



Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg
Institut für Psychologie

Selbstverzeihen

*im Zusammenhang mit Religiosität und
anderen persönlichkeitspsychologischen Konstrukten*

~ Ergebnisse einer Masterarbeit ~
(erhoben: 2012, eingereicht: 2013)

Verfasserin: Mirjam Gotter (M.Sc. Psychologin)

Betreuung: Prof. Dr. Dr. Uwe Wolfradt & Prof. Dr. Regina Radlbeck-Ossmann

Datum: Samstag, 11. Oktober 2014

Ort: de'ignis-Gesundheitszentrum, Egenhausen

Anlässlich: 18. Arbeitstagung „Empirische Forschung in Psychotherapie und Seelsorge“

Coping (Bewältigung/Umgang) ⇒ von Scheitern

⇒ Vergebung / Verzeihen

- Randphänomen in der Psychologie
- Pargament (2001):
Ermutigung (Weltreligionen) vs. Ignoranz (Sozialwissenschaften)
- Tausch (1993):
Vergebung als ethisch-soziale Botschaft unrealistisch? Weltfremd?
- Mauger (1992):
„I guess, forgiveness has no part in it.
I find the concept of forgiveness difficult to comprehend.“

Bewältigung des eigenen Scheiterns

⇒ Selbstverzeihen

- „Stiefkind in Verzeihensforschung“ (Hall & Fincham, 2005)
- (Selbst-)Verzeihen als lebensförderliche Ressource
(*Positive Psychologie*, Auhagen, 2008 ⇒ Christian Schwennen)
- Vorliegende Arbeit: Grundlagenarbeit

Inhaltliche Schwerpunkte:

1. Was ist Selbstverzeihen (SV)?
2. Wie hängt Religiosität mit SV zusammen?
3. Wie beeinflusst Persönlichkeit SV?

1. Theoretische Grundlagen

1.1 Selbstverzeihen

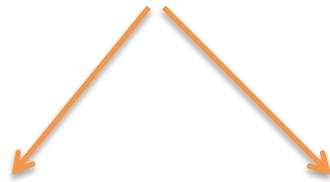
1.2 Selbstverzeihen und Religiosität

1.3 Selbstverzeihen und Persönlichkeit

1.1.1 Verzeihen (Anlehnung an Terzino, 2010)

Verzeihen

Fremdverzeihen
(inter- & intrapersoneller Prozess)



Verzeihen
annehmen

anderen
verzeihen

Selbstverzeihen
(intrapersoneller Prozess)



von

interpersonellen intrapersonellen

Objekten

(Transgressionen,
grundsätzlich vermeidbares *Handeln*)

als state- & trait-Variable

1.1.2 Selbstverzeihen – Modell (Orientierung an Enright, 1996)

1. **Persönliche Standards**
z.B. moralische, religiöse, gesellschaftliche, ...
2. **Scheitern der persönlichen Standards**
Objekt, Transgression, Fehler, Schuld
3. **Intrapersonelle Prozesse (Selbstprüfung)**
⇒ fehlt
4. **Pseudo-Selbstverzeihen** (Tangney et al., 2005)

1.1.2 Selbstverzeihen – Prozessmodell (Orientierung an Enright, 1996)

1. Persönliche Standards

z.B. moralische, religiöse, gesellschaftliche, ...

2. Scheitern der persönlichen Standards

Objekt, Transgression, Fehler, Schuld

3. Intrapersonelle Prozesse (Selbstprüfung)

I. Anerkennung des Scheiterns

II. Selbstablehnung

III. Sich selbst mit Mitgefühl, Großzügigkeit, Liebe behandeln

4. Selbstverzeihen

eingetreten, wenn Reaktion auf Transgression von negativ zu neutral bzw. verändert ist (emotional, kognitiv)

