung ertragen können (vgl. Ullrich & Ullrich 1976). Damit solche sozialen Situationen im Beruf und auch Privatleben besser bewältigbar sind, muß auf soziale Fertigkeiten zurückgegriffen werden. Solche sozialen Fertigkeiten kommen in der erfolgreichen und angemessenen Verwirklichung von Zielen und Handlungen in spezifischen Situationen zum Tragen. Eine Forderung, die Erfolg haben soll, muß anderen gegenüber zweckmäßig und angemessen ausgedrückt werden können. Nichtverbales Verhalten spielt dabei eine wichtige Rolle (z.B. v. Hollen et al. 1980).

Bereits Salter (1949), der als der Begründer des Selbstsicherheitskonzepts gilt, hat in erster Linie Ausdrucksverhalten gefordert. Mit der zu Beginn der 70er Jahre wiederentdeckten „Körpersprache“ hat sich auch im Bereich des Trainings zur Förderung selbstsicheren Verhaltens ein zunehmendes Interesse für nichtverbale Verhaltensweisen entwickelt (z.B. Serber 1972).

Der Zusammenhang verschiedener nichtverbaler Verhaltensweisen mit Selbstsicherheit wurde bisher mit unterschiedlichen methodischen Vorgehensweisen untersucht. Zur Erfassung von Selbstsicherheit wurden Beobachtereinschätzungen (z.B. *Pachman et al.* 1978; *Rose & Tryon* 1979), Selbsteinschätzungen (z.B. v. *Hollen et al.* 1980) oder eine Kombination von beidem (z.B. *Zimmer* 1976; *Eisler et al.* 1973) eingesetzt. Zur Messung sehr unterschiedlicher Verhaltensparameter wurden meist Schätzskalen verwendet. Nur wenige Autoren (z.B. *Zimmer* 1976; v. *Hollen et al.* 1980) erfaßten Verhalten auch auf quantitativer Ebene. Insgesamt zeigen Untersuchungen in diesem Bereich zwar aufgrund dieser Unterschiedlichkeit der Verhaltensparameter und Ansätze, mit denen „Selbstsicherheit“ und nichtverbales Verhalten erfaßt wird, kein einheitliches Bild, dennoch lassen sich Hinweise zum Zusammenhang dieser Variablen gewinnen. So zeigen die Ergebnisse immerhin, daß es aufgrund nichtverbal übermittelter Information möglich ist, mit hoher Zuverlässigkeit zwischen sehr selbstsicheren und weniger selbstsicheren Personen zu unterscheiden (*McFall et al.* 1982). Die Ergebnisse von *Eisler et al.* (1973), *Pachman et al.* (1978) und v. *Hollen et al.* (1980) weisen auf die Bedeutung des Blickkontakts, stimmlichen Ausdrucks und der Antwortdauer für die Selbstsicherheitseinschätzung hin. *Rose & Tryon* (1979) zeigten durch systematische Variation einzelner Verhaltensvariablen zusätzlich die Bedeutung von Gestik und Sprechinhalt für selbstsicheres Verhalten auf. Weiterhin zeigte sich in Untersuchungen ein Einfluß situativer Kontextvariablen (Grad der Vertrautheit, Inhalt der Interaktionssituation, Geschlecht der Interaktionspartner) auf Verhaltenskomponenten im Bereich der Selbstsicherheit (z.B. *Eisler et al.* 1975) – Befunde, die im Selbstsicherheitstraining Verwendung finden (z.B. *Ullrich & Ullrich* 1976). Alle diese Arbeiten weisen auf einen Zusammenhang zwischen nichtverbalem Verhalten und Selbstsicherheit hin. Bisher ist jedoch nicht untersucht worden, wie ein Selbstsicherheitstraining im Vergleich zu einem Training nichtverbaler Expressivität auf die Selbstsicherheit und auf das nichtverbale Verhalten von Personen wirkt.

