

10

Godehard Brüntrup

Motivation und Verwirklichung des autonomen Selbst

Selbst-Realisierung ist das ultimative Faktum aller Fakten. Was wirklich ist, realisiert sich selbst, und was sich selbst realisiert, ist wirklich.

(A. N. Whitehead, *Prozeß und Realität*)

Was aber ist denn dies mein Selbst? Wollte ich von einem ersten Augenblick sprechen, einem ersten Ausdruck dafür, so ist meine Antwort: es ist das Abstrakteste von allem, das doch in sich zugleich das Konkreteste von allem ist – es ist die Freiheit.

(Kierkegaard, *Entweder – Oder*)

Dieser Text will versuchen, Philosophie und psychologische Motivationsforschung wieder miteinander ins Gespräch zu bringen. Innerhalb der Philosophie herrscht bis heute oft eine sehr vereinfachte Auffassung der Motivation vor. Vor allem die Hume'sche Konzeption dominiert (vgl. Smith 2010), nach der Motivation als Zusammenhang von Wünschen und Zweck-Mittel-Überzeugungen verstanden wird. Ein motivierter Mensch hat also das Bedürfnis, dass die Welt auf eine bestimmte Art verändert werde und sein Handeln genau in dieser Veränderung resultieren kann. Das ist eine sehr verkürzte Auffassung, wenn man sich den Stand der psychologischen Motivationstheorien vor Augen führt. Die psychologischen Theorien ihrerseits tun sich naturgemäß schwer, wenn der Bereich des empirisch Messbaren verlassen wird und begriffliche Fragen wie die des Freiheitsproblems oder normative Fragen der Ethik herangezogen werden. Das interdisziplinäre Gespräch kann hier weiterhelfen.

Der Motivationsbegriff in der Philosophie

Die Philosophie hat sich mit dem Thema Motivation in der philosophischen Psychologie und im Rahmen der Handlungstheorie beschäftigt, vor allem in der Theorie des Willens (vgl. dazu Alston 1967). In der Sprache

der heutigen Philosophie ist Motivation eine „propositionale Einstellung“. Also eine mentale Einstellung, die man gegenüber einem sprachlich ausgedrückten Sachverhalt einnimmt. Zu diesen gehören beispielsweise die Einstellungen des Behauptens, des Zweifelns und des Hoffens. Motivation wird oft gleichgesetzt mit der propositionalen Einstellung des Wollens oder Wünschens. Annas Wunsch, heute Sport zu treiben und Schwimmen zu gehen, konstituiert die Motivation für diese Tätigkeit (vgl. Mele 2005, 15). Der motivierende Wunsch ist auf einen möglichen Sachverhalt gerichtet, der vom Verstand sprachlich präsentiert wird. Motivation ist also ein Zusammenhang von Wünschen und Überzeugungen, genauer gesagt praktischen Zweck-Mittel-Überzeugungen. Im philosophischen Sprachgebrauch unterscheidet sich Motivation von einem bloß triebhaften Begehren, das sich nicht auf ein vom Verstand gesetztes praktisches Ziel richtet. Im Folgenden soll gezeigt werden, dass diese philosophische Konzeption der Motivation nicht mehr in einem hinreichenden Einklang steht mit den durch die empirischen Wissenschaften gewonnenen Erkenntnissen. Sie muss deutlich modifiziert werden auf dem Hintergrund der psychologischen Forschung. Dennoch wird die philosophische Motivationstheorie durch den Einbezug rein begrifflicher und normativer Aspekte und ihren Fokus auf die Entwicklung eines Ideals der Sinnerfüllung (Eudaimonie) als Endziel menschlichen Handelns Wege beschreiten, die sich der rein empirischen Analyse entziehen.

Diese philosophische Konzeption der Motivation hat eine lange, verzweigte Geschichte. Schon Platon unterschied drei Seelenkräfte: das Begehren, den Willen und den Verstand. Der Wille war dem Verstand zugeordnet. Diese Unterscheidung hatte weitreichende geistesgeschichtliche Konsequenzen. Die Idee des Willens als eigenes Vermögen hat über Jahrhunderte das philosophische Denken über Motivation bestimmt. Das Motiv des Handelns stammt gemäß dieser Denktradition nicht aus dem triebhaften Begehren, sondern aus einem mit der Vernunft erkannten Handlungsziel, welches dann vom Willen ergriffen wird. Aus heutiger Sicht erscheint dies als eine rationalistische Engführung. Nach Freud sind nicht nur die Gebildeten überzeugt, dass auch dunkle, unbewusste Motive unser Handeln bestimmen. Aber die klassische philosophische Konzeption entspricht zunächst durchaus dem normalen Sprachgebrauch. Wenn der Kriminalist nach dem Motiv des Täters fragt, so richtet er seine Aufmerksamkeit darauf, ob die verdächtige Person einen Grund hatte, die Straftat zu begehen. Ein unvernünftiges, rein aus dem Affekt hervorstrudelndes Begehren wird umgangssprachlich nicht als Motiv bezeichnet. Eine irrationale Affekthandlung ist für den Kriminalisten gerade deshalb schwer aufzuklären, weil sie unmotiviert und damit kaum nachvollziehbar erfolgte. Der Täter wird in diesem Fall nicht umsonst sagen: „Das habe ich nicht gewollt!“

Der Wille wurde also in der Philosophie vom Begehren unterschieden, weil er im Gegensatz zu diesem als dem Verstande zugeordnet gedacht

wurde. Umstritten blieb aber das genaue Zusammenspiel des Verstandes mit dem Willen. Hat die vernünftige Einsicht die Kraft, den Willen zu bestimmen? Die Vorstellung, dass die rechte Prinzipieneinsicht die Grundlage des Handelns sei, hat die europäische Philosophiegeschichte dominiert. Im Grundwerk der europäischen Psychologie, Aristoteles' „De Anima“, wird dies klar ausgedrückt. Das Wollen geht vom Intellekt aus, wird von ihm geleitet (De anim. III 11, 433a23). Für die Stoiker ist der Wille ein vernünftiges Begehren. Cicero bestimmt den Willen als das, was mit Vernunft begehrt wird (Tusc. disp. IV, 6, 12). Für Thomas von Aquin ist der Wille „appetitus rationalis“ (Sum. th. I, 80, 2). Die klarste Ausformung findet diese Denktradition vermutlich in Kants „Grundlegung zur Metaphysik der Sitten“. Der Wille wird dort als ein in der Vernunft begründetes Begehungsvermögen konzipiert. Er ist das Vermögen, sich der Vorstellung gewisser Gesetze gemäß selbst zum Handeln zu bestimmen.

Der Leitungsanspruch der Verstandeseinsichten wurde nicht nur in der Philosophie vertreten. Auch eines der einflussreichsten Bücher der populären Motivationsliteratur, „The Power of Positive Thinking“ von Vincent Peale, drückt diesen oft intuitiv angenommenen Primat des Denkens klar aus. Das bloße Denken positiver Gedanken führt oft zu einer positiven Stimmung und damit zu einer erleichterten willentlichen Handlungsanbahnung, also einer höheren Motivation. Der Verstand lockt den Willen und dadurch das Handeln sozusagen heraus. Der Slogan „believe it – achieve it“ bringt es etwas überzeichnet auf den Punkt.

Es gab jedoch auch eine Sicht, die dem Willen mehr Autonomie gegenüber dem Verstande einräumte. Für Augustinus ist der Wille das Zentrum des menschlichen Geistes (De civ. Dei VI, 11. XIV, 6. XIX, 6). Duns Scotus gab dem Willen die Vorherrschaft im ganzen Reich der Seele (In l. sent. II, 42, 4). Zwar ist der Wille im Gegensatz zum bloßen Begehren auf den Verstand hin ausgerichtet; er ist aber dem Verstand gegenüber autonom. Er kann sich dem Verstand verweigern oder einfach nicht auf ihn reagieren. Auf dieselbe Verstandeseinsicht wird er zu verschiedenen Zeitpunkten unterschiedlich reagieren. Der bewussten Anstrengung des Willens, der Willenskraft, kommt nach dieser Auffassung also eine bedeutendere Rolle zu. Der motivierte Mensch ist einer, der über so ein hohes Maß an Willenskraft verfügt, dass er die vom Verstand gesetzten Ziele auch wirklich durchsetzen kann. Dem Verstand sind also – metaphorisch gesprochen – die Hände gebunden, wenn der Wille sich nicht aktiv einschaltet. Der hochmotivierte Mensch wird dann als jemand gesehen, der seine Willenskraft verlässlich, also ohne Minderung durch Willensschwäche, einzusetzen vermag.

Die Entdeckung des Unbewussten

Die moderne Psychologie hielt zumindest seit Freud diese Debatte der Philosophen über das Verhältnis von Wille und Verstand oft für vorwissenschaftlich. Das positive Bild der Philosophie eines sich bewusst und rational selbst bestimmenden Menschen wurde grundsätzlich in Frage gestellt. Weder der bewusst arbeitende Verstand noch der bewusste Wille sind Herren im Haus der Seele, deren wahre Antriebskräfte in dumpfer Gewohnheit, dem dunklen Ozean des Unbewussten oder in neuronalen Automatismen liegen. Aus der Sicht vieler Psychologen und Hirnforscher sind die klassischen philosophischen Seelenvermögen daher nur alltagspsychologische Metaphern, vielleicht sogar wirkungslose Beigaben, Epiphanomene, die für die wahre Tätigkeit der Psyche ebenso irrelevant sind wie das Pfeifen der Lokomotive für deren Fortbewegung (vgl. Huxley 1874 und, für eine aktuelle Variante dieses Gedankens, vgl. Wegner 2002). Die Annahme, dass der Verstand die Motive des Handelns bestimme, wurde beispielsweise durch Freuds Theorie der „Rationalisierung“ untergraben. Die Rationalisierung stellt einen Abwehrmechanismus dar, welcher die wahren unbewussten Handlungsmotive verdeckt und eine vernünftige Motivation nur vorgaukelt (vgl. Freud 1936). Die Rationalisierung ist eine gut verborgene Lebenslüge. Denn die Lebenslüge ist mehr als eine einfache Konfabulation, die eine peinliche Gedächtnislücke schließen soll. Sie ist ein falsches Selbstbild, das der Flucht aus der Realität dient. Der Dramatiker Henrik Ibsen thematisierte auf klassische Weise die erschreckend mächtige Gegenwart dieser Lüge im Leben des Durchschnittsbürgers und entlarvte ihn damit zugleich als hoffnungslos in Selbsttäuschungen befangen. Ibsen wurde hierbei durch die Lektüre von Kierkegaards „Entweder – Oder“ inspiriert. Es handelt sich nicht allein um eine psychologische, sondern auch um eine philosophische Problemstellung. Die Frage nach einem authentischen, sinnerfüllten menschlichen Leben ist eine idealisierende, normative Frage, die sich einer einfachen empirischen Beantwortung entzieht. Auch in der Philosophie wurde das positive Bild der Motivation als eines für den Handelnden transparenten Wechselspiels von Verstand und Willen zunehmend hinterfragt. Sartre stellt in „Das Sein und das Nichts“ den Menschen als in der Unaufrichtigkeit gefangen dar. Authentizität ist demnach ein letztlich unerreichbares Ideal. Das kantische Bild des sich vernünftig und autonom bestimmenden Menschen wirkt dagegen wie ein Gemälde eines alten Meisters aus einer längst versunkenen Epoche.

Ähnliches kann über den Willen gesagt werden. Die Existenz des bewussten Willens, insbesondere von Willensakten, wurde bis vor wenigen Jahren in der Psychologie oft genug abgestritten. Die Nachwirkungen des Behaviorismus ließen den Willen als eine rein metaphorisch angenommene Kraft im Inneren der „Black Box“ des Geistes erscheinen. Der so genannte Wille war nichts anderes als eine Disposition zu handeln. Diese behavioristische Tendenz fand auch in der Philosophie ihren Ausdruck,

beispielsweise im Denken Ludwig Wittgensteins oder Gilbert Ryles. Auch hier wurden Willensakte – wie auch andere nur aus der Ichperspektive zugängliche mentale Zustände – zugunsten von Verhaltensdispositionen verdrängt.

Zeit für neue interdisziplinäre Studien

Das ist aber nicht die ganze Geschichte. Es gibt in der Philosophie und in der Psychologie auch Gegenbewegungen, gerade in jüngster Zeit. Auf sie aufmerksam zu machen und an sie anzuschließen, wird auch die Aufgabe einer zeitgemäßen Philosophie der Motivation sein. Es ist beispielsweise einem innovativen Psychologen wie Roy F. Baumeister zu verdanken, dass der Willenskraft wieder ein respektabler Ort in der psychologischen Forschung eingeräumt wird. Gerade in den letzten Jahren wurden wiederholbare Experimente durchgeführt, die mit überraschender Deutlichkeit zeigen, dass es Willenskraft gibt, und dass man das Verausgaben dieser Kraft messen kann (vgl. Baumeister/Tierney 2011). Von hierher lässt sich heute wieder leichter eine Brücke zur philosophischen Theorie der Motivation schlagen.

In der Philosophie hat unter anderem Harry Frankfurt mit seiner Theorie der gestuften Willensakte dem Willen wieder einen zentralen Ort zugewiesen (vgl. Frankfurt 1974). Frankfurt unterscheidet Willensakte, die eine Handlung auslösen, von Willensakten höherer Ordnung, die wiederum auf Willensakte niedrigerer Ordnung gerichtet sind. Damit können einige Schwächen des einfachen Humeschen Bildes überwunden werden. Ein Beispiel: Ein Alkoholiker, der sich gerade ein Glas einschenkt, will (1. Ordnung) das Suchtmittel konsumieren, obwohl er gleichzeitig denkt „das will ich nicht, das bringt mich noch um“ und so den Willen (2. Ordnung) hat, nicht mehr trinken zu wollen. Wir haben hier also eine in Stufen strukturierte Theorie des Willens. Frankfurt sieht das Ziel eines sinnerfüllten Lebens erreicht, wenn diese Stufen des Willens sich in Harmonie befinden. Die Aussicht auf diese innere Harmonie selbst ist ein attraktives Ziel und motiviert dazu, das Leben auf dieses Telos hin auszurichten, ein Leben zu führen, bei dem man mit sich selbst im Einklang ist.

Nicht nur die Bedeutung des Willens, auch die Bedeutung des Verstandes wird zumindest seit der kognitiven Wende der Psychologie neu hervorgehoben. Der philosophische Begriff des Verstandes wird in der Psychologie eher unter dem Stichwort „Intelligenz“ behandelt. Auch hier geben die jüngsten Entwicklungen gute Ansatzpunkte, eine relativ enge Definition von Verstandestätigkeit, wie sie die klassische philosophische Handlungstheorie benutzt, zu erweitern. Das einflussreiche Werk Robert Sternbergs hat den Horizont geöffnet für eine neue, integrative Sicht menschlicher Intelligenz, die nicht nur analytisches Denken, sondern

Kreativität und praktische Lebenstüchtigkeit mit einbezieht (vgl. Sternberg 1985). Der intelligenten Problembewältigung wird hier eine zentrale Rolle für ein selbstbestimmtes, motiviertes Leben zugemessen, das kreativ auf wechselnde Herausforderungen aus der Umwelt reagiert. Die Philosophie müsste darauf reagieren, indem sie den Begriff der praktischen Vernunft über reine Zweck-Mittel-Abwägungen hinaus erweitert.

Ein anderer philosophisch relevanter Aspekt der Verstandestätigkeit in einer nach-freudianischen Welt muss darin liegen, welche Aufgabe der Verstand in der Aufdeckung und Klärung des eigenen verborgenen und nicht transparenten Motivationsgeflechts leisten kann.

Ein Beispiel aus dem deutschen Sprachraum für eine solche philosophische Analyse kann man in der Philosophie Peter Bieris finden. In seinem Buch „Das Handwerk der Freiheit“ entwirft er ein Bild des authentischen Menschen, der sich gerade durch unbestechliche Analyse seiner eigenen biografischen Motivlage Autonomie aneignet. Diese Philosophie ist pointiert post-freudianisch, weil sie sich nicht der Illusion hingibt, der Mensch sei sich selbst in seiner Motivlage unmittelbar transparent gegeben. Der mühsame Prozess der Selbstfindung ist eine Art Selbsttherapie durch Selbsterkenntnis. Der Mensch kann sich die Frage stellen „Was ist meine eigene Stimme?“ und „Wie will ich leben?“ und sich auf diese Fragen eine eigene Antwort erarbeiten. Er ist nicht bloß Opfer von Kräften, über die er letztlich keine Kontrolle ausüben kann. Dieses Erarbeiten ist aber keine kantische Erfassung von Verhaltensmaximen, die dann meinen Willen bestimmen. Es ist ein existentielles Handwerk der Selbsterhellung, eine Orientierung im unübersichtlichen Land der Seele. Bieri untersucht den Zusammenhang zwischen Selbstbestimmung und Selbsterkenntnis (siehe auch Bieri 2011). Selbsterkenntnis ist ein mühsames Geschäft. Das Selbst ist dem diskursiven Verstande nicht offenkundig. Es heißt, sich durch den Dschungel vieler Selbsttäuschungen und liebgewordener Selbstbilder einen Weg zu bahnen zu einem authentischen Selbst. Das geht nur, indem man sich der Wahrheit stellt, Lebenslügen aufgibt, die biografische Relativität der eigenen Überzeugungen erkennt. Bieri schlägt hierzu den Weg der literarischen Auseinandersetzung ein. Er regt die Konfrontation mit Romangestalten an, die eben anders sind und empfinden als ich selbst und mir gerade so helfen, zu verstehen, wer ich denn wirklich bin, so dass ich meine innere Stimme finde.

Die humanistische Psychologie

Man kann daher durchaus sagen, dass die Philosophie Bieris eine überraschende Brücke schlägt zur Tradition der humanistischen Psychologie. Im Zentrum der humanistischen Psychologie steht das Ideal der Selbstverwirklichung und Selbstaktualisierung. Das Ideal, sein eigenes wahres Selbst zu entdecken, ist für Carl Rogers, eine der Gründerfiguren der hu-

manistischen Psychologie, das ultimative Motiv menschlicher Lebensgestaltung. Im Kapitel „A Philosophy of Persons“ in Carl Rogers' klassischem Werk „On Becoming a Person“ (Rogers 1961, 165ff.) findet man einen Abschnitt mit dem Titel „To be the self which one truly is“. Rogers wirft dort einen Blick auf verschiedene Lebensziele, die in der psychologischen Forschung genannt wurden, z. B.:

- Reiches inneres Leben und tiefe Einsicht in sich selbst und andere
- Handlungskraft, Überwindung von Hindernissen, Bewerkstelligen von positiven Veränderungen
- Eine tiefe Verbundenheit mit anderen Menschen und der Natur
- Glück, Zufriedenheit, Offenheit für den Moment

Er stellt diesen als Alternative ein universelleres Ziel entgegen: diejenige Person sein, die man wirklich ist, die man wirklich sein will. Welche Person man ist oder sein will, ist für ihn ein offener Prozess, ein schöpferischer Akt der Selbstaktualisierung. Für Rogers ist der Wunsch nach Selbstverwirklichung das tiefste und wirkmächtigste Motiv. Er zeichnet damit gegen Freud ein positiveres Menschenbild, ein Bild eines tatkräftigen und selbstbestimmt sich selbst verwirklichenden Menschen, der seine innere Stimme sucht und finden kann.

Für Abraham Maslow, einen anderen Gründervater der humanistischen Psychologie, war die Selbstverwirklichung (self actualization) die Spitze in seiner berühmten Motivationstheorie: der Maslow Pyramide. Erst, wenn die physiologischen Grundbedürfnisse, das Bedürfnis nach Sicherheit, sozialer Verbundenheit (Liebe) und Anerkennung (Status, Erfolg) befriedigt wurden, findet der Mensch den Raum für Selbstverwirklichung im Sinne des Entdeckens der eigenen Stimme, des menschlichen Reifens, des Entwickelns eines wahrhaft autonomen Selbst.

Motivation ist für Maslow also ein Begehren. Das den Menschen motivierende Begehren ist pyramidenförmig in Schichten zu unterteilen. Das höchste Begehren ist das nach Selbstverwirklichung. Er unterscheidet sich in dieser Hinsicht deutlich von Rogers, der im Ideal des Selbst, das ich wirklich sein will, ein intuitiv erfasstes Ziel, nicht ein Begehren sah. Dieser Unterschied ist für den Dialog mit der Philosophie von Bedeutung. Rogers knüpft gleichzeitig an die philosophische Tradition an und überwindet ihre rationalistische Engführung.

Aus der Sicht der philosophischen Tradition ist – wie bereits dargestellt – die Motivation im Bereich der Handlungstheorie angesiedelt. Ihr ist daher prinzipiell ein kognitives Element der Formulierung von Handlungsgründen, Normen und Zielen zugeordnet. In diesem Sinne unterscheidet sie sich vom reinen Begehren und wird vielmehr dem Willen zugeordnet. Die platonische Trias von Verstand, Wille und Begehren blieb bestimmend. Maslows Konzeption der Motivation als Begehren ist mit dieser klassischen Konzeption schlecht verträglich, weil Motivation für ihn zu

einseitig in den Bereich des Triebhaften, des Begehrens gehört. Er steht damit in der psychologischen Forschung allerdings alles andere als allein. Die Motivationsforschung in der empirischen Psychologie hat Motivation meist weit unterhalb der kognitiven Ebene angesetzt. Für den Behaviorismus Skinners wäre die fundamentale Motivation die Gewohnheit, für Pawlow die Abrichtung, das Zusammenspiel von Lohn und Strafe, von positiven und negativen Anreizen. Fast die gesamte psychologische Motivationsforschung war über Jahrzehnte auf diesen Aspekt der Motivation beschränkt: das Begehren, nicht der Wille stand im Vordergrund. Man hat sich von der Trieb-Reduktionstheorie eines Clarke Hull letztlich doch nicht gelöst. Der Mensch ist nach dieser Auffassung ein triebgesteuertes Wesen, das auf Irritationen mit der Suche nach einem neuen Gleichgewicht reagiert. Ein nagendes Hungergefühl motiviert, Nahrung aufzunehmen, um dann wieder in einen Zustand des inneren Ausgleichs zu kommen. Auch ein Mangel an Erregung (Langeweile) kann zum Handeln motivieren, um so wieder in einen optimalen und als angenehm empfundenen Zustand zu geraten.

Die Philosophie wird nicht abstreiten, dass dieser sub-kognitive Bereich relevant ist. Sie wird sich aber kritisch gegen reduktionistische Theorieansätze wenden, welche den Menschen als Vernunftwesen nicht zu erfassen vermögen. Schon 1958 richtete der britische Philosoph Richard S. Peters an seine Kollegen in der Psychologie, die im Geiste von Hulls Triebreduktionstheorie arbeiteten, den Appell, die begrifflichen Unterscheidungen des Aristoteles wieder zu entdecken (vgl. Peters 1958, 157). Nach der Auffassung des Aristoteles ist aber der Ursprung des Handelns ein Wollen und damit ein Denken auf ein Ziel hin (EN 1139a31f.). Der aristotelische Begriff „Orexis“, das willentliche Erfassen eines Zieles, kann heute durchaus mit dem Wort „Motivation“ übersetzt werden.

Die Philosophie fragt auch nach dem Sinn und dem Ziel menschlicher Existenz. Eine unmittelbare Verbindung zu philosophischen Fragen ist gegeben, wenn ein idealisierender Aspekt der Motivation ins Zentrum rückt: Wer möchte ich sein? Wie will ich leben? Was ist mein ideales Selbst? Oder sogar die Frage Kierkegaards: Was ist mein wahres Selbst?

Gerade hier liegt nun der erwähnte und entscheidende Unterschied zwischen Maslow und Rogers. Für Maslow ist Selbstverwirklichung ein Streben, ein triebhaftes Begehren. Für Rogers gibt es kein Begehren, das nach Selbstverwirklichung strebt. Das wahre Selbst ist vielmehr ein Ideal, das den Menschen motiviert, seinen Willen anspricht. Es ist aber auch nicht einfach eine klar gegebene Verstandeseinsicht, die vom Willen erfasst wird. Es ist vielmehr ein Spüren von Stimmigkeit und auch Attraktivität, das den ganzen Reichtum der bisher gemachten biografischen Erfahrungen miteinbezieht. Rogers steht daher viel mehr als Maslow in der alten philosophischen Tradition, die Motivation im Zusammenspiel von Willen und Verstand zu begreifen suchte. Allerdings wird der analytisch denkende Verstand im Sinne von Zweck-Mittel-Abwägungen der klas-

sischen Philosophie nicht mit dem Selbst im Sinne der humanistischen Psychologie gleichzusetzen sein. Das Finden der eigenen Stimme, das Entdecken des Selbst ist viel umfassender als eine reine Verstandesaufgabe. An dieser zentralen Einsicht der Psychologie seit Freud hält auch Rogers fest. Die einseitige Tätigkeit des Verstandes kann, wenn sie nicht von anderen Teilen der Persönlichkeit moduliert und in diese integriert wird, gerade zu Selbsttäuschung führen.

Die Rede vom „wahren Selbst“ ist daher mit Vorsicht zu genießen. Allzu leicht droht sonst die Verkürzung auf eine rationalistische Konzeption, in welcher sich der Mensch im Verstand transparent ist und sich durch die Wahl von Lebensmaximen und Gütern selbst bestimmen könne. Ein solches „wahres Selbst“ wäre leicht wieder ein Trugbild, eine Lebenslüge, die gerade die Entwicklung eines reifen Selbst verhindert. In Ibsens „Peer Gynt“ heißt es: „Sei du selber meint: geh dir selber an den Kragen!“ (Ibsen 1984, 135) Das meint: Geh deinem falschen Selbstbild an den Kragen!

Gibt es einen Homunkulus?

Wenn die Idee der Selbstverwirklichung heute tatsächlich noch einen philosophischen Sinn ergeben soll, dann sicher nicht in der Weise, dass darunter vor allem die bewusste willentliche Ergreifung der vom Verstand präsentierten Güter und Lebensmaximen verstanden wird.

Diese Auffassung eines Selbst als Selbstbestimmung im Lichte bewussten Denkens ist in vielfacher Hinsicht problematisch. Die Assoziation eines dubiosen Homunkulus, der gleichsam über dem Rest der Psyche angesiedelt ist, drängt sich auf. Die Annahme eines alles steuernden Homunkulus würde aber sowohl neurophysiologisch nicht plausibel wie auch philosophisch fragwürdig sein. In der Tat legt der alltagssprachliche Gebrauch des Wortes „Selbst“ in Kontexten wie „Selbstkontrolle“ und „Selbstbeherrschung“ vielleicht den Gedanken nahe, dass es einen solchen inneren Kontrolleur gäbe. Aber die Tatsache, seine Affekte modulieren zu können (Selbstbeherrschung) impliziert nicht, dass es einen kleinen Menschen im Menschen, einen inneren Kontrolleur gibt. Wer kontrolliert dann dessen Psyche? Gibt es wie bei den russischen Puppen wiederum einen Homunkulus im Homunkulus? Man sieht schnell, dass diese Idee nicht weiterführt. Außerdem: Wie Wegner (vgl. Wegner 2002) und andere gezeigt haben, unterliegt das subjektive Erleben der Ichkontrolle nicht selten Irrtümern und Fehleinschätzungen.

Es wäre aber abwegig, auf Grund dieser Schwierigkeiten die Idee eines Selbst und damit letztlich die Idee der Freiheit ganz über Bord zu werfen. Die neurophysiologische Forschung zeigt nämlich andererseits auch, dass das Stirnhirn (präfrontaler Cortex) durchaus solche Steuerungsfunktionen wahrnehmen kann. Es ist mit eingehenden und ausgehenden Nervenleitungen von und zu allen Bereichen des Hirns verbunden. Es steuert

nicht durch ein Darüberstehen und Kommandieren, sondern durch eine maximale Vernetzung (vgl. Kuhl 2010, 375). Der Verdacht mag aufkommen, dass der Begriff des Selbst nur eine begriffliche Konstruktion sei, dem in der Wirklichkeit nichts entspreche. Das Selbst wäre dann vielleicht eine pragmatisch nützliche Abstraktion, die aber einer genaueren wissenschaftlichen Analyse nicht standhalte. Diese Einstellung wird von einigen Hirnforschern und Philosophen eingenommen (vgl. Singer 2004 und Metzinger 2004). Wie bereits erwähnt, gibt es aber auch gute Gründe, dem präfrontalen Cortex solche Steuerungsaufgaben zuzuschreiben, ohne dabei einen suspekten Homunkulus annehmen zu müssen. Ganz zu schweigen davon, dass die Ablehnung von Steuerung und Selbstbestimmung vollständig der subjektiven Innenwahrnehmung widerspricht. Gemäß der hier vorgelegten Konzeption von Motivation ist die Zunahme an Autonomie und Selbstbestimmung der fundamentale Motivator schlechthin.

Mit dieser These bleibt die Philosophie keineswegs isoliert. Auf der Annahme interner Steuerungsinstanzen baut beispielsweise die beeindruckend detailliert ausgearbeitete Persönlichkeitspsychologie von Julius Kuhl auf (vgl. Kuhl 2010). Kuhls Theorie steht in der Tradition der humanistischen Psychologie. Ausgehend von der empirisch erhärteten Annahme, dass die beiden Hemisphären des Cortex unterschiedlich arbeiten, unterscheidet Kuhl den sequentiell-analytischen Verstand der linken Hemisphäre von der mehr holistisch-parallelen Informationsverarbeitung der rechten Hemisphäre. Das Selbst ordnet er dieser holistisch-parallel verarbeitenden Instanz zu. Dieser Gedanke lässt sich am Beispiel der internen Regulation verdeutlichen. Der bewusste Verstand kann dem Willen Ziele setzen und damit beispielsweise Antriebe unterdrücken. Das ist etwa der Fall, wenn man wegen des Entschlusses zum Abnehmen auf ein Stück Torte verzichtet. Damit ist eine explizite Kontrolle des eigenen Verhaltens gemeint, ganz im Sinne der klassischen Willenskraft und Disziplin. Gerade hier verortete die klassische philosophische Handlungstheorie die Motivation.

Das ist aber eine folgenreiche Engführung. Daneben gibt es nämlich die elastische Fähigkeit, je nach Umständen die Ich-Kontrolle zu verstärken oder abzuschwächen. Psychologen sprechen bei dieser Fähigkeit von „Ich-Resilienz“. Kuhl schreibt diese dem Selbst zu (vgl. Kuhl 2010, 377). Der auf ein Verstandesziel fixierte Wille ist unflexibel und autoritär. Er setzt mit eiserner Disziplin seine Ziele durch, ohne Rücksicht darauf, ob diese für die Gesamtentwicklung des Selbst nicht sogar hinderlich sind. Menschen, die wie besessen ein Ziel verfolgen, mögen zwar in einem engen Sinn motiviert sein. Aber gerade weil sie sich selbst dabei leicht aus den Augen verlieren, ist diese Art der Motivation keine Selbstbestimmung im idealen Sinne. Man denke an den vom wirtschaftlichen Erfolg Besessenen, der seine Gesundheit und seine Beziehungen ruiniert, um sein verengtes materielles Ziel zu erreichen. Das Selbst hingegen ist

integrativer. Es bezieht holistisch alle erfahrenen Episoden des Lebens ein, es kann der Situation angepasst und elastisch reagieren, um allen Aspekten gerecht zu werden. Insbesondere ist es in der Lage, die Gefühle und Affekte nicht nur miteinzubeziehen, sondern sie modulierend, stärkend oder dämpfend, zu beeinflussen. Dies gilt auch für die Körpergefühle, die von der rein willentlichen Kontrolle oft unterdrückt werden. Ein rein willentlich gesteuerter Mensch ist in seiner Gefühlswelt und seinem erlebten Körper, dem Leib der Phänomenologie, nicht zuhause. Er verkopft und verliert dabei den Kontakt mit seinem Körper. Die Tätigkeit des holistisch-intuitiven Sich-Selbst-Wahrnehmens ist heute durch bildgebende Verfahren in ihren neurophysiologischen Korrelaten abbildbar. Entscheidend ist, dass es hierbei weniger um folgerichtiges Schließen geht als um eine ganzheitliche Wahrnehmung, die man eher als Erinnern und Erzählen von Episoden beschreiben könnte.

Dieser Ansatz Kuhls hat beeindruckende Erklärungskraft. Allerdings wäre es ein Fehler, nun das Selbst einfach im Sinne der alten Phrenologie auf der Landkarte des Cortex verorten zu wollen. Die Situation ist viel komplexer. Auch Antonio Damasio gehört zu den prominenten Hirnforschen, die heute wieder explizit von einem Selbst sprechen. Er vergleicht das psychische Geschehen mit der Aufführung einer Symphonie. Verschiedene Hirnregionen tragen dazu bei, ganz wie die Vielfalt der Instrumente im Orchester. Entscheidend ist für ihn, dass der Dirigent durch die Aufführung selbst hervorgebracht wird. Der Dirigent ist ein Produkt des Orchesters (vgl. Damasio 2012). Die Metapher des Dirigenten wäre also falsch verstanden, wenn man darunter ein sich selbst transparentes Ich verstünde, das ganz unabhängig dem Rest der Psyche gegenüberstünde und rational abwägende Entscheidungen trafe, dem der Rest dann zu folgen hätte. Der Dirigent wird gerade dann erfolgreich sein, wenn er gleichsam mit dem Orchester verschmilzt und mit ihm in einen gemeinsamen Fluss gerät, wenn er fast „wie von selbst“ dirigiert.

Das steuernde Selbst, das viele unserer Handlungen fast wie „von selbst“ hervorbringen kann, ist der Motivator schlechthin. Es erfasst intuitiv und mit hohen unbewussten Anteilen die Situation auf dem Hintergrund der erinnerten Lebensepisoden und erlaubt gleichzeitig ein intuitives Erfassen des zukünftig angestrebten Handlungsziels. Das berühmte Flow-Erleben, mit dem hochmotivierte Menschen mit scheinbarer Leichtigkeit ihre Tätigkeit verrichten, stammt aus dem Selbst, nicht aus der bewussten Willensanstrengung. Ein solches Flow-Erleben in den Lebensvollzügen zu erreichen, ist tatsächlich ein zentrales Ziel menschlicher Existenz. Diese von Csikszentmihalyi (vgl. Csikszentmihalyi 2000) neuerdings sehr erfolgreich popularisierte Einsicht wurde schon vor 2300 Jahren von dem Gründer der philosophischen Bewegung der Stoiker, Zenon von Kition, vertreten. Für ihn war Glück „der gute Fluss des Lebens“ (Stobaeus, 2,77).

„Von selbst“ motiviert

Dieser Aspekt der Motivation als „Flusserfahrung“ des Selbst und nicht als bewusste willentliche Anstrengung wurde von der philosophischen Handlungstheorie aber oft genug nicht beachtet, da diese zu sehr auf das Zusammenspiel von Vernunft und Willen und damit den bewussten Willensakt fixiert war. Aber auch die populären Motivationstrainer gehen meist am Selbst vorbei. In emotional aufgeladenen, gut inszenierten Vorträgen wird eine positive Grundstimmung bei den Teilnehmern erzeugt. Dem Verstand werden einfache Lösungen präsentiert und positives Denken wird auf eine ansteckende Weise vorgelebt. Diese Begeisterung des Trainers wirkt ansteckend und suggestiv. Die energiegeladene emotionale Einstellung und das positive Denken erleichtern die Handlungsanbahnung durch eine kurzfristige Aufladung der Willenskraft – aber nur, solange dieser Effekt eben anhält. Dass die Willenskraft sich aufladen lässt, zeigen auch die schon erwähnten Versuche Baumeisters (vgl. Baumeister/Tierney 2011). Aber in diesem Fall ist die Veränderung, weil rein exogen und letztlich fremdbestimmt, nicht nachhaltig. Sie verpufft oft ebenso schnell wie sie initiiert wurde. Wenn sie sogar zum Ausschalten des kritischen Verstandes geführt hat, ist sie für die betroffenen Menschen gefährlich (vgl. Schütz/Hoge 2007). Eine verzerrte Wahrnehmung der Wirklichkeit kann nämlich zu fatalen Fehlentscheidungen führen. Das gilt zumindest für stärkere Verzerrungen. Eine schwache Verzerrung der Wirklichkeitswahrnehmung in Richtung einer zu positiven Sicht hat durchaus wünschenswerte Konsequenzen. Positiv gestimmten Menschen gelingt die Handlungsanbahnung leichter. Baumeister spricht daher von einem „optimalen Spielraum der Illusion“ (Baumeister 1989). Es darf jedoch keine Abkopplung von der Realität stattfinden.

Das Selbst mit seinem Zugang zu der ganzen Lebensgeschichte der Person ist ein Garant für Realitätsbezug. Die Ermutigung durch einen motivierenden Menschen muss daher, wenn sie dauerhaft wirken soll, an das Selbst gerichtet sein. Erst, wenn eine persönliche Beziehung entstanden ist, in der sich ein Mensch vertrauensvoll öffnet und sich mit der ganzen Fülle seiner Lebenserfahrung, gerade auch den negativen Ereignissen, angenommen weiß, kann das Wort der Ermutigung das Selbst treffen (vgl. dazu: Storch/Kuhl 2012, 78). Die positivere Weltsicht, die daraus resultiert, ist gerade nicht von außen aufgesetzt, sondern resultiert aus einer Integration und Annahme der eigenen Erlebnisse. Ein Motivationskonzept, das im Rahmen einer humanistischen Psychologie und einer humanistischen Philosophie angesiedelt ist, wird beim integrierten Selbst ansetzen, und im Zusammenhang damit den Willen, das Begehren und den analysierenden Verstand heranziehen. Das Zusammenspiel dieser Seelenkräfte wird vom Selbst moduliert. Auch eine Programmierung über mantrahaft wiederholte Verstandesbotschaften ist nichts weiter als Manipulation, wenn sie nicht mit dem Selbst verbunden ist. In diesem Zusammenhang kann

man darauf hinweisen, dass Vincent Peales „Positives Denken“ explizit eingebettet und begründet war in der religiösen Erfahrung des Gottvertrauens. Peale verstand sich in erster Linie als Seelsorger. Das positive Denken sollte Ausdruck dieses Gottvertrauens sein. Beraubt man Peales Ansatz dieses religiösen Kontextes und damit einer Art Erfahrung des Urvertrauens, dann verkommt er zur reinen autosuggestiven Psychotechnik. Das Vertrauen zum Leben, auch das religiöse Vertrauen, ist aber mit dem Selbst verbunden, in dem eine Fülle von erfahrenen Geschehnissen aufbewahrt sind. Findet sich im Selbst ein verwurzelt Vertrauen in das Leben und auch die Erfahrung, Widerstände und Scheitern bereits ertragen und überwunden zu haben, dann kann dieses Vertrauen durch den Appell des positiven Denkens angesprochen und wirksam gemacht werden. Ist es hingegen im Selbst nicht vorhanden, wird der Appell langfristig wirkungslos verhallen.

Die Energie und Kraft, die man in dauerhaft hoch motivierten Menschen spürt, ist also meist nicht einfach willentliche Ichkontrolle – es handelt sich nicht mehrheitlich um eisenharte Willensmenschen. Starre willentliche Kontrolle wirkt auf die Dauer oft kontraproduktiv, führt zur Erschöpfung und zur Unfähigkeit, sich an wandelnde Situationen plastisch anzupassen. Der Grund dafür liegt darin, dass eine zu starke willentliche Fixierung auf ein im Verstand konstruiertes Ideal die Fülle der eigenen Erfahrung nicht integrieren kann. Es fehlt also der Kontakt mit dem Selbst. Selbstverständlich ist auch der Willensmensch, der „Eisensresser“, motiviert. Aber eine philosophische Theorie will die Frage nach der bestmöglichen, der humansten, der sinnerfüllendsten Motivation beantworten. Im Gegensatz zu rein empirischen Untersuchungen wagt die Philosophie hier eine normative Aussage, die zwischen guten und schlechten Motivationen unterscheidet.

