

Peter H. Ludwig

# Imagination

Sich selbst erfüllende Vorstellungen  
zur Förderung von Lernprozessen

Leske + Budrich, Opladen 1999

Vaduz

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	<b>9</b>
<b>Einführung</b> .....	<b>13</b>
<b>1. Teil: Theoretische Grundlagen</b>	
<b>zur sich selbst erfüllenden Vorstellung</b> .....	<b>21</b>
1.1    Konzept der Vorstellung.....	23
1.1.1    Explikation des Vorstellungsbegriffs.....	25
1.1.2    Charakterisierung der mentalen Vorstellung.....	28
1.1.3    Eingrenzung des Betrachtungshorizonts auf leistungsbewertende Vorstellungen.....	38
1.2    Verfahren der Imaginationsintervention.....	41
1.2.1    Suggestions- und Manipulationseinwand.....	44
1.2.2    Imaginative Verfahren und Lerntheorien in der Psychotherapie.....	49
1.2.2.1 <i>Psychodynamische Imaginationstherapien</i> .....	50
1.2.2.2 <i>Kognitiv-behaviorale Imaginationstherapien</i> .....	54
1.2.2.3 <i>Empirische Effizienzkontrolle der Imaginationstherapien</i> .....	73
1.2.3    Klinische Hypnose als imaginatives Verfahren.....	77
1.2.3.1 <i>Bausteine des „Hypnotisierens“</i> .....	78
1.2.3.2 <i>Hypnose-Effekte</i> .....	86
1.2.3.3 <i>Das neue Bild der Hypnose</i> .....	92
1.2.3.4 <i>Hypnose als Imaginationstherapie</i> .....	103
1.2.3.5 <i>Hypnose in pädagogischer Anwendung</i> .....	110
1.2.4    Imaginationstechniken für allgemeine Lernprozesse.....	111
1.2.4.1 <i>Mental-Training</i> .....	111
1.2.4.2 <i>Autosuggestionsformeln</i> .....	116
1.2.4.3 <i>Schriftliche Texte als Vorstellungsanleitung</i> .....	119

1.3	Konzept der sich selbst erfüllenden Vorstellung.....	121
1.3.1	Selbsterfüllung von Vorstellungen.....	121
1.3.1.1	<i>Autarke und erwartungsintegrierte Selbsterfüllung.....</i>	124
1.3.1.2	<i>Selbsterfüllung spontaner Vorstellungen.....</i>	128
1.3.1.3	<i>Selbsterfüllung angeleiteter Vorstellungen.....</i>	133
1.3.2	Placebo-Effekt und Selbsterfüllung.....	135
1.3.2.1	<i>Spezielles Placebo-Verum-Modell bei Erwartungsinduktionen ....</i>	136
1.3.2.2	<i>Allgemeines Placebo-Verum-Modell.....</i>	143
1.3.2.3	<i>Placebos in der Pädagogik.....</i>	144
1.3.3	Modell der erfahrungsbedingten Erwartungsausformung.....	146
1.3.4	Netzwerk der Selbsterfüllung von Ziel-Imaginationen und der erfahrungsbedingten Erwartungsausformung.....	149
1.3.5	Klassifikation von Typen gelenkter Imagination.....	159
1.4	Hochspekulative Imaginationsansätze: Esoterik, Täuschung und Tricks.....	167
1.4.1	Neuro-linguistische Programmierung.....	167
1.4.2	Suggestopädie.....	173
1.4.3	Positives Denken.....	176
1.4.4	Vermeintliche Imaginationseffekte: Feuerlaufen, Showhypnose, Geistheilung.....	179
1.4.5	Resümee: pseudo-wissenschaftliche „Doppelgänger“.....	182
<b>2. Teil:</b>	<b>Praxis der Imaginationsintervention.....</b>	<b>185</b>
2.1	Anwendungsfelder formeller Vorstellungstechniken.....	185
2.1.1	Lern- und Leistungsstörungen.....	186
2.1.2	Kognitive Lernleistungen.....	188
2.1.3	Prüfungsangst.....	190
2.1.4	Sportlich-motorische Leistungen.....	191
2.1.5	Soziales Lernen.....	195
2.1.6	Genereller Pessimismus.....	196
2.2	Alternative imaginationspädagogische Methoden.....	197
2.2.1	Informelle Vorstellungsanleitung.....	198
2.2.2	Kombination mit anderen formellen Methoden.....	202
2.3	Anwendungsprinzipien geleiteter Vorstellungen.....	203
2.3.1	Indikation für die Ziel-Festlegung.....	204
2.3.2	Vorstellungsfähigkeit und Vorstellungsfacetten.....	205