Ziele der Untersuchung/Versuchsanordnung

Ziel der Untersuchung war, die relative Effektivität eines Programms zum Training von nichtverbalem Verhalten und eines Programms zum Training von Selbstsicherheit auf die Ausprägung nichtverbaler Expressivität und auf (selbst- und fremdeingeschätzte) Selbstsicherheit in einer Laborsituation während eines Kursvortrags zu überprüfen. Das Training nichtverbalen Verhaltens basierte auf Entwicklungsarbeiten von *Fitzner* (1984) und *Klinzing et al.* (1983, 1984), das Selbstsicherheitstraining auf den Arbeiten von *Ullrich/Ullrich* (1976). Für die Teilnehmer an den beiden Trainings wurden dreimal Daten erhoben, in einem Vortest (VT), Nachtest (NT) und Nachfolgetest (NFT). Schematisch dargestellt sieht die Versuchsanordnung wie folgt aus:

0_1	X_1	0_2	0_3
0_1		0_2	X_2
			0_3

Dabei bedeuten: O_1 die Vortests zur Kontrolle des Eingangsverhaltens in bezug auf die abhängigen Variablen, O_2 die Nachtests zur Prüfung der Auswirkungen des Trainings vs. keinem Training und O_3 die Nachfolgetests zur Prüfung der Auswirkungen des Selbstsicherheitstrainings X_1 und des Trainings nichtverbalen Verhaltens X_2 .

Hypothesen

Die folgenden Hypothesen wurden aufgestellt:

- H₁: Beide Gruppen verbessern sich durch die jeweiligen Treatments in der fremd- und selbsteingeschätzten Selbstsicherheit und in der nichtverbalen Ausdruckskraft.
- H₂: Gruppe 2 verbessert sich stärker als Gruppe 1 im Bereich der nichtverbalen Ausdruckskraft.
- H₃: In der selbst- und fremdeingeschätzten Selbstsicherheit sind nach dem jeweiligen Treatment keine Unterschiede zwischen den Gruppen vorhanden.
- H₄: Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem Ausmaß der nichtverbalen Ausdruckskraft und der selbst- bzw. fremdeingeschätzten Selbstsicherheit.

Datenerhebung

Die Vor- und Nachtests und Nachfolgetests bestanden aus:

- a) Teilen des Emotionalitätsinventars (EMI-B) von *Ullrich/Ullrich* (1977): 30 bipolare Adjektivpaare 6fach abgestuft (siehe *Kunkel, Schiefer, Steiger* 1984).
- b) Verhaltenstests: Vortrag über ein vorgegebenes Thema von 3–4 Minuten Dauer vor einem „Publikum“ von zwei (einem männlichen und einem weiblichen) Beobachtern; zur Vorbereitung des Themas (5 Minuten) wurden den Teilnehmern schriftliche Informationen geboten. Die Themen stammten aus dem sozialpolitischen Bereich und waren so allgemein gehalten, daß sie mit den Studienfächern der Teilnehmer nicht interagierten.

Die Verhaltenstests wurden mit Fernsehen aufgezeichnet. Die Fernsehaufzeichnungen wurden in systematisch variiert Reihenfolge von trainierten unabhängigen Beobachtern ausgewertet: Drei Beobachter schätzten die nichtverbale Expressivität auf sechs 5-Punkte-Schätzskalen in den Kanälen: Stimme, Mimik, Augen, Blickkontakt, Gestik, Körperhaltung und -bewegung ein (Übereinstimmung der Beobachter $\bar{r} = .85$). Zwei trainierte Beobachter verwendeten das unter a) angeführte Instrument zur Einschätzung von Selbstsicherheit während des Vortrags (Beobachterübereinstimmung $\bar{r} = .97$).

