

Warum sind wir stolz?

M. Spitzer, Ulm

„Da kannst du stolz darauf sein“, sagen wir zu jemandem, der gerade das Abitur oder irgendeine schwierige Prüfung gut bestanden hat. „Dummheit und Stolz wachsen auf einem Holz“, sagt der Volksmund. Irgendwie passt das nicht so recht zusammen! Denkt man weiter darüber nach, so scheint es zwei Sorten von Stolz zu geben. Einen, der von anderen als berechtigt beurteilt wird, weil er sich nach irgendeinem Erfolg eingestellt hat (oder andere meinen, er müsse sich einstellen), und einen anderen, den andere Menschen als unberechtigt betrachten. Man hat in diesem Zusammenhang auch schon von *Großmut*, *authentischem Stolz* bzw. *Beta-Stolz* einerseits sowie von *Hochmut*, *Hybris* bzw. *Alpha-Stolz* andererseits gesprochen (3, 4, 6, 7). Man könnte auch von Stolz als gesellschaftlich akzeptierter kurzfristiger Reaktion (*state*) auf Erfolg einerseits und von Stolz als Persönlichkeitszug andererseits (*trait*) sprechen, der sozial allgemein negativ bewertet wird.

Somit wäre es beim Stolz etwa so wie beim Glück: Die Sprache ist in beiden Fällen mehrdeutig, denn sie meint einerseits die Reaktion auf ein akutes Ereignis (Glück haben bzw. Glücksmomente erleben) und andererseits eine langfristig und wahrscheinlich genetisch zumindest mitbedingte Eigenschaft (manche sprechen vom individuellen *Set-Point* des Glückserlebens), in der sich Menschen unterscheiden: Manche Menschen sind grundsätzlich eher gut gelaunt, glücklich und manche eher schlecht gestimmt und subdepressