



# Von der Zimtziecke zum Ruhepol?



## Die Veränderung der impliziten Emotionsregulation über die Lebensspanne

Ann-Kathrin Haderdauer, Jacqueline Scholz, Tanja Schorler, Susann Stöckel, Lisa Wittmann

Leitung: Susanne Schwager

### Einleitung

Die Gegenregulationstheorie nach Rothermund et al. (2008) nimmt an, dass wir unsere Aufmerksamkeit automatisch auf solche Reize richten, die unserem aktuellen affektiv-motivationalen Fokus widersprechen um Emotionen zu regulieren und eine Eskalation zu verhindern. Hierbei spricht man auch von einem Inkongruenzeffekt. Obwohl dies als allgemeingültiger Mechanismus der Emotionsregulation angesehen wird, wird stereotyp meist angenommen, dass ältere Menschen höhere Kompetenzen bei der Regulation von Emotionen besitzen. Unter diesem Gesichtspunkt beschäftigt sich unsere Studie mit den Fragen:

- Verändert sich dieser Mechanismus im Verlauf der Entwicklung? Regulieren alte Menschen ihre Emotionen tatsächlich besser?
- Werden vor allem altersbezogene Reize zur Gegenregulation herangezogen?

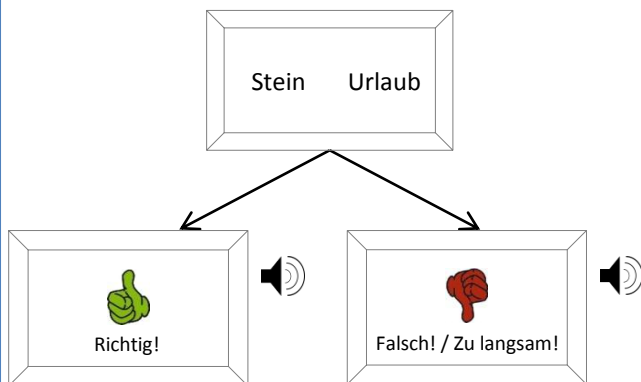
### Methode

**Stichprobe** mit zwei verschiedenen Altersgruppen:

- Jung: 12-28 Jahre
- Alt: 52-77 Jahre

**Suchaufgabe** nach Rothermund et al. (2011):  
Positionsbestimmung der valenten Wörter

Altersspezifische valente Wörter		
	positiv	negativ
alt	Reife Sorgfalt	Einsamkeit Trauer
jung	Erfolg Offenheit	Langeweile Egoismus



Fokusinduktion durch Feedback

### Ergebnisse

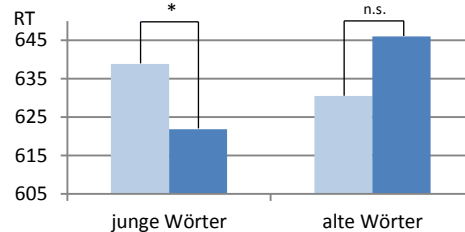
Interaktion Altersgruppe x Kongruenz: nicht signifikant

- $F(1,48) = 0.60, p = .44$

Interaktion Altersgruppe x Wortalter x Kongruenz: signifikant

- $F(1,48) = 4.38, p = .04$

#### Junge Personen

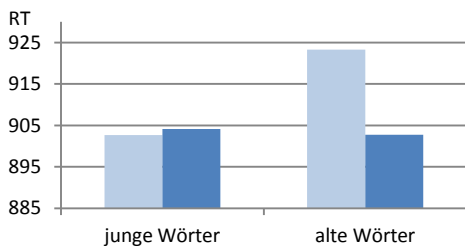


Interaktion Wortalter x Kongruenz: signifikant

- $F(1,26) = 4.48, p = .04$

■ Kongruenz  
■ Inkongruenz

#### Alte Personen



Interaktion Wortalter x Kongruenz: nicht signifikant

- $F(1,22) = 1.02, p = .32$

### Diskussion

Da der Interaktionseffekt von Altersgruppe und Kongruenz nicht signifikant wurde, können wir nicht davon ausgehen, dass alte Menschen generell eine stärkere Gegenregulation zeigen als junge Menschen. Der signifikante dreifache Interaktionseffekt zwischen Stimuluskongruenz, Altersgruppe und Wortalter lässt aber darauf schließen, dass zur Gegenregulation vor allem altersrelevante Stimuli herangezogen werden. Dies zeigte sich in unserer Studie signifikant für junge Menschen, und für ältere Menschen ist eine Tendenz hierzu sichtbar. Menschen nutzen also vor allem die valenten Informationen zur Emotionsregulation, die relevant für die eigene Person sind.

#### Literatur

- Rothermund, K., Gast, A., Wentura, D. (2011). Incongruity effects in affective processing: Automatic motivational counter-regulation or mismatch - induced salience? *Cognition and Emotion*, 25(3), 413-425.
- Rothermund, K., Voss, A., Wentura, D. (2008). Counter-Regulation in Affective Attentional Biases: A Basic Mechanism That Warrants Flexibility in Emotion and Motivation. *Emotion*, 8(1), 34-46.