

## Research Project

### Motivation-based experience of social interactions in daily life: An intervention study

#### **Project funded by own resources**

**Project title** Motivation-based experience of social interactions in daily life: An intervention study

**Principal Investigator(s)** Nikitin, Jana ;

**Project Members** Hoppler, Sarah Susanna ;

#### **Organisation / Research unit**

Departement Psychologie / Entwicklungs- und Persönlichkeitspsychologie (Nikitin)

**Project start** 01.01.2015

**Probable end** 01.12.2019

**Status** Completed

Negative soziale Erlebnisse (z.B. Konflikte oder Ablehnung) vermindern das Wohlbefinden, verschlechtern die Gesundheit und verkürzen die Lebensdauer. Daher werden sie oft gemieden (*soziale Vermeidungsmotivation*). Paradoxerweise führt soziale Vermeidungsmotivation oft genau zu dem, was vermieden werden soll. Dies ist der Fall, weil verstärkt negative Information verarbeitet wird, was zu einer negativen Bewertung der sozialen Interaktion und folglich zur emotionalen Abkühlung der Beziehung führt.

Diese Befunde basieren fast ausschliesslich auf Studien mit jungen Erwachsenen. In der letzten Zeit sind aber erste Studien mit älteren Erwachsenen entstanden, die zeigen, dass ältere Erwachsene nicht unter den gleichen negativen Konsequenzen von Vermeidungsmotivation leiden. Dies liegt vor allem daran, dass ältere Erwachsene verstärkt auf Bedürfnisse Anderer fokussieren. Der Fokus auf die Bedürfnisse der anderen Person ermöglicht älteren Erwachsenen, der emotionalen Abkühlung in der Beziehung entgegenzuwirken und emotionale Nähe aufrechtzuerhalten. Erste empirische Evidenz aus unseren eigenen Studien bestätigt diese Hypothesen.

Diese Evidenz dient als Basis für die geplante Interventionsstudie. In alltäglichen sozialen Interaktionen wird mit einer erprobten Methode der Fokus auf die Bedürfnisse von Anderen gelenkt. Erwartet wird, dass der Fokus auf Andere die beschriebenen negativen Konsequenzen von Vermeidungsmotivation puffert. Um diese Hypothese zu überprüfen, werden zwei Methoden kombiniert. Einerseits wird mithilfe eines Aufnahmegerätes ein repräsentativer Ausschnitt aus den sozialen Interaktionen der Studienteilnehmer gewonnen und analysiert. Andererseits werden die Studienteilnehmer jeden Tag mithilfe eines strukturierten Fragebogens rekonstruieren und die erlebten sozialen Situationen beschreiben. Die Kombination dieser beiden Methoden liefert nicht nur objektive Daten über alltägliche soziale Situationen, sondern auch über ihr subjektives Erleben, was eine hohe ökologische Validität der Ergebnisse sichert.

Ältere Personen werden oft durch negative Stereotype diskriminiert. Der Fokus auf einen Lebensbereich, in dem ältere jüngeren Erwachsenen überlegen sind, kann diesen negativen Stereotypen entgegenwirken. Darüberhinaus werden die Ergebnisse der Interventionsstudie adaptive motivationale Strategien aufzeigen, mit schwierigen sozialen Situationen umzugehen. Von diesem Wissen profitieren alle Altersgruppen.

**Keywords** social motivation, approach, avoidance, daily behavior, intervention

#### **Financed by**

Other funds

**Add publication**

**Add documents**

**Specify cooperation partners**

| <b>ID</b> | <b>Kreditinhaber</b> | <b>Kooperationspartner</b>      | <b>Institution</b>   | <b>Laufzeit -<br/>von</b> | <b>Laufzeit -<br/>bis</b> |
|-----------|----------------------|---------------------------------|----------------------|---------------------------|---------------------------|
| 4113040   | Nikitin, Jana        | Freund, Alexandra M., Professor | University of Zurich | 01.10.2016                | 01.12.2018                |