1. Theoretische Grundlagen

1.1 Selbstverzeihen

1.2 Selbstverzeihen und Religiosität

1.3 Selbstverzeihen und Persönlichkeit

1.2.1 Religiosität

Religiosität

- Es gibt keine klare Definition (Hock, 2008)
- **Funktionaler Ansatz (Bedeutung, Motivation):**
 - Extrinsisch orientierte: „gebrauchen Religion“ (nichtreligiöse Zwecke)
 - Intrinsisch orientierte: „leben ihre Religion“ (Allport, 1959)
- **Substanzialistischer Ansatz (Inhalt):**
 - Fünf Dimensionen (Glock 1969):
Rituelle Dimension, Kognitives Interesse, Erfahrung, Gebet, Ideologie
- **Synthese: Huber (2003) in Zentralitätsskala**
 - (Huber, 2008) : Qualitativer Sprung \Rightarrow Einfluss von Religiosität erst bei intrinsisch Orientierten (= „Hochreligiösen“)

1.2.2 Gottesbeziehung

Gottesbeziehung

- Murken, 1996: Religiosität als Beziehungsprozess
- Huber & Richard, 2010:
 - „*Emotions towards God are expressions of religious experiences.*“ (p.21)
 - Skala: Emotionale Tönung der Gottesbeziehung“
 - positive (z.B. Geborgenheit, Vergebung durch Gott)
 - negativ (z.B. Schuld gegenüber Gott)
- Religiöse Erfahrungen: Angst vs. Geborgenheit (Huber, 2008)
- Religiöse Sozialisation: Schuldbewusstsein vs. Glücklichessein (Grom, 2007)

1. Theoretische Grundlagen

1.1 Selbstverzeihen

1.2 Selbstverzeihen und Religiosität

1.3 Selbstverzeihen und Persönlichkeit

1.3 Selbstverzeihen & Persönlichkeit

- Neurotizismus und Narzissmus als hinderlich für Selbstverzeihen (Terzino, 2010; Exline, 2004)

1.3 Selbstverzeihen & Persönlichkeit

Perfektionismus (mehrdimensionales Konstrukt)

Hamachek, 1978	„normal perfectionists“	„neurotic perfectionists“
Altstötter-Gleich, 2006 (Frost et al. 1990)	Hohe Standards	Fehlersensibilität

Self-Compassion (Neff, 2003)

selbstbezogenes Mitgefühl besonders in schweren Zeiten

Gelassenheit (z. B. Rahm, 2008)

- Haltung, auf angemessene Weise mit Affekten und Herausforderungen des Lebens umzugehen
- Fokus liegt dabei auf Möglichkeiten

2. Fragestellung

2 Fragestellung & Hypothesen

Hypothese 1 \Rightarrow Selbstverzeihen (gescheitert):

Personen, die sich in ihren Bemühungen gescheitert betrachten, weisen eine niedrigere Ausprägung im Selbstverzeihen auf, als jene, die sich *nicht* in ihren Bemühungen gescheitert sehen.

(„Selbstverzeiher“ vs. „PseudoSelbstverzeiher“)

2 Fragestellung & Hypothesen

Hypothesenkomplex 2 \Rightarrow Religiosität & Gottesbeziehung:

Hypothese 2.1

Es besteht ein positiver Zusammenhang zwischen Religiosität und SV.

Hypothese 2.2

Es besteht ein positiver Zusammenhang zwischen *Vergebung durch Gott* und SV.

Hypothese 2.3

Es besteht ein positiver Zusammenhang zwischen *Geborgenheit in Gott* und SV.

Hypothese 2.4

Es besteht ein negativer Zusammenhang zwischen *Schuld gegenüber Gott* und SV.

2 Fragestellung & Hypothesen

Hypothese 3 \Rightarrow Persönlichkeit:

Die Kombination aus

niedriger Fehlersensibilität,
hohen Hohe Standards,
hoher Self-Compassion und
hoher Gelassenheit

sagt einen hohen Wert an Selbstverzeihen voraus.

3 Methode

3. 1 Untersuchungsdesign – OnlineFragebogen

Kriterium: Selbstverzeihen als *state-Variable*

(*Vignette* ⇒ Anlehnung an Terzino, 2010)

- ⇒ Leistungssituation (Prüfung)
- ⇒ Medizinstudierende
- ⇒ Programmierter Fragebogen war per Mouseklick zugänglich

3. Studienfach (bitte *beide* Angaben bestätigen) [SD07]

- Ja, ich studiere Medizin.
- Ich habe noch kein Physikum.