Die Teilnehmer an der Untersuchung

23 Teilnehmer (8 männlich, 15 weiblich; Alter: $\bar{x} = 23$ Jahre; Semesterzahl: $\bar{x} = 5$), die das Lehramt an Gymnasien anstrebten, wählten aus dem Angebot des erziehungswissenschaftlichen Instituts den Ferien-Kompaktkurs zum „Training kommunikativer Fertigkeiten“ aus, in dem die Untersuchung stattfand. 21 von ih-

nen studierten geisteswissenschaftliche, 2 naturwissenschaftliche Fächer. Die Teilnehmer wurden nach Zufall den beiden Trainings (Selbstsicherheitstraining/Training nichtverbaler Wahrnehmungs- und Ausdrucksfähigkeit) zugeordnet, wobei die Gruppen nach Geschlecht ausbalanciert wurden.

Treatments

Das Seminar, in dem die Untersuchung stattfand, wurde als 10tägiger Ferien-Kompaktkurs (6–8 Std. täglich) angeboten. 4 1/2 Tage wurden dem Selbstsicherheitstraining für Gruppe 1 und 4 1/2 Tage dem Training nichtverbaler Wahrnehmungs- und Ausdrucksfähigkeit für Gruppe 2 gewidmet. Insg. ca. 10 Stunden galten den Tests.

a) *Selbstsicherheitstraining*

Trainingsziel in dem 4 1/2tägigen Kurs war es, Forderungen, Wünsche und Bedürfnisse sowie gute und schlechte Gefühle ausdrücken zu können. Des weiteren sollten die Teilnehmer lernen, „nein“ zu sagen und Widerstand zu leisten, Kontakte zu knüpfen, sie weiterzuführen oder zu beenden sowie peinliche Situationen auch in der Öffentlichkeit zu ertragen.

Das Training galt vier Übungsbereichen: Straße/Verkehr, Geschäfte/Lokale, öffentliche Veranstaltungen und Behörden. Hierzu wurden Lernstrategien wie Instruktion, Modellernen, Rollenspiel und Transferübungen, weiterhin Problemlösen, Selbstinstruktion und Einstellungsänderungsstrategien eingesetzt. Jeder der vier Übungsbereiche beinhaltete folgende Trainingselemente:

1. Motivations- und Lockerungsphase (ca. 20 Minuten), 2. Einstufung verschiedener Situationen nach Schwierigkeitsgrad (ca. 40 Minuten), 3. Modellphase (Durchführung und Diskussion, ca. 60 Minuten), 4. Rollenspiele (ca. 60 Minuten), 5. Persönliche Lernzielfestlegung (ca. 20 Minuten), 6. Transferübungen (ca. 120 Minuten).

b) *Training nichtverbaler Wahrnehmungs- und Ausdrucksfähigkeit*

Ziel des Trainings war, die nichtverbale Ausdruckskraft der Teilnehmer zu erhöhen. Innerhalb der 4 1/2 Tage wurde den Bereichen Stimme/Mimik, Blick/Gestik und Körperhaltung und -bewegung je eine Kursphase gewidmet, wobei eine fortschreitende Integration der vorerst erlernten Einzelverhaltensweisen angestrebt wurde. Jede Kursphase enthielt folgende Elemente: 1. Theoriepräsentation (über Bedeutung, Funktion und Auswirkung des entsprechenden nichtverbalen Bereichs, ca. 15 Minuten); 2. Beobachtungsschulung (entspricht einem Diskriminationstraining; allgemein ca. 60 Minuten; spezifisch ca. 40 Minuten); 3. Vorübungen (30–200 Minuten pro Bereich); 4. praktische Übungen mit sofortigem Feedback (5 Microteachingversuche von 10 Minuten und anschließend Feedback aus der Peergruppe von 10 Minuten); 5. Selbstevaluation (Festlegen von individuellen Trainingsschwerpunkten aufgrund von Video- und Peerfeedback).

Datenanalyse

Die Daten wurden mit den zur Beantwortung der Fragestellungen notwendigen Verfahren analysiert:

- t-Tests für abhängige Stichproben für H_1
- t-Tests für unabhängige Stichproben für H_2 und H_3
- Pearson-Korrelationskoeffizient für H_4 .

