

Robin-Bastian Heck

Fakultät für Verhaltens- und Empirische Kulturwissenschaften

Selbstkontrollkraft und Sensation Seeking: Protektive Faktoren in Stress-situationen?

Ziel dieser Forschungsarbeit ist die Beantwortung der Frage, ob Personen, deren momentan verfügbare Selbstkontrollkraft (SK-Kraft) erschöpft ist, mehr Stress auf psychologischer, physiologischer und behavioraler Ebene erleben, als Personen mit vollständig verfügbarer SK-Kraft. Der Zusammenhang zwischen der dispositionalen SK-Kraft und dem Umgang mit Stress wurde bisher in wenigen empirischen Studien untersucht. Hingegen gibt es keine Befunde zum Einfluss der momentan verfügbaren SK-Kraft auf die Stressreaktivität. Auch physiologische Hintergründe der SK-Kraft sowie Interaktionseffekte mit Persönlichkeitsmerkmalen wurden nur ungenügend untersucht. Diese Lücken im Forschungsfeld der SK-Kraft sollen mit dieser Arbeit geschlossen werden. Weiterhin soll dieses Promotionsvorhaben Erkenntnisse über physiologische Komponenten selbstregulatorischer Erschöpfung liefern. Die Ergebnisse bieten zudem eine Grundlage für die Entwicklung von Interventionen zur Optimierung selbstregulatorischer Ressourcen sowie zur Aufklärung autonomer Quellen von Selbstkontrollprozessen.

Schlüsselbegriffe: Momentan verfügbare Selbstregulations-Kraft, Stressreaktivität

Methodik

In der ersten Studie erfolgt eine Erhebung der Persönlichkeitsmerkmale Sensation Seeking, der dispositionalen SR-Kraft, des chronischen Stressempfindens, der Ängstlichkeit, des Narzissmus sowie der dispositionalen Selbstaufmerksamkeit. Somit werden jene Merkmale als Kovariaten erhoben, welche eine Relevanz für interindividuelle Unterschiede in der Stressreaktivität haben könnten. Für die zweite Studie wird die Gesamtstichprobe (männliche Schüler; N=150) bezüglich der Ausprägung des Sensation Seeking in zwei Gruppen unterteilt (Low- bzw. High Sensation Seeker).

Diese beiden Gruppen werden ihrerseits in eine Depletion- (D) bzw. Non-Depletion-Gruppe (ND) gegliedert. Folglich bestehen vier Bedingungen: 1. HSS, D; 2. HSS, ND; 3. LSS, D; 4. LSS, ND. In einem Laborexperiment erfolgt eine experimentelle Manipulation der momentan verfügbaren SR-Kraft (Depletion- vs Non-Depletion-Gruppe). In unmittelbarem Anschluss daran wird das Ausmaß der Stressreaktion im Rahmen einer Kletteraufgabe untersucht. Hierbei werden sowohl physiologische Parameter (Herzraten-variabilität, Cortisol) als auch Daten subjektiver Fragebogenmaße erfasst.

Schlüsselbegriffe: Quantitative Laboruntersuchung, Herzratenvariabilität, Cortisol, Stress

Self-control strength and sensation seeking: Protective factors in stress situations?

The research objective of this project is to find out, whether individuals with temporarily depleted self-control strength (ego depletion) experience higher levels of stress on a psychological, physiological and behavioral basis, compared to individuals with temporarily available self-control strength. Only a few studies have examined the relation between trait self-control strength and coping with stress. However, there is no empirical evidence concerning the influence of temporarily available self-control strength on stress reactivity. So far physiological processes related to self-control strength as well as effects of interaction with personality traits have been investigated insufficiently. One of the aims of this doctoral thesis is to fill the gaps in the research field of self-control strength. Furthermore this project wants to investigate the physiological components of ego depletion. The results are expected to shed light on autonomic resources of self-control strength and to build a basis for developing interventions, which could restore self-control strength.

Keywords: self-control strength, stress reactivity

Methodology

The first study contains an assessment of the personality traits sensation seeking, self-control strength, chronic stress, anxiety, narcissism, and self-awareness. Therefore these variables, which could influence interindividual differences in stress reactivity, are getting controlled. In the second study the sample (male students; N=150) is divided into two experimental conditions: low sensation seekers (LSS) and high sensation seekers (HSS). Participants self-control strength will be experimentally manipulated: In one condition self-control strength will get depleted (ED), while it will be kept intact in the other condition (NED).

Hence there are four groups: 1. HSS, ED; 2. HSS, NED; 3. LSS, ED 4. LSS, NED. The experimental manipulation of self-control strength takes place in a laboratory setting. Immediately after manipulating self-control strength, participants stress reactivity in response to a climbing task is assessed. In doing so, both physiological parameters (heart rate variability, cortisol) and data from psychological questionnaires are examined.

Keywords: experimental study, heart rate variability, cortisol, depletion paradigm