3. 1 Untersuchungsdesign – OnlineFragebogen

Kriterium: Selbstverzeihen als *state-Variable*

(*Vignette* ⇒ Anlehnung an Terzino, 2010)

Hypothetische Situation:

Durchgefallen bei einer wichtigen Prüfung (Lernplan nicht aufgegangen)

- Ja, ich bin in der Lage, mir diese Situation vorzustellen.

Würden Sie sich in dieser Situation mit Ihren Bemühungen als gescheitert betrachten? (□ eher ja, □ eher nein)

3. 1 Untersuchungsdesign – OnlineFragebogen

Kriterium: Selbstverzeihen als *state-Variable*

(*Vignette* ⇒ Anlehnung an Terzino, 2010)

Hypothetische Situation: Durchgefallen bei einer wichtigen Prüfung

überhaupt nicht sehr gut



1 2 3 4 5

Wie stark könnten Sie sich die gerade geschilderte Situation verzeihen?

Mich würde das Erlebte *nicht* loslassen.

starke Ablehnung

starke Zustimmung

Es würde mir schwer fallen, mein Scheitern anzunehmen.

starke Ablehnung

starke Zustimmung

Ich würde Gefühle von Schuld und Reue in Bezug auf die Situation empfinden.

starke Ablehnung

starke Zustimmung

Ich würde mir das Nichtbestehen der Prüfung nachtragen.

starke Ablehnung

starke Zustimmung

Ich wäre wütend auf mich.

starke Ablehnung

starke Zustimmung

3.2 Instrumente im OnlineFragebogen

	<i>Konstrukt</i>	<i>Instrument</i>	<i>Itemanzahl</i>	<i>Rating</i>	<i>α</i>
1)	<i>State-Selbstverzeihen</i>	<i>StateVerzeihensSkala</i> (Terzino, 2010)	6	1-5	.83
2)	<i>Gelassenheit</i>	<i>Gelassenheitsskala</i> (Wolfradt & Pohl, in Bearbeitung)	7	0-4	.78
3)	<i>Religiosität</i>	<i>Zentralitätsskala</i> (Huber, 2004)	10	1-5	.94
4)	<i>Gottesbeziehung*</i> - Vergebung - Geborgenheit - Schuld	<i>Religiositäts-Struktur-Test</i> (Huber, 2008)	5 5 3	1-5	.89 .96 .94
5)	<i>Trait-Selbstverzeihen</i>	<i>Heartland-Forgiveness-Scale</i> (Thompson, 2005)	6	1-6	.77
6)	<i>Self-Compassion</i>	<i>SCS-D-Kurzform</i> (Hupfeld & Ruffieux, 2011)	12	1-5	.80
7)	<i>Perfektionismus:</i> <i>Hohe Standards</i> <i>Fehlersensibilität</i>	<i>MPS-D</i> (Altstötter-Gleich & Bergemann, 2006)	7 9	1-5	.89 .87
8)	<i>Subjektive</i> <i>Studienzufriedenheit</i>	Items aus dem Fragebogen zu den Einstellungen und Belastungen von Medizinstudenten (Jurkat, Reimer & Schröder, 2000)	6	1-4 bzw. 1-5	.72

3.3 Stichprobe

Befragte PersonenGruppe:

- Medizinstudierende im vorklinischen Studienabschnitt
- ab dem 3. Semester
- von insgesamt 19 Universitäten in Deutschland

Rekrutierung:

- Fachschaften & christliche Studentenverbände
- eMail, Facebook, „Schwarzes Brett“, „snowball-effect“

Erhebungszeitpunkt:

- Dezember 2012

3.4 Stichprobenbeschreibung von N = 371 Personen

(239 Frauen, 92 Männer, 6 ausgeschlossen \Rightarrow 365 VPN)

Würden Sie sich in dieser Situation in Ihren Bemühungen als gescheitert betrachten?