Die Varianzhomogenität wurde für alle t-Tests vorher geprüft.

Ergebnisse

Die folgenden beiden Tabellen fassen die Ergebnisse zusammen:

Tabelle 1: Mittelwerte und t-Tests von nichtverbaler Expressivität und Selbstsicherheit

Variable	Test	Gr. 1 (selbstsicher)			Gr. 2 (nichtverbal)			Gr. 1 vs Gr. 2		
		$\bar{x}$	t_1 / t_2	t_3	$\bar{x}$	t_1 / t_2	t_3	t_{VT}	t_{NT}	t_{NFT}
Stimme	VT	2.53		2.24				-1.00		
	NT	2.83	-1.79	.31	2.36	-.74			-1.61	
	NFT	2.52	2.19		3.52	<u>-6.76</u>	<u>-5.19</u>			<u>2.46</u>
Blickkontakt	VT	2.50			3.19			1.93		
	NT	3.00	<u>-2.28</u>	-2.14	3.21	-.22			.70	
	NFT	2.91	.36		3.85	<u>-4.01</u>	<u>-3.60</u>			<u>2.76</u>
Augen	VT	2.03			1.91			-.43		
	NT	2.03	.00	.28	1.91	.00			-.45	
	NFT	2.00	.48		2.64	<u>-4.07</u>	<u>-5.45</u>			1.95
Mimik	VT	2.19			2.16			-.15		
	NT	2.25	-.38	-.12	2.21	-.28			-.13	
	NFT	2.24	.20		2.64	<u>-2.71</u>	-1.84			.96
Gestik	VT	1.89			1.85			-.12		
	NT	2.47	<u>-2.39</u>	<u>-3.07</u>	2.03	-1.40			-1.18	
	NFT	2.64	-.80		4.03	<u>-7.04</u>	<u>-7.29</u>			<u>2.89</u>
Körperhaltung	VT	1.33			1.33			.00		
	NT	1.64	-2.19	-1.17	1.33	.00			-1.36	
	NFT	1.70	-.15		2.58	<u>-5.41</u>	<u>-5.22</u>			1.94
Gesamt-score	VT	2.08			2.11			.13		
	NT	2.37	<u>-2.39</u>	-1.25	2.18	.82			-.81	
	NFT	2.33	.41		3.21	<u>-6.83</u>	<u>-5.85</u>			<u>2.44</u>
Selbstsicherheit (S)*	VT	104.8			102.5			-.28		
	NT	88.9	<u>3.37</u>	<u>4.47</u>	91.1	1.89	2.11		.25	
	NFT	79.5	1.89		90.3	.23				1.41

Variable	Test	Gr. 1 (selbstsicher)			Gr. 2 (nichtverbal)			Gr. 1 vs Gr. 2		
		$\bar{x}$	t_1 / t_2	t_3	$\bar{x}$	t_1 / t_2	t_3	t_{VT}	t_{NT}	t_{NFT}
Selbstsicherheit (F)*	VT	110.5	2.08	1.76	103.5	1.77	<u>2.88</u>	-1.21	-1.37	-1.70
	NT	104.0	.02		97.4	1.12				
	NFT	105.3			93.1					

Zeichenerklärung: Signifikanzniveau zweiseitig
 —: $.05 > p > .01$
 ==: $p \leq .01$
 (S): Selbsteinschätzung
 (F): Fremdeinschätzung
 t_1 : Vortest – Nachtest
 t_2 : Nachtest – Nachfolgetest
 t_3 : Vortest – Nachfolgetest
 *: niedriger $\bar{x}$ = hohe Selbstsicherheit