In diesem Sinne muss eine rein willentliche Kontrolle von einer Selbstkontrolle unterschieden werden. Optimal motivierte Menschen sind solche Menschen, die über ein hohes Maß an Selbstkontrolle verfügen. Dieser philosophische Gedanke ist jedoch durchaus anschlussfähig an die psychologische Forschung. Es ist vor allem Edward Deci und Richard Ryan zu verdanken, ein Konzept der Motivation als Selbstbestimmung entwickelt zu haben. Ihre sehr einflussreiche „Self Determination Theory of Motivation“ will zeigen, dass selbstbestimmte Menschen eine *Erfahrung von Freiheit* erleben, die sie befähigt, das zu tun, was für sie persönlich wichtig und vitalisierend ist (vgl. Deci/Ryan 1985). Zuwachs an Selbstbestimmung bedeutet nach Deci und Ryan aber nicht nur eine Abnahme an äußerer Kontrolle. Selbstbestimmung erreicht man auch durch innere Weiterentwicklung (mehr Kompetenz) und durch Zuwachs an Einbettung in sinnstiftende Beziehungen (mehr Bezogenheit). Die Brücken zu einer philosophischen Analyse der Selbstbestimmung lassen sich von diesen Annahmen her leicht bauen.

Der Prozess der Selbstfindung durch Narration

Ein weiterer Aspekt der Selbstrealisierung setzt diese deutlich von einer rein analytischen Verstandesarbeit ab. Das narrative Selbst ist der Gegenstand aktueller philosophischer Debatten. Wie bereits erwähnt, weist der Philosoph Peter Bieri darauf hin, dass der Prozess der Selbstfindung ein Prozess des Erzählens innerer Geschichten ist (vgl. Bieri 2011). Auch die Konfrontation mit den Geschichten anderer, etwa im Film oder im Roman, kann diese Aktivierung des Selbst auslösen. Die amerikanische Philosophin Eleonore Stump spricht davon, dass es im Zusammenhang der Narration von Geschichten eine Erkenntnisweise in der 2. Person (Du) gibt, die auf Empathie aufbaut, also auf dem Sich-Hineinversetzen in das Selbst des Anderen. Diese Erkenntnisweise unterscheidet sich von der distanzierten Verstandesanalyse in der 3. Person (Es). (Vgl. Stump 2010.) Diese Kraft der Narration erfährt man auch, wenn man selbst eine Geschichte schreibt. Peter Bieri, der nicht nur Philosoph, sondern auch erfolgreicher Romanautor ist, hat dies in folgende kraftvolle Worte gefasst. „Mehr noch als das Lesen trägt das Schreiben einer Geschichte dazu bei, über das eigene Leben zu bestimmen und es im Sinne einer klareren Identität zu verändern. Eine Geschichte ist nur dann fesselnd und unwiderstehlich, wenn sie aus den Tiefen der auch unbewussten Phantasie kommt. Wer sie schreibt, muss dazu die innere Zensur lockern und zur Sprache bringen, was das Erleben sonst nur aus dem wortlosen Dunkel heraus einfärbt. Das kann eine gewaltige innere Veränderung bedeuten. Man ist nach einem Roman nicht mehr ganz derselbe wie vorher“ (Bieri 2011, 25). Das Lockern der inneren Zensur, der Herrschaft von Verstand und des auf ihn fixierten Willens, ermöglicht die Erweiterung der Perspektive, welche das wahre Selbst hervortreten lässt.

Das gilt insbesondere auch bei autobiografischen Geschichten. Die meisten Menschen werden auf die Frage, warum sie diesen oder jenen Beruf ausüben, diesem oder jenem Hobby frönen, mit einer Geschichte antworten. Auf die Frage, warum ich Philosoph geworden bin, werde ich nicht eine Liste der Vorteile dieses Berufs aufzählen, sondern von entscheidenden biografischen Episoden berichten, vor allem Begegnungen mit Menschen, die mich in diese Richtung motiviert haben. Wenn man keine Geschichten mehr erzählen kann, die das gegenwärtige Handeln verständlich machen, dann weiß man nicht mehr, warum man tut, was man gerade tut. Ein Mensch, der keine Geschichte erzählen kann, die erklärt, warum er lebt, wie er lebt, ist entweder ein willenlos Getriebener oder aber einer, der wie paralysiert in seinem Lebensvollzug einhalten muss, weil er kein Motiv mehr hat, weiterzumachen.

Die psychologische Forschung hat experimentell belegt, dass nichts den Menschen mehr motiviert als die Erfahrung, aus sich selbst heraus zu handeln. Externe Anreize, negativ (Bestrafung) wie positiv (Belohnung), vermögen den Menschen nicht gleichermaßen zu motivieren wie das Er-

leben, etwas aus eigenem innerem Antrieb zu tun. Gibt man zusätzlich zur eigenen Motivation eine Belohnung, wirkt dies unter Umständen sogar langfristig demotivierend. Es war wiederum Deci, der hier innovativ geforscht hat (vgl. Deci 1971; und: Lepper/Greene/Nisbett 1973). Das autobiografische Erinnern und Erzählen hilft, mit dem Selbst unverstellt in Kontakt zu kommen. Die symbolische und metaphorische Darstellungsweise einer Geschichte vermag besser die Fülle der gemachten Erfahrungen zu integrieren als eine rationale Konstruktion von Handlungsmotiven. Die Erzählung ist eine große Hilfe bei dem Versuch, authentisch mit der eigenen Motivlage in Kontakt zu kommen. Sie ermöglicht es, weite Gebiete der Erfahrungslandschaft des eigenen Lebens sozusagen aus der Vogelperspektive zu sehen, das eigene Leben wie ein Schauspiel zu betrachten, um sich über seine eigene Rolle darin klar zu werden.

Ein konkretes Beispiel: Der Hl. Ignatius von Loyola, der Gründer des Jesuitenordens, war als junger Mann ein galanter Höfling und draufgängerischer Soldat ohne tiefere religiöse Ambitionen. Als er durch eine schwere Verletzung für längere Zeit zur Untätigkeit gezwungen war, las er aus Langeweile verschiedene Romane, in denen entweder das Leben bedeutender Ritter oder großer Heiliger beschrieben wurde. Er stellte fest, dass er die Ritterromane zwar mit großer Begeisterung las, dass diese Faszination aber in seinem Inneren nicht anhielt, wenn die Geschichte zu Ende erzählt war. Die Vorstellung, selbst ein großer Ritter zu werden, brachte in ihm keine Resonanz hervor. Bei den Heiligengeschichten war es anders. Nach dem Lesen der Geschichte verspürte er den Wunsch, weiter darüber nachzudenken und sich vorzustellen, selbst ein solches Leben zu führen. (Vgl. Loyola 2006). Die äußeren, familiären Erwartungen waren vermutlich eher zu der ritterlichen Seite hin ausgerichtet. Durch das biografische Lesen und autobiografische Erzählen fand Ignatius Kontakt mit seinem Selbst, mit dem, was er wirklich in seinem Leben erstrebte. Er fand einen größeren Sinnzusammenhang als die kleine Welt, in der er aufgewachsen war. War dieser Kontakt erst einmal hergestellt, vermochte kaum ein Hindernis ihn mehr aufzuhalten und er verfolgte seine Ziele mit der stetig starken Motivation, für die er berühmt wurde. Selbsterkenntnis ist also der Schlüssel zu einem dauerhaft motivierten Leben. Diesen Zusammenhang hat auch die moderne psychologische Forschung bestätigt. Autobiografische Bewusstheit ist beispielsweise besonders hilfreich in Phasen des Umbruchs, des Beginns neuer Lebensphasen oder der Bewältigung traumatischer Ereignisse: genau dann muss man sich vergewissern, was man wirklich will, das Leben selbst zu leben statt von den Lebensumständen „gelebt zu werden“ (Ritz-Schulte/Hockenheim 2012, hier: 103).

Das Aneignen der eigenen Natur

Wenn der stärkste Motivator die autonome Entwicklung des Selbst ist, dann liegt die klassische Handlungstheorie einerseits richtig, weil sie Motivation nicht rein als Begehren konzipiert hat, sie greift aber andererseits durch den verengten Blick auf Verstand und Willen zu kurz. Nietzsche beschreibt in „Also sprach Zarathustra“ das Selbst so: „Dein Selbst lacht über dein Ich und seine stolzen Sprünge. ‚Was sind mir diese Sprünge und Flüge des Gedankens?‘ sagt es sich. ‚Ein Umweg zu meinem Zwecke. Ich bin das Gängelband des Ichs und der Einbläser seiner Begriffe.“ (Nietzsche 1954, 301). In der Tat ist das Selbst umfassender als das bewusste Ich des Verstandes. Die Fülle an Informationen, die unbewusst über das Selbst verarbeitet werden können, ist weit größer als das, was der Fokus bewusster kognitiver Aufmerksamkeit verarbeiten kann: erinnerte Erlebnisse, Stimmungen, körperliche Empfindungen gehen in das Selbst ein. Psychologen nennen diese Form der Aufmerksamkeit „Vigilanz“ und setzen sie von der bewussten Erfahrung ab. Bieri spricht daher von dem „wortlosen Dunkel“, das im Prozess der bewussten Aneignung des Selbst aufgeheilt wird. Das ist ein wichtiger Punkt. Die Hebung dessen, was in unbewusster Vigilanz gegeben war, in das Licht des Bewusstseins gehört zum Prozess der Selbstverwirklichung. Selbstwerdung und Selbst-Aktualisierung ist in diesem Sinne tatsächlich ein Prozess der Aneignung.