„eher nein“:

- n = 34; Alter: 22.76 (\pm 3.26), 19-30

„eher ja“: n = 331, Alter: 22.07 (\pm 3.04), 19-37

Religiosität nach Huber (2003)

- 30: hochreligiös
- 145: mittelreligiös
- 156: nichtreligiös

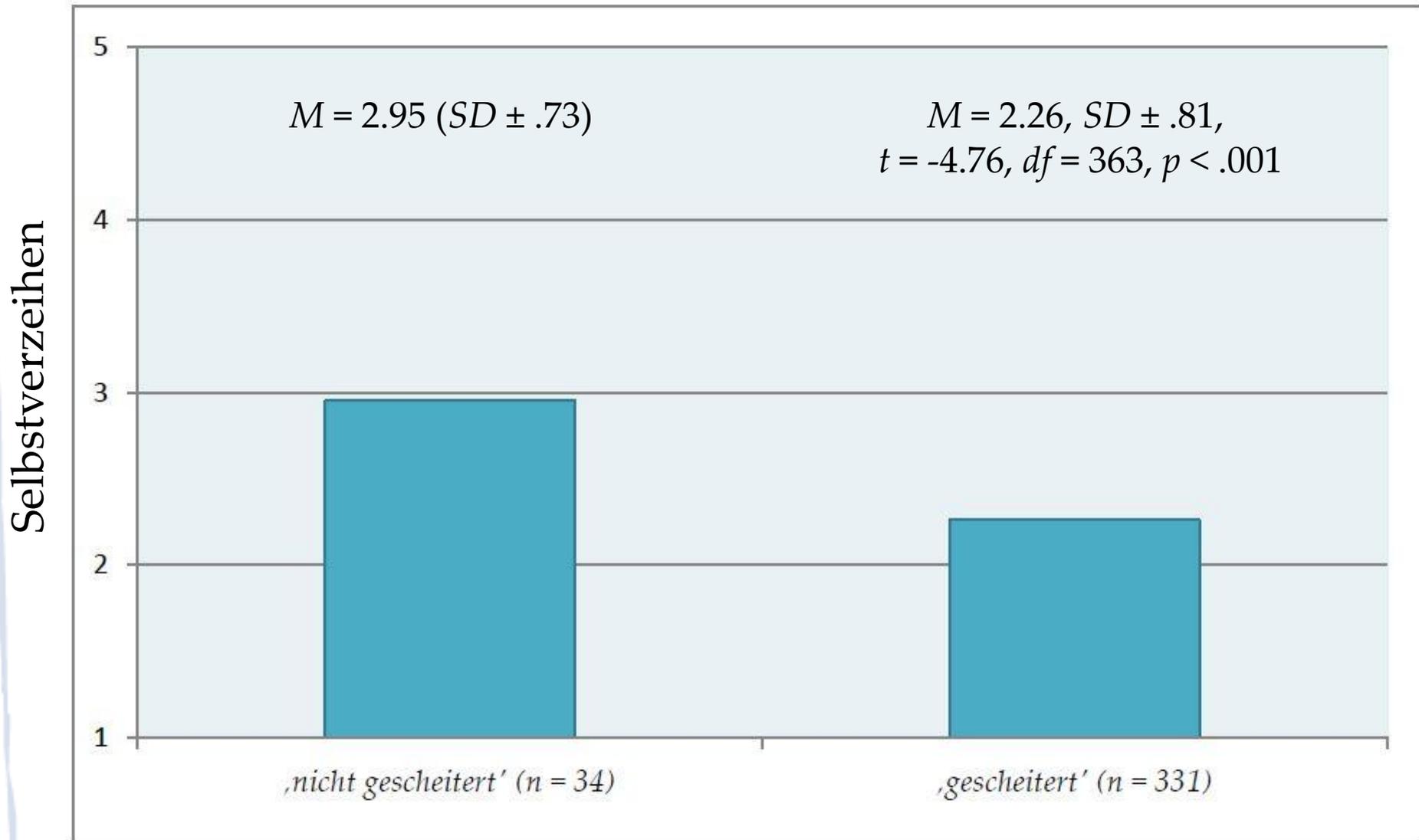
Religionszugehörigkeit

- 109: keiner
- 83: katholisch
- 108: evangelisch
- 11: freikirchlich
- 9: „spirituell“
- 7: andere, z.B. orthodox

4 Ergebnisse

Hypothese 1: Selbstverzeihen

erwartet: ‚nicht gescheitert‘ > ‚gescheitert‘



Anmerkungen. 1 = ‚überhaupt nicht‘, bzw. ‚starke Ablehnung‘; 5 = ‚sehr gut‘, bzw. ‚starke Zustimmung‘.