Tabelle 2: Korrelationen von Selbstsicherheit und nichtverbaler Expressivität

		Gr. 1 (Selbstsicherheitstraining)						Gr. 2 (Nichtverbales Verhaltenstraining)					
		VT		NT		NFT		VT		NT		NFT	
		NVE	SS(S)	NVE	SS(S)	NVE	SS(S)	NVE	SS(S)	NVE	SS(S)	NVE	SS(S)
SS(F)	r	.77	.34	.66	.19	.86	.16	.62	.42	.55	.76	.55	.60
	p	.00	.29	.02	.55	.00	.65	.04	.19	.08	.00	.08	.05
SS(S)	r	.26	—	.05	—	.06	—	.16	—	.39	—	.59	—
	p	.43	—	.88	—	.86	—	.65	—	.23	—	.06	—

NVE – Gesamtscore nichtverbale Expressivität

SS(S) Selbsteingeschätzte Selbstsicherheit

SS(F) Fremdeingeschätzte Selbstsicherheit

Die Ergebnisse aus Tabelle 1 zeigen, daß nichtverbale Expressivität aufgrund des Verhaltenstrainings (Gruppe 2) in den Bereichen Stimme, Blickkontakt, Augen, Mimik, Gestik, Körperhaltung und -bewegung sowie die fremdeingeschätzte Selbstsicherheit signifikant ($p < 0.05$) steigen, nicht jedoch die selbsteingeschätzte Selbstsicherheit. Dagegen erhöht sich die Selbstsicherheit (Selbsteinschätzung) aufgrund des Selbstsicherheitstrainings (Gruppe 1) signifikant ($p < 0.05$), während die nichtverbale Expressivität zwar auch, aber deutlich geringer steigt (signifikant nur für Blickkontakt, Gestik sowie Gesamtexpressivität). Die Unterschiede im Nachfolgetest werden in bezug auf nichtverbales Verhalten gegenüber der Selbstsicherheitstraining-Gruppe (mit Ausnahme von Augen, Mimik, Körperhaltung) signifikant, nicht jedoch für Selbstsicherheit, da sich hier auch die Verhaltenstrainingsgruppe (wenn auch nicht signifikant) veränderte.

Keine signifikanten Ergebnisse aufgrund des Trainings ergaben sich in bezug auf durch Beobachter eingeschätzte Selbstsicherheit in dieser Gruppe.

Wie die Ergebnisse in Tabelle 2 zeigen, ergibt sich ein mittlerer positiver Zusam-

menhang zwischen fremdeingeschätzter Selbstsicherheit und nichtverbaler Expressivität (in beiden Gruppen in allen Tests signifikant oder schwach signifikant, $p \leq 0.08$). Für selbsteingeschätzte Selbstsicherheit ergab sich nur bei Gruppe 2 im Nachfolgetest ein schwach signifikanter Zusammenhang.

Die Hypothesen 2 und 3 konnten somit bestätigt werden, die Hypothesen 1 und 4 dagegen nur teilweise.

Diskussion

Die Befunde lassen erkennen, daß die Effekte der Trainings den jeweiligen Zielen entsprechen; Effekte in anderen Bereichen sind nicht oder nur in geringem Maße aufgetreten. Die Ergebnisse zum Zusammenhang zwischen der fremdeingeschätzten Selbstsicherheit und nichtverbalen Verhaltenskomponenten bestätigen die anderer Untersuchungen (z.B. *Eisler et al.* 1973; *Pachman et al.* 1978; *Rose & Tryon* 1979). Schwer zu erklären sind die Ergebnisse in bezug auf die nur geringe Steigerung fremdeingeschätzter Selbstsicherheit in beiden Trainings (nicht signifikant). Gleiches gilt für den Zusammenhang von Expressivität mit selbsteingeschätzter Selbstsicherheit, der sich (bei Gruppe 2) sowohl mit als auch ohne Verhaltenstraining verstärkt, während er beim Selbstsicherheitstraining (nicht signifikant) sinkt. Dies bedarf weiterer Untersuchungen.

Insgesamt mag aus den Ergebnissen gefolgert werden, daß im Rahmen von Selbstsicherheitstraining ein Training nichtverbaler Ausdrucksfähigkeit stärkere Berücksichtigung finden sollte.