Dieser Gedanke ist keineswegs neu, wurde nur zu oft übersehen. Er stand schon im Zentrum der stoischen Philosophie mit ihrem Grundbegriff der „Oikeiosis“. Die Stoiker beschrieben mit „Oikeiosis“ den Prozess des sich Aneignens seiner eigenen Natur. Forscher definiert „Oikeiosis“ als den „Prozess, durch den ein Lebewesen schrittweise seiner selbst inne und dadurch mit sich selbst vertraut und einig wird“ (Forschner 1993, 51). Diese Aneignung wird abgesetzt von der Zwecksetzung oder Willensentscheidung. Die Weise, wie das Selbst an der Autonomie und Selbstbestimmung des Subjektes beteiligt ist, ist nicht die einer absoluten Selbstsetzung. Das Selbst übt Kontrolle aus, indem es die vorhandenen Affekte moduliert und integriert. Gerade diesen Aspekt hat der Psychologe Julius Kuhl in seiner Theorie der Motivation sehr überzeugend herausgearbeitet (vgl. Kuhl 2001). Es ist oft diese Fähigkeit, die affektive Erstreaktion zu modulieren, die Selbstbestimmung ermöglicht. Ein jähzorniger Mensch gewinnt an Autonomie, wenn er den Impuls zum Zorn heruntermodulieren kann, ein versonnener grüblerischer Mensch gewinnt an Autonomie, wenn er diese Handlungshemmung abschwächen kann. Das wahre Selbst findet sich also auf einer zweiten Ebene, einer Zweitreaktion, welche die Erstreaktion in einen größeren Zusammenhang des Lebensentwurfs stellt. Der jähzornige Mensch will zwar auf der ersten Ebene sofort losbrüllen, auf der zweiten Ebene will er das aber nicht, weil er ein gerechter Mensch sein will. Beide Wünsche stehen im Konflikt. Der Konflikt wird aufgelöst, wenn der Jähzornige seinen Affekt so modulieren kann, dass er sein

Lebensziel, ein gerechter Mensch zu sein, nicht im Affekt untergräbt. Er bewahrt und fördert damit seine Selbstkongruenz. Die philosophische Theorie der Willensfreiheit von Harry Frankfurt (vgl. Frankfurt 1974) beruht gerade auf dieser Einsicht. Frei ist ein Mensch gemäß dieser Auffassung nur, wenn seine Willensakte erster Ordnung mit den Willensakten zweiter Ordnung in Einklang stehen. Wer die unbemerkt heruntergefallene Geldbörse eines eilig davon schreitenden Passanten entgegen dem ersten Impuls nicht einsteckt, sondern den Besitzer auf den Verlust aufmerksam macht, der ist nach Frankfurt freier als der, der dem ersten Impuls gefolgt wäre. Der Wunsch höherer Ordnung (nicht jemand zu sein, der stehlen will) kann nur realisiert werden, wenn ein Wunsch niedriger Ordnung (sich schnell zu bereichern) heruntermoduliert wird. Genau das ist die Tätigkeit des Selbst. Des Selbst, von dem Kierkegaard sagt, dass es in gewisser Weise nichts anderes ist als die Freiheit. Innere Stimmigkeit (Selbstkongruenz) ist Freiheit, innerer Zwiespalt ist Unfreiheit.

Gemäß der hier entwickelten Philosophie der Motivation wird ein Mensch in dem Maße zu einer tragfähigen Motivation und damit sinn-erfüllten Lebensgestaltung finden, in dem er diese innere Stimmigkeit erreicht, die nach Frankfurt nichts anderes als Freiheit ist. Kierkegaard hat in seiner Philosophie einen ähnlichen Gedanken entwickelt: Das Gegenmittel gegen die lähmende Verzweiflung besteht darin, derjenige zu werden, der man wahrhaft ist; also nicht darin, verzweifelt ein konstruiertes Selbstbild realisieren zu wollen, sondern wirklich man selbst zu sein. Nur so erreicht man Freiheit. Dieser Gedanke Kierkegaards wird wieder und wieder von Carl Rogers aufgegriffen und kann als eine der philosophischen Wurzeln der humanistischen Psychologie betrachtet werden (vgl. Rogers 1961, 110). In einem plakativen Satz könnte man sagen: Freiheit und Selbstbestimmung sind die Motivatoren schlechthin. Wir handeln letztlich immer mit dem Ziel größerer Freiheit, obwohl wir uns auf dem Weg dorthin nicht selten verirren.

Der Freiheitsbegriff

Die Philosophie wird nun sofort fragen, was mit diesem Begriff der Freiheit gemeint sei. An dieser Stelle scheint mir nun ein interdisziplinärer Dialog zwischen Philosophie und Psychologie besonders fruchtbar zu sein. Die Leitfrage wird dabei sein, ob Freiheit nur in einem Aneignen dessen besteht, was ohnehin unabwendbar geschieht, oder ob wir mit Freiheit mehr meinen. Kann ein Freiheitsbegriff, der mir keine offene Zukunft zugesteht, mich wirklich motivieren, zu handeln? Ich werde im Folgenden diese Frage negativ beantworten. Anders als für Philosophen ist für Psychologen diese Debatte um den Freiheitsbegriff oft wenig interessant. Kuhl hält das „alte philosophische Problem der Willensfreiheit“ sogar für ein „Missverständnis“ (Kuhl 2010, 423). Er meint damit vermutlich die metaphysische Frage

nach dem Verhältnis von Freiheit und Determinismus. Allerdings bezieht er selbst Position in dieser Debatte, denn er legt einen Kompatibilismus vor, der Freiheit und Determinismus für miteinander verträglich hält. Er behauptet nämlich, dass freies Handeln zwar vollkommen determiniert sei, aber eben als frei erlebt wird, weil es viele Selbstaspekte integriert. Eine Handlung, die eigene Bedürfnisse verletzt, wird als unfrei erlebt. Eine freie Handlung ist eine solche, deren Determinanten nicht außerhalb des Selbst liegen (Kuhl 2010, 424).

Umgangssprachlich reden wir in vielfältigen Kontexten von der Freiheit. Damit ist in der Tat oft nur die Abwesenheit eines Hindernisses oder gar eines Zwangs gemeint, so dass es der Person ermöglicht wird, die intendierten Ziele in die Tat umzusetzen. Man denke an Freiheit von staatlicher Kontrolle oder Unterdrückung, Freiheit von Bevormundung, aber auch Freiheit von Krankheit und von Armut. Freiheit in diesem Sinne (Freiheit von ...) wird oft als „negative Freiheit“ klassifiziert. Genau dieser Freiheitsbegriff wird auch in der Psychologie oft herangezogen. Freiheit ist hier die Abwesenheit von psychischen Störungen oder psychischen Entwicklungsdefiziten. Es handelt sich dabei dann um innere Hindernisse, z. B. psychische Zwänge, nicht um äußere Hindernisse wie im Falle der politischen Freiheit.

Diese Form des Kompatibilismus, die auch innere Zwänge berücksichtigt, ist attraktiver als ihre philosophiehistorischen Vorgänger. Diese beschränkten sich nämlich in ihrer Freiheitsdefinition nur auf die Abwesenheit äußeren Zwangs und konnten so nur Handlungsfreiheit, aber keine Willensfreiheit erklären (klassisch entwickelt bei Hume und Hobbes).

Wahres Selbst und neuer Kompatibilismus

Der so genannte „neue Kompatibilismus“ anerkennt auch Willensfreiheit, interpretiert sie aber als die Abwesenheit von inneren Zwängen, die dazu führen, dass ich meinen eigentlichen Willen nicht durchsetzen kann. Der Zusammenhang mit der vorliegenden Thematik wird deutlich, wenn man bedenkt, dass die Philosophin Susan Wolf den neuen Kompatibilismus die Theorie des „wahren Selbst“ oder des „tiefen Selbst“ genannt hat (Wolf 1990). Im deutschen Sprachraum hat Peter Bieri eine Variante des neuen Kompatibilismus durch seine Ablehnung der philosophischen Idee eines unbedingten Willens bekannt gemacht (vgl. Bieri 2001). Auch Bieri geht es darum, das wahre Selbst durch einen Prozess der Anerkennung aller internen Determinanten freizulegen. Aus psychologischer Sicht entwickelte Carl Rogers einen ähnlichen Gedanken. Freiheit besteht für ihn in einem bewussten Wählen einer durch alle inneren Umstände bereits determinierten Situation. Er ist aber vorsichtig und fügt gleich hinzu, er sei nicht so naiv zu glauben, dass dieser Schachzug das philosophische Problem der Willensfreiheit löse (vgl. Rogers 1961, 193).

Die Gründerfigur des neuen Kompatibilismus ist aber wiederum Harry Frankfurt. Es lohnt sich daher, nochmals auf seine Theorie des zweistufigen Willens und damit auch der zweistufigen Motivation zurückzukommen (vgl. Frankfurt 1974). Wie erwähnt unterscheidet sich für Frankfurt eine Person oder ein Selbst von einem intelligenten Tier dadurch, dass ein Selbst einen (mindestens) zweistufigen Willen hat. Um beim bereits erwähnten Beispiel zu bleiben: Der Drogenkonsument kann sich fragen, ob er sich den Wunsch nach Drogen eigentlich wünscht. Er spürt das Verlangen nach einem drogenfreien Leben, kann es aber nicht in die Tat umsetzen. Er erreicht also kein integriertes Selbst und ist gerade deshalb unfrei. Freiheit besteht für Frankfurt in einem integrierten Selbst. Eine offene Zukunft ist dafür gar nicht notwendig, der Weltverlauf kann völlig deterministisch sein. Frankfurt benutzt den Ausdruck „Wholeheartedness“, um eine freie Person zu beschreiben. Er meint mit diesem Ausdruck ziemlich genau das, was man in der Psychologie als „Selbstkongruenz“ bezeichnet; die innere Stimmigkeit, die Bruchlosigkeit der Hierarchie der Wünsche. Es ist offensichtlich, dass eine innere Zerrissenheit Energien bindet oder sogar lähmt. Eine motivierte, handlungsfreudige Lebenseinstellung wird mit zunehmender Selbstintegration erleichtert. Die beiden Motivationsebenen bekämpfen sich dann nicht mehr, sondern ziehen an einem Strang.

Ob nun eine Person diesen Zustand erreicht oder nicht, ist aber nun kurioserweise kein Gegenstand ihrer freien Wahl. Da die Freiheit für Frankfurt erst das Endprodukt dieses Prozesses ist, kann sich niemand für das Verfolgen dieses Ziels frei entscheiden, denn er war vorher ja gerade nicht frei, um sich auf den Weg zur inneren Integration zu machen. Das ist in der Tat eine merkwürdige und kontraintuitive Konsequenz dieses Ansatzes. Vielleicht kann man dieses Problem durch die Einführung von graduell gestufter Freiheit lösen.