Hypothese 2.1

erwartet: positiver Zusammenhang Religiosität ~ SV

Stichprobe (n = 331):

$r = -.07$ ($p = 0.35$) \Rightarrow kein Zusammenhang



Teilstichproben:

- Hochreligiöse Stichprobe (n = 30): $r = .32$ ($p=0.08$)
- Mittelreligiöse Stichprobe (n = 145): $r = -.17^*$
- Nichtreligiöse Stichprobe (n = 156): $r = -.17^*$



Anmerkungen. Spearson Korrelation; * $p < .05$ signifikant, ** , $p < .01$.

Hypothese 2.2:

erwartet: positiver Zusammenhang *Vergebung durch Gott & SV*

Mittel- & Hochreligiöse Stichprobe (n = 175)



- $r = -.03$ ($p = 0.43$) \Rightarrow kein Zusammenhang

Teilstichproben:

- Hochreligiöse Stichprobe (n = 30): $r = .12$ ($p = 0.44$)
- Mittelreligiöse Stichprobe (n = 145): $r = -.12$ ($p = 0.32$)



- *Anmerkungen.* Spearson Korrelation; * $p < .05$ signifikant, ** , $p < .01$.

Hypothese 2.3

erwartet: positiver Zusammenhang *Geborgenheit in Gott & SV*

Mittel- & Hochreligiöse Stichprobe (n = 175)



- $r = -.02$ ($p = 0.23$) \Rightarrow kein Zusammenhang

Teilstichproben:

- Hochreligiöse Stichprobe (n = 30): $r = .02$ ($p = 0.91$)
- Mittelreligiöse Stichprobe (n = 145): $r = -.09$ ($p = 0.27$)



*Anmerkungen. Spearson Korrelation; * $p < .05$ signifikant, ** , $p < .01$.*

Hypothese 2.4

erwartet: negativer Zusammenhang *Schuld gegenüber Gott & SV*

Mittel- & Hochreligiöse Stichprobe (n = 175)



- $r = -.16^*$ \Rightarrow negativer Zusammenhang

Teilstichproben:

- Hochreligiöse Stichprobe (n = 30): $r = .13$ ($p = 0.22$)



- Mittelreligiöse Stichprobe (n=145): $r = -.25^{**}$



- Katholische Stichprobe (n = 61): $r = -.31^*$
(4 hochreligiös, 57 mittelreligiös)



- Evangelische Stichprobe (n = 70): $r = -.06$
(14 hochreligiös, 56 x mittelreligiös)



Hypothese 2.4

erwartet: negativer Zusammenhang *Schuld gegenüber Gott & SV*

Mittel- & Hochreligiöse Stichprobe (n = 175)



- $r = -.16^*$ \Rightarrow negativer Zusammenhang

Teilstichproben:

- Hochreligiöse Stichprobe (n = 30): $r = .13$ ($p = 0.22$)



- Mittelreligiöse Stichprobe (n=145): $r = -.25^{**}$



- Katholische Stichprobe (n = 61): $r = -.31^*$
(4 hochreligiös, 57 mittelreligiös)



- Evangelische Stichprobe (n = 70): $r = -.06$
(14 hochreligiös, 56 x mittelreligiös)



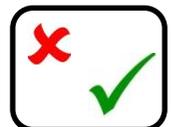
Hypothese 3:

Kombination aus \downarrow FS, \uparrow HS, \uparrow S-C, \uparrow Ge \longrightarrow \uparrow SV

Tabelle: Hierarchische multiple Regression zur Vorhersage des Kriteriums Selbstverzeihen durch die Prädiktoren Fehlersensibilität, Self-Compassion, Hohe Standards und Gelassenheit (n = 331)

Prädiktor	<i>B</i>	<i>SE B</i>	β	<i>T</i>	<i>p</i>
<i>Fehlersensibilität</i>	-.15	0.03	-.29	-4.76	.000
<i>Self-Compassion</i>	.16	0.04	.25	3.94	.000
<i>Hohe Standards</i>	-.10	0.03	-.15	-3.02	.003
<i>Gelassenheit</i>	.15	0.07	.12	2.21	.028

Anmerkungen. $R^2 = .39, p < .001$.



