



# “Und führe uns nicht in Versuchung...wenn wir nicht daran denken (können)”

Jannis Prieschenk, HM, Antonia Gutzeit, Helena Pagiatakis, Pia Weinschenk - Leitung: Dr. Carina Giesen

## Einleitung

Jeder kennt solche Situationen, in denen man abends beim Fernsehen doch zu den Chips greift, obwohl man eigentlich auf Diät ist. Warum schaffen wir es nicht Versuchungssituationen zu widerstehen?

Hofmann, Rauch in Gawronski (2006) legten mit ihrer Forschung dabei den Grundstein unserer Studie. Sie untersuchten den Einfluss von automatisch aktivierten Einstellungen, Diätstandards und kognitiven Ressourcen der Selbstkontrolle auf Essverhalten. Sie fanden heraus, dass wir kognitive Ressourcen benötigen, um unser Konsumverhalten zu kontrollieren.

Bei ausreichenden Ressourcen wird das Verhalten so von den expliziten Einstellungen, wie den Diätstandards geleitet, während bei mangelnden Ressourcen die implizit erhobenen Überzeugungen, wie automatisch aktivierte Einstellungen, bessere Prädiktoren für das Konsumverhalten darstellen.

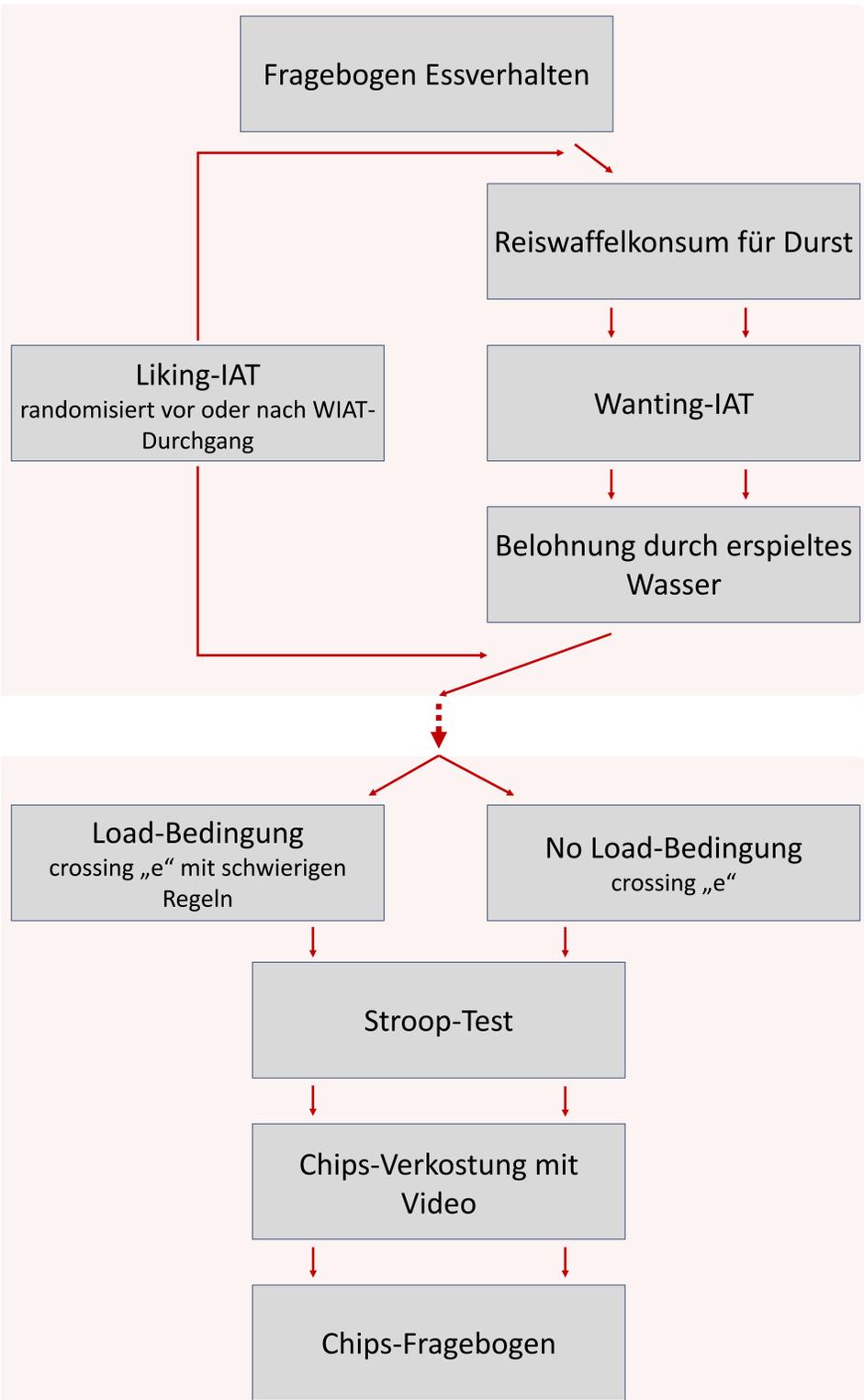
In dieser Studie erheben wir zur Prognose des Verhaltens in Versuchungssituationen zwei verschiedene implizite Maße:

1. implizites „Wanting“, welches ein motivationales Begehren nach etwas beschreibt
  2. implizites „Liking“, welches als affektive Bewertung eines Reizes verstanden wird.
- Außerdem nutzen wir die Erkenntnis von Robinson & Berridge (1993): Wanting ≠ Liking.