Ein anderes Problem ist noch sperriger. Könnte man sich nicht Menschen vorstellen, die auf eine sehr primitive und unreflektierte Weise in einer dummdreisten Selbstverständlichkeit ohne innere Konflikte leben? Menschen, die ihre höherstufigen Wünsche einfach an das Niveau ihrer niedrigen Wünsche anpassen? Man tut sich schwer, diesen Menschen die Entdeckung ihres wahren Selbst zuzuschreiben. Sie wären eventuell hochmotiviert, aber es wäre die falsche Motivation. Es wäre eine Motivation, die nicht zur maximalen Entfaltung ihrer humanen Möglichkeiten führen würde. An dieser Stelle wird deutlich, dass es zu kurz gegriffen ist, Frankfurts Theorie nur als eine Konzeption des Willens zu verstehen. Anfangs wurde dargelegt, dass die Tradition der Philosophie seit Platon den Willen immer im Wechselspiel mit dem Verstand verstanden hat. Ein reflektierter, kritischer Mensch wird sich mit impulsiven und sinnenbezogenen Wünschen erster Stufe für seine Lebensgestaltung nicht zufrieden geben. Durch den Prozess der rationalen Analyse wird er höherstufige Wünsche entwickeln. Er wird ein Wertesystem haben, von dem her er sich selbst ständig kritisch hinterfragen kann. Es ist offensichtlich, dass

dieses sich selbst Hinterfragen von einem Wertesystem her eine wesentliche Quelle der Motivation sein kann im Prozess der Entwicklung der Persönlichkeit. Das Entwickeln einer solchen Wertehierarchie ist eine intellektuelle Aufgabe, der man sich nicht entziehen kann, will man sein Selbst umfassend und verantwortet aktualisieren, d. h. es in einem größeren Sinnzusammenhang einbetten. Selbstverwirklichung ohne Werte ist Egozentrik oder Narzissmus (vgl. Taylor 1992, 55ff.). Der Philosoph Gary Watson hat Frankfurt deshalb nicht völlig zu Unrecht vorgeworfen, dass in seiner Konzeption die rationale Werterkenntnis eine zu geringe Rolle spiele (vgl. Watson 1975). Das „motivational system“ bei Frankfurt bestehe nur aus der Doppelstruktur des Willens. Hinzukommen müsse noch eine andere Quelle der Motivation, nämlich die Werte, die ein Mensch sich setzt oder anerkennt. Unfreiheit kann dann auch darin bestehen, dass ein Mensch die Werturteile, die sein Verstand ihm präsentiert, nicht in die Tat umsetzen kann (Willensschwäche). Man kann sich aber fragen, ob dieser Bezug auf die Werterkenntnis nicht schon implizit in Frankfurts Konzeption gegeben ist. Eine Person kann in einen inneren Konflikt geraten zwischen den Wünschen erster und zweiter Stufe. Eine Person kann die Willensakte und Wünsche, die sie *de facto* auf der ersten Stufe hat, kritisch evaluieren und sich fragen, welche Wünsche sie haben *sollte*. Dadurch kommt ein normativer Aspekt ins Spiel, das sittliche Bewusstsein entsteht. So entwickelt sich durch die moralische Reflexion auf Wünsche höherer Ordnung eine Wertehierarchie.

Welche Art von Freiheit kann motivieren?

Das Kernproblem des neuen Kompatibilismus liegt aber an einer anderen Stelle. Es besteht darin, dass er trotz gegenteiliger Beteuerungen das metaphysische Problem der Willensfreiheit nicht überzeugend lösen kann.

Der negative Freiheitsbegriff des neuen Kompatibilismus, mit dem man – wie gesehen – oft auch in der Psychologie operiert, benötigt keinen Indeterminismus, also keine offene Zukunft. Man sieht darin keine Bedrohung der Freiheit. Die Argumentation läuft folgendermaßen: Wären alle zukünftigen Sachverhalte bereits festgelegt, so wäre das allein noch keine Einschränkung meines Vermögens, Willensentscheidungen in die Tat umsetzen zu können. Auch wäre der Grund dafür, dass sich einige Ziele nicht realisieren lassen und man sich also als unfrei erlebte, nicht der, dass es schon lange vorher feststand, welche Ziele sich nicht realisieren lassen. Der Grund für die erfahrene Unfreiheit läge vielmehr allein darin, dass der Handelnde auf ein Hindernis stieß. Der Süchtige beispielsweise möchte sich nicht schon wieder betrinken, kann aber diesen Wunsch nicht in die Tat umsetzen. Der Gesunde kann seinen Alkoholgenuss kontrollieren. Diejenigen, die Freiheit und Determinismus für miteinander verträglich halten, behaupten also, dass man auch in einer determini-

stischen Welt frei sein kann, weil man auch in ihr nicht permanenter Behinderung oder Zwang unterliegt. Auch in der deterministischen Welt gibt es Freie und solche, die im Gefängnis sitzen. Auch in einer deterministischen Welt gibt es psychisch gesunde Menschen und Zwangsneurotiker. Letztere sind weniger frei als Erstere. Man kann also auch in der deterministischen Welt Freiheit von Unfreiheit unterscheiden. In unserem Fall: Auch in einer deterministischen Welt kann man zwischen einem reifen, integrierten Selbst und einem zerrissenen und verdrängendem unreifen Selbst unterscheiden.

Es ist nach dieser Auffassung nicht der Determinismus, der die Freiheit bedroht, sondern es sind die konkreten Hindernisse, die der Umsetzung der Willensentschlüsse im Wege stehen. Die ganze Debatte um Determinismus und Indeterminismus ist für das Problem der Willensfreiheit dann ein „Missverständnis“, wie auch Julius Kuhl vermutete.

Viele Philosophen, genannt sei vor allem Peter van Inwagen (vgl. Inwagen 1983), sehen das entschieden nicht so. Sie argumentieren, dass der Determinismus mit Willensfreiheit unverträglich sei. Das liegt ihrer Ansicht nach daran, dass der intuitive Begriff des „Eine-Wahl-Habens“ keinen Sinn mehr ergibt, wenn die Zukunft bereits eindeutig feststeht. Kein philosophisch unverbildeter Kopf käme auf den Gedanken, er habe noch eine Wahl, was er morgen tut, wenn es heute bereits eindeutig feststeht, was er morgen tut.

Ganz einfach gesprochen kann man sagen, dass die deterministische Position zu jedem beliebigen Zeitpunkt die Unmöglichkeit von mehr als einer möglichen Zukunft impliziert, während die indeterministische Position behauptet, dass es mehr als einen möglichen Verlauf der Zukunft gibt. Van Inwagen argumentiert nun folgendermaßen gegen den Kompatibilismus: Niemand hat eine Wahl, welche Naturgesetze gelten und was in der sehr weit entfernten Vergangenheit geschah (sagen wir, vor 1 Milliarde Jahre). Gemäß dem Determinismus folgt aber aus den Naturgesetzen und der sehr weit entfernten Vergangenheit mit Notwendigkeit, was sich jetzt ereignet. Wenn wir keine Wahl bezüglich der weit entfernten Vergangenheit und der Naturgesetze haben, dann haben wir auch keine Wahl bezüglich dessen, was notwendig aus ihnen folgt. Also hat niemand eine Wahl bezüglich der Ereignisse, die sich jetzt ereignen. Also ist niemand frei.

Ich halte diese Argumentation im Prinzip für korrekt und habe sie daher anderer Stelle detailliert gegen Einwände verteidigt (vgl. Brüntrup 2000). Freiheit verlangt eine offene Zukunft. Diese Einsicht ist gerade im Kontext einer philosophischen Theorie der Motivation von nicht zu unterschätzender Bedeutung. Es gibt kaum einen Gedanken, der mehr demotiviert als der, dass meine gesamte Zukunft bereits jetzt unverrückbar feststeht. Es ist ein Element der hier vorgelegten Theorie der Motivation, dass nichts mehr motiviert als die Erfahrung, dass mein Handeln einen Unterschied macht in der Welt. Das heißt, dass ich bezüglich einer

bestimmten Tatsache T in der Welt bewirken kann, dass T nicht der Fall ist. Nur dann habe ich eine Wahl. Wenn der Determinismus wahr ist, dann steht aber schon seit Milliarden von Jahren fest, welche Tatsachen morgen der Fall sind. Es ergibt dann keinen wirklichen Sinn, zu sagen, es hänge noch von mir ab, was morgen der Fall ist. Die wahre Ursache dafür, was morgen der Fall ist, liegt nicht in mir, sondern weit außerhalb meiner in der Urgeschichte des Universums. Ich bin nur eine Marionette in diesem kosmischen Spiel. Ich bin dann nicht frei, ich werde von außen bestimmt.

Die demotivierende Kraft dieses Gedankens lässt sich empirisch belegen. In einer psychologischen Studie haben Kathrin Vohls und Jonathan Schooler gezeigt, dass der Glaube an den Determinismus die Bereitschaft herabsetzt, sich von Werturteilen motivieren zu lassen (vgl. Vohls/Schooler 2008). Die Bereitschaft der Probanden, in einer Prüfungssituation unerlaubte Mittel zu benutzen, stieg deutlich, wenn man ihnen vorher Texte zu lesen gab, in denen der Determinismus verteidigt wurde. Philosophisch gesprochen: Da sie sich nicht mehr als Autoren der eigenen Lebensgeschichte fühlten, mussten sie sich auch nicht mehr anstrengen, ihre Wünsche erster Ordnung (zu betrügen) mit ihren Wünschen zweiter Ordnung (ein ehrlicher Mensch sein zu wollen) in Einklang zu bringen. Entweder führte der Glaube an den Determinismus also zu einer größeren inneren Zerrissenheit, oder aber der kognitive Bereich der Wertkenntnis war durch die deterministische Botschaft unterminiert. In beiden Fällen sinkt die Motivation, sein Leben nach Idealen auszurichten. Der innerlich zerrissene Mensch kann seine Kräfte nicht bündeln, und die Erfahrung, unfrei zu sein, lähmt. Der Mensch, der sich nicht mehr an Werten orientiert, hat ein wesentliches Motiv verloren, sich weiterzuentwickeln. Es ist ja gerade das idealisierende Moment, die Suche nach dem wahren Ich, die Anziehungskraft eines normativen Idealbilds, das zum Handeln motiviert.

Von daher scheint eine Freiheitskonzeption, die eine offene Zukunft mit alternativen Möglichkeiten zulässt, zumindest die implizite lebenspraktische Voraussetzung bei hochmotivierten Menschen zu sein. Der Einwand gegen eine solche Konzeption der Freiheit, die man in der Philosophie Libertarismus nennt, ist dagegen eher theoretischer Natur. Ebenfalls in aller Kürze dargestellt lautet das Argument so: Wenn dieselbe Vergangenheit einmal dazu führt, dass ich A tue und, wenn ich die Zeit zurückspulen könnte, ein anderes Mal dazu führt, dass ich A nicht tue, dann ist es ein reiner Zufall, ob sich A ereignet. Ein Zufall ist aber keine freie Entscheidung.