Literatur

- Alberti, R. E. & Emmons, M. L.*: Your Perfect Right: A Guide to Assertive Behavior. San Luis Obispo 1974.
- Eisler, R. M., Miller, P. M. & Hersen, M.*: Components of Assertive Behavior. *Journal of Clinical Psychology* 1973 (29), 295–299.
- Eisler, R. M., Hersen, M., Miller, P. M. & Blanchard, E. B.*: Situational Determinants of Assertive Behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 1975 (43), 330–340.
- Fitzner, T.*: Expressives nichtverbales Verhalten. Frankfurt a.M. et al. 1984.
- v. *Hollen, B., Schlote, B., Zimmer, D. & Zykowski, H.*: Relevante Verhaltensbeobachtungsdimensionen beim Äußern von Wünschen und Forderungen. In: *Grawe, K., Zimmer, D., Ullrich de Muynck, R. & Ullrich, R.* (Hrsg.): Soziale Kompetenz II. München 1980.
- Klinzing, H. G., Fitzner, T. & Klinzing-Eurich, G.*: Effects of a Training Program on Expressive Non-verbal Behavior. Paper presented at the Annual Meeting of the AERA. Montreal 1983.
- Klinzing, H. G., Kunkel, K., Schiefer, H. & Steiger, S.*: The Effects of Nonverbal Behavior Training on Teacher Clarity, Interest, Assertiveness, and Persuasiveness during Microteaching. Paper presented at the Annual Meeting of the AERA. New Orleans 1984.
- Kunkel, K., Schiefer, H.-J. & Steiger, S.*: Die Erweiterung der Variabilität nonverbalen expressiven Verhaltens und die Auswirkung auf wahrgenommene Selbstsicherheit und Überzeugungsfähigkeit. Eine empirische Untersuchung. Unveröffentl. Dipl.-Arbeit, Tübingen 1984.
- McFall, M. E., Rochelle, L. W., Brodewick, M. L. & Bornstein, P. H.*: Nonverbal Components in the Communication of Assertiveness. *Behavior Modification* 1982 (6), 121–140.
- Pachman, J., Foy, D. & Massey, F.*: Factor Analysis of Assertive Behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 1978 (46), 347.

- Rose, Y. S. & Tryon, W. W.: Judgements of Assertive Behavior as a Function of Speech Loudness, Latency, Content, Gestures, Inflection and Sex. *Behavior Modification* 1979 (3), 112–123.
- Salter, A.: Conditioned Reflex Therapy. New York 1949.
- Salter, A.: Conditioned Reflex Therapy. In: Wolpe, J., Salter, A. & Reyna, L.: The Conditioning Therapies. New York 1964.
- Serber, M.: Teaching the Nonverbal Components of Assertive Training. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry* 1972 (3), 179–183.
- Ullrich, R. & Ullrich de Muynck, R.: Selbstsicherheit kann man lernen. *Psychologie Heute* 1975 (10), 33–40.
- Ullrich, R. & Ullrich, R.: Das Assertiveness-Trainings-Programm ATP: Einübung von Selbstvertrauen und sozialer Kompetenz. Teil II. München 1976.
- Ullrich, R. & Ullrich, R.: Das Emotionalitätsinventar. Testmanual EMI-B. München 1977.
- Wolpe, J.: Psychotherapy by Reciprocal Inhibition. Stanford 1958.
- Wolpe, J.: The Practice of Behavior Therapy. London: 1969.
- Zimmer, D.: Ausbildung sozialer Kompetenz durch Training in Verhaltensgeschicklichkeit und Selbstregulation. Eine experimentelle Untersuchung zum Selbstsicherheitstraining. Dissertation, Universität Münster 1976.

Verfasser:

Dipl.-Psych. Siegfried Steiger, Dipl.-Psych. Klaus Kunkel, Dipl.-Psych. Hans Joachim Schiefer, Prof. Dr. Hans Gerhard Klinzing, Institut für Erziehungswissenschaft II, Zentrum für Neue Lernverfahren, Münzgasse 11, 7400 Tübingen.