- Hypothese 1: Positiver Zusammenhang des impliziten „Wantings“ und Chipskonsum bei erschöpften kognitiven Ressourcen
- Hypothese 2: Kein Zusammenhang des impliziten „Liking“ und Chipskonsum bei erschöpften kognitiven Ressourcen
- Hypothese 3: Bei erschöpften Ressourcen sollte es keinen Zusammenhang zwischen Chipskonsum und expliziten Diätstandards geben, während es in der Kontrollgruppe einen negativen Zusammenhang geben sollte

## Methode

Stichprobe: 19 Teilnehmer\*innen, 11 weiblich; Alter:  $M_{\text{alter}} = 22,1$  Jahre,  $SD = 3,3$  Jahre



## Ergebnisse

		Depletion	Non-Depletion
LIAT (Dscore)	M	-0.15 <sup>a</sup>	-0.30 <sup>a</sup>
	SD	0.29	0.40
WIAT (Dscore)	M	0.04 <sup>a</sup>	0.05 <sup>a</sup>
	SD	0.30	0.31
Explizite Diätmotivation	M	10.22 <sup>a</sup>	7.90 <sup>a</sup>
	SD	4.89	4.53
Konsummenge	M	14.67 <sup>a</sup>	22.00 <sup>a</sup>
	SD	11.75	11.68
Stroop Effekt	M	55.37 <sup>a</sup>	77.44 <sup>a</sup>
	SD	43.03	45.15

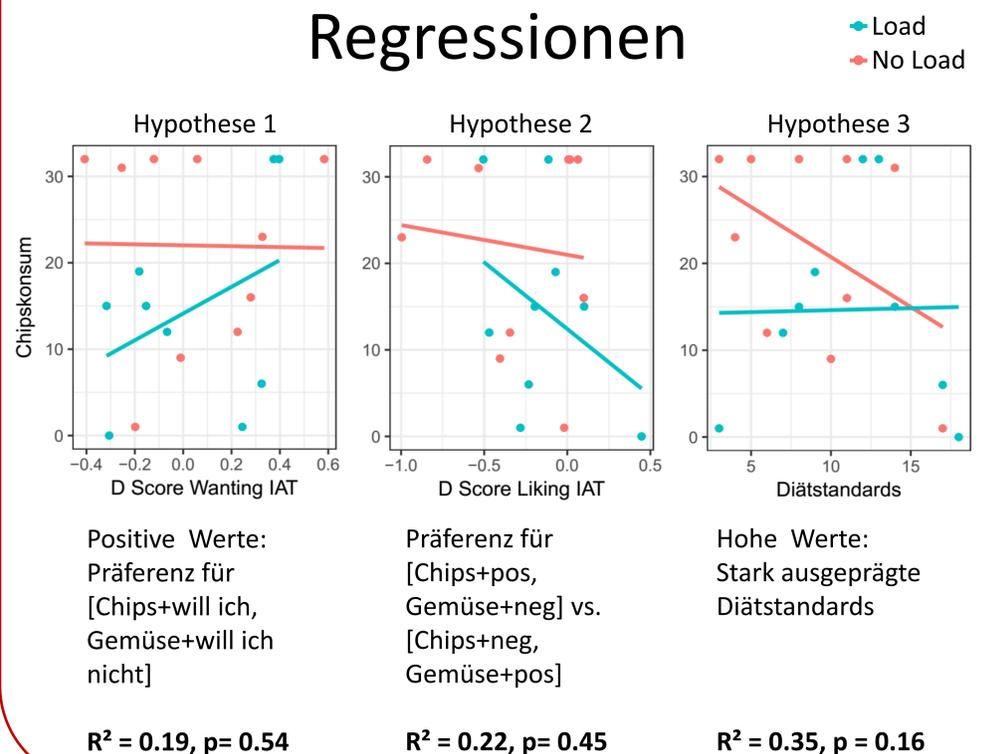
Mittelwerte pro Bedingung mit verschiedenen Buchstaben unterscheiden sich signifikant (<0.05)

Mittelwerte und Standardabweichungen der impliziten Maße, der expliziten Diätmotivation, der Konsummenge und des Stroop - Effekts als Funktion der experimentellen Bedingungen.

Depletion Bedingung	1	2	3
1. D.LIAT			
2. D.WIAT	-.55		
3. Restraint	.38	-.08	
4. Consumption	-.38	.39	.02
Kontrollbedingung			
1. D.LIAT			
2. D.WIAT	0,27		
3. Restraint	0,03	-.72*	
4. Consumption	-.12	-.01	-.45

Korrelationen für implizite Maße, explizite Diätmotivation und Konsum als Funktion der experimentellen Bedingungen.

## Regressionen



## Diskussion

Wir fanden gute deskriptive Befundmuster, aufgrund eines geringen N, aber keine signifikanten Ergebnisse.

- Hypothese 1: **Positiver Zusammenhang** zwischen **impliziten Maßen** (insbes. W-IAT) und **Konsum**, aber nur in der Load-Bedingung, nicht in der KG
- Hypothese 2: **Diätstandards korrelierten** in der KG **negativ** mit **Konsum**, nicht aber in der Load-Bedingung

Für künftige Studien in diesem Bereich empfiehlt sich die vorherige Validierung der Cognitive-Load Aufgabe (Crossing E), die wir ins Deutsche übersetzt haben und somit auch die Regeln angepasst haben. In unserer Studie funktionierte die Manipulation nicht.

## Literatur

Hofmann, W., Rauch, W. & Gawronski, B. (2006). And deplete us not into temptation: Automatic attitudes, dietary restraint, and self-regulatory resources as determinants of eating behavior. *Journal of Experimental Social Psychology*, 38(2007), 497-504.

Robinson, T. E., & Berridge, K. C. (1993). The neural basis of drug craving: An incentive-sensitization theory of addiction. *Brain Research Reviews*, 18, 247-291.