Eine motivationsfreundliche Metaphysik?

Dieses Argument gilt nur innerhalb einer bestimmten Metaphysik: Nämlich einer solchen Metaphysik, die annimmt, dass Ereignisse nur durch frühere Ereignisse bestimmt werden können. Ein Ereignis, das nicht durch einen Vorgänger vollständig kausal bestimmt wurde, ist demnach reiner Zufall. Diese These ist aber keineswegs logisch zwingend. Sie kann auch nicht empirisch bewiesen werden. Es gibt die alternative Möglichkeit, dass sich Ereignisse selbst bestimmen. Auch diese habe ich anderswo ausgeführt (vgl. Brüntrup 2008). Freiheit wäre in dieser alternativen Konzeption nur von dieser Fähigkeit zur Selbstbestimmung her verstehbar. Das ermöglicht dann auch Selbstgestaltung in dem Sinne, dass, was aus mir wird, nicht eindeutig durch meine Vergangenheit festgelegt ist. Libertarische Konzeptionen der Willensfreiheit sind auf ein solches Konzept der Selbstbestimmung angewiesen (vgl. Kane 2005, 172). Ein bedeutender metaphysischer Entwurf des 20. Jahrhunderts, der ein solches Konzept der Selbstbestimmung im Einklang mit dem modernen quantenmechanischen Weltbild entwickelt, ist die Prozessphilosophie von Alfred N. Whitehead. In Whiteheads Konzeption kommt ein gewisses Maß an kreativer Selbstbestimmung allen Entitäten zu, nicht nur sehr komplexen Wesen wie dem Menschen. Die ganze Natur wird als ein kreativer Prozess verstanden, dessen Ausgang noch nicht feststeht. Die Natur ist ein prozesshaftes Werden in eine offene Zukunft. Sie ist kein determinierter Mechanismus, sondern sie erfindet sich schöpferisch von Moment zu Moment ein wenig neu. Aus diesem Grund wird Whitehead in diesem Band in einem eigenen Beitrag behandelt. Im Zusammenhang mit den bisher gemachten Ausführungen ist folgende Beobachtung interessant. Wenn man den schon erwähnten Klassiker der humanistischen Psychologie „On Becoming a Person“ von Carl Rogers liest (Rogers 1961), dann könnte ein uninformatierter Leser manchmal meinen, er lese einen Text von Whitehead. Die Begrifflichkeiten und Gedanken gleichen sich oft bis in überraschende Details. Das gilt insbesondere für die Aufsätze „What it Means to Become a Person“ und „A Process Conception of Psychotherapy“. Die beiden Zentralbegriffe der Whiteheadschen Philosophie finden sich gleich in den Titeln: „Becoming“ und „Process“. Das gilt für viele andere Schlüsselbegriffe Whiteheads wie beispielsweise „Intensity of Feeling“, „Creativity“ und „Openness to Experience“. Whiteheads Philosophie richtet sich gegen einen mechanistischen Determinismus. Es drängt sich daher der Gedanke auf, dass das Denken der humanistischen Psychologie in einer mechanistisch-deterministischen Weltsicht wenig Sinn ergibt.

Zusammenfassung

Damit kommt diese philosophische Untersuchung des Begriffes der Motivation an ihr Ende. Es wurde die These vertreten, dass nichts mehr motiviert als die Aussicht auf die Entdeckung des wahren Selbst und damit die Entdeckung der eigenen Freiheit, und dass nichts die Motivation im Leben dauerhafter aufrecht erhält als die Realisierung des wahren Selbst und der eigenen Freiheit. Die philosophische Motivationstheorie hat – teilweise unter Missachtung der psychologischen und neurophysiologischen Forschung – nicht selten mit einem zu einfachen dualen Modell von Verstand und Wille gearbeitet. Die Psychologie hat durch vereinfachte Modelle der Motivation, die diese zu etwas rein Triebhaftem machten, den Kontakt mit genuin philosophischen Fragestellungen über lange Zeit erschwert.

Auf diesem Hintergrund erwies sich der Begriff des Selbst hilfreich, der unter anderem in der humanistischen Tradition der Psychologie entwickelt wurde, aber heute auch in der Philosophie und der Neurophysiologie wieder diskutiert wird. Das Selbst ist weder einfach gleichzusetzen mit dem rational arbeitenden Verstand noch mit dem auf ihn bezogenen Willen. Es steht aber mit beiden in Kontakt, integriert die Anforderungen von beiden und gleicht ihre Ansprüche mit der Fülle an autobiografischer Erfahrung ab, um eine situationsangemessene Verhaltensantwort zu finden.

Motivation als Wunsch nach Selbstverwirklichung ist also nicht einfach eine propositionale Einstellung. Dieser weit verbreitete philosophische Begriff der Motivation ist eine rationalistische und auf sprachliche Propositionen fixierte Engführung. Diese Engführung zu überwinden, war das Leitmotiv des hier entwickelten Gedankengangs. Das sollte aber nicht in einer solchen Weise geschehen, dass Motivation nun ganz in das Reich der Bedürfnisse und Triebe verbannt wird, sondern dass sie vielmehr auch in das intuitiv und kohärenzial-holistische Erfassen des Selbst eingebettet wird, als Motor einer Entwicklung zu größerer Selbstverwirklichung im Horizont sittlich verpflichtender Werte.

Literatur

- Alston, William: Motives and Motivation, in: Edwards, Paul (ed.): *The Encyclopedia of Philosophy*, New York 1967, vol. 5, 399-409.
- Baumeister, R. F.: The optimal margin of illusion, in: *Journal of Social and Clinical Psychology* 8 (1989), 176-189.
- Baumeister, R. F. & Tierney, J.: *Willpower. Rediscovering the Greatest Human Strength*, New York 2011.
- Bieri, Peter: *Wie wollen wir leben?* Salzburg 2011.

- Bieri, Peter: *Das Handwerk der Freiheit. Über die Entdeckung des eigenen Willens*, München ⁷2001.
- Brüntrup, Godehard: Der metaphysische Begriff der Willensfreiheit und das Transferprinzip des Keine-Wahl-Habens, in: Greiman, Dirk (Hg.): *Wahrheit – Sein – Struktur. Auseinandersetzungen mit Metaphysik*, Hildesheim / New York 2000, 102-120.
- Brüntrup, Godehard: Self-Determination and the Brain, in: *Gregorianum* 4 (2008), 816-831.
- Csikszentmihalyi, Mihaly: *Das flow-Erlebnis. Jenseits von Angst und Langeweile: im Tun aufgehen*, Stuttgart ⁸2000. (Übers. von *Beyond Boredom and Anxiety: Experiencing Flow in Work and Play*, San Francisco 1975)
- Damasio, Antonio: *Self comes to Mind. Constructing the Conscious Brain*, London 2012.
- Deci, E. L.: Effects of externally mediated rewards on intrinsic motivation, in: *Journal of Personality and Social Psychology* 18 (1971), 105-115.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M.: *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*, New York 1985.
- Forschner, Maximilian: *Über das Glück des Menschen*, Darmstadt 1993.
- Frankfurt, Harry: Freedom of the Will and the Concept of a Person, in: *The Journal of Philosophy* 68 (1974), 5-20.
- Freud, Anna: *Das Ich und seine Abwehrmechanismen*, München 1936/1964.
- Huxley, Thomas: On the Hypothesis that Animals are Automata, and its History, in: *The Fortnightly Review* (1874), 555-580.
- Ibsen, Henrik: *Peer Gynt*, Stuttgart 1984.
- van Inwagen, Peter: *An Essay on Free Will*, Oxford 1983.
- Kane, Robert: *A Contemporary Introduction to Free Will*, Oxford 2005.
- Kuhl, Julius: *Motivation und Persönlichkeit*, Göttingen 2001.
- Kuhl, Julius: *Lehrbuch der Persönlichkeitspsychologie*, Göttingen 2010.
- Lepper, M. R., Greene, D., & Nisbett, R. E.: Undermining children's intrinsic interest with extrinsic rewards: A test of the "overjustification" hypothesis, in: *Journal of Personality and Social Psychology* 28 (1973), 129-137.
- Loyola, Ignatius von: *Der Bericht des Pilgers*. Übersetzt von Michael Sievernich, Wiesbaden 2006.
- Mele, Alfred: *Motivation and Agency*, Oxford 2005.
- Metzinger, Thomas: *Being No One*, Cambridge 2004.
- Nietzsche, Friedrich: *Werke in drei Bänden. Band 2*, hg. von Karl Schlechta, München 1954.
- Peters, Richard S.: *The Concept of Motivation*, London 1958.
- Ritz-Schulte, Gudula & Hockenheim, Alfons: *Autor des eigenen Lebens werden. Anleitung zur Selbstentwicklung*, Stuttgart 2012.
- Rogers, Carl: *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*, London 1961.
- Schütz, Astrid & Hoge, Lasse: *Positives Denken. Vorteile – Risiken – Alternativen*, Stuttgart 2007.

- Singer, Wolf: Selbsterfahrung und neurobiologische Fremdbeschreibung, in: *Deutsche Zeitschrift für Philosophie* 52, 2 (2004), 235-255.
- Smith, Michael: Humeanism about Motivation, in: O'Connor, T. / Sandis, C. (eds.): *A Companion to the Philosophy of Action*, Chichester 2010, 153-158.
- Sternberg, R. J.: *Beyond IQ: A triarchic theory of human intelligence*, New York 1985.
- Storch, Maja & Kuhl, Julius: *Die Kraft aus dem Selbst*, Bern 2012.
- Stump, Eleonore: *Wandering in Darkness*, Oxford 2010.
- Taylor, Charles: *The Ethics of Authenticity*, Cambridge, MA 1992.
- Vohls, K. & Schooler, J.: The Value of Believing in Free Will. Encouraging a Belief in Determinism Increases Cheating, in: *Psychological Science* 19 (2008), 49-54.
- Wegner, D.: *The Illusion of Conscious Will*, Cambridge, MA 2002.
- Watson, Gary: Free Agency, in: *Journal of Philosophy* 72 (1975), 205-220.
- Wolf, S.: *Freedom within Reason*, Oxford 1990.