4 Ergebnisse - Zusammenfassung

	Hypothesen	
Selbstverzeihen	1: Gescheiterte \downarrow im SV als Nicht-Gescheiterte	✓
Religiosität	2.1: positiver Zusammenhang R ~ SV (hochreligiöser Stichprobe)	- (✓)
	2.2: positiver Zusammenhang: Vergebung durch Gott & SV	-
	2.3: positiver Zusammenhang Geborgenheit in Gott & SV	-
	2.4: negativer Zusammenhang Schuld gegenüber Gott & SV (mittelreligiöse Stichprobe!)	✓
Persönlichkeit	3: Kombination aus \downarrow FS, \uparrow HS, \uparrow SC, \uparrow Ge \Rightarrow \uparrow SV	✓ / -

5 Diskussion

5 Diskussion

Methodische Schwächen:

- prozessorientiert erheben
- Analyse von Standardsetzung (Elternhaus, Gesellschaft)
- Gleichgroße Stichproben wählen (bzw. z.B. nur eine hochreligiöse)

Anwendung (klinischen und Wirtschaftsbereich)

- Gestaltung von SV-Interventionen
(z.B. Wohl et al., 2010 vs. Wohl & Thompson, 2011)

5 Diskussionsangebot

Selbstverzeihen:

- Selbstverzeihen: Ein Thema in der Therapie? (Sollte es eins sein?)
Wie könnte „Selbstverzeihens-Interventionen“ aussehen?
Welche Voraussetzungen sehen Sie für Selbstverzeihen
- Was ist Selbstverzeihen? („Wer verzeiht wem?“)
- Wie entwickeln sich Standards? „Ab wann“ bin ich gescheitert?

Selbstverzeihen & Religiosität:

- Hochreligiöse: können sich besser selbst verzeihen ⇔ Warum?
- Mittelreligiöse: Warum ist die Gottesqualität „Schuld“ so stark vorhanden (Vergebung durch Gott / Geborgenheit in Gott nicht)

Selbstverzeihen & Persönlichkeit:

- Selbstverzeihen trotz hoher Hohe Standards möglich?

Danke für Ihre Aufmerksamkeit.



Michail Michailov, Wien, 2010

Bildquelle: <http://www.michailmichailov.com/ichfergebedir1.html>,

letzter Zugriff: 03. Februar 2014, 20:18

Bearbeitet: MG

Literaturverzeichnis (Auswahl)

- Enright, R. D. (1996). Counseling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving forgiveness, and self-forgiveness. *Counseling and values, 40(2)*, 107–126.
- Huber, S. (2003). *Zentralität und Inhalt: ein neues multidimensionales Messmodell der Religiosität*. Leske + Budrich.
- Huber, S. & Richard, M. (2010). The inventory of emotions towards God(EtG): Psychological valences and theological issues. *Review of Religious Research, 21–40*.
- Murken, S. (1998). *Gottesbeziehung und psychische Gesundheit*. Waxmann.
- Neff, K. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity, 2(2)*, 85–101.
- Tangney, J. P., Boone, A. L., Fee, R. & Reinsmith, C. (1999). Multidimensional forgiveness scale. *Fairfax, VA: George Mason University*.
- Tangney, J. P., Boone, A. & Dearing, R. (2005). Forgiving the self: Conceptual issues and empirical findings. In E. . Wprthington, Jr. (Hrsg.), *Handbook of forgiveness (S. 143–158)*. New York: Brunner-Routledge.
- Terzino, K. (2010). Self-forgiveness for interpersonal and intrapersonal transgressions. *Graduate Theses and Dissertations, Iowa State University*.