2.3.3	Konstruktion des Vorstellungsinhalts.....	207
2.3.3.1	<i>Äußere Struktur der Vorstellung</i> .....	208
2.3.3.2	<i>Präsentationswiederholung</i> .....	210
2.3.3.3	<i>Erlebensintensität der Vorstellungen</i> .....	210
2.3.3.4	<i>Erfolgsgrad der Vorstellung</i> .....	214
2.3.4	Instruktionsformulierung und Vortragsmodus.....	216
2.3.5	Durchführung einer formellen Imaginationsintervention.....	218
2.3.6	Anwendung autosuggestiver Formeln.....	226

### **3. Teil: Experimentelle Studien zur Selbsterfüllung von Vorstellungen.....229**

3.1	Laborstudie: Lernförderung durch Vorstellungen bei motorischen, kognitiven und kreativen Leistungen.....	231
3.1.1	Hypothesen der Laborstudie.....	231
3.1.2	Testaufgaben.....	232
3.1.3	Versuchsablauf.....	240
3.1.4	Erhebungsinstrumente der subjektiven Variablen.....	242
3.1.5	Imaginationsinstruktionen.....	255
3.1.6	Gruppen-Design und eingesetzte Interventionsformen.....	257
3.1.7	Belohnung als Leistungsmotivierung.....	269
3.1.8	Detail-Schilderung der Experimental-Sitzungen.....	270
3.1.9	Potentielle Störeinflüsse und Vorkehrungen.....	272
3.1.10	Ergebnisse der Laborstudie.....	279
3.1.10.1	<i>Periphere Befunde: Voraussetzungsprüfung</i> .....	280
3.1.10.2	<i>Zentrale Befunde: Hypothesenprüfung</i> .....	287
3.1.11	Diskussion der Labor-Befunde.....	301
3.2	Feldstudie: Lernförderung durch Vorstellungen bei akademischen Leistungen.....	303
3.2.1	Hypothesen der Feldstudie.....	303
3.2.2	Leistungsaufgabe.....	304
3.2.3	Design der Feldstudie.....	305
3.2.4	Imaginationsinstruktionen.....	307
3.2.5	Erhebungsinstrumente.....	309
3.2.6	Detailablauf der Feldstudie.....	312
3.2.7	Potentielle Störeinflüsse und Vorkehrungen.....	313
3.2.8	Ergebnisse der Feldstudie.....	315
3.2.8.1	<i>Per iphere Befunde: Voraussetzungsprüfung</i> .....	316
3.2.8.2	<i>Zentrale Befunde: Hypothesenprüfung</i> .....	318

3.2.9	Diskussion der Feld-Befunde.....	323
3.3	Anmerkungen zu den Labor-und Feldergebnissen.....	327
<b>4. Teil:</b>	<b>Diskussion einer alternativen Theorie</b>	
	<b>zu realisierungsbezogenen Vorstellungseffekten .....</b>	<b>331</b>
4.1	Ansätze zur Rolle der Vorstellung als Determinante ihrer Bestätigung.....	331
4.1.1	Klassifikation der Erwartungseffekte.....	332
4.1.2	Klassifikation der Vorstellungseffekte.....	336
4.2	Hypothese der sich motivational widerlegenden Vorstellung.....	338
4.2.1	Korrelationsstudien zur Widerlegungseffekt-Hypothese.....	342
4.2.2	Konkurrierende experimentelle Befunde.....	349
4.2.3	Synthese-Überlegungen zum Widerspruch zwischen Bestätigungs- und Widerlegungseffekt.....	355
4.3	Kontrastierungseffekt-Hypothese als Reformulierung der Widerlegungseffekt-Hypothese.....	363
4.3.1	Experimente zur Kontrastierungshypothese.....	364
4.3.2	Synthese-Überlegungen zum Bestätigungs- und Kontrastierungseffekt.....	374
	<b>Schlusswort.....</b>	<b>377</b>
	<b>Literatur.....</b>	<b>379</b>
	<b>Register.....</b>	<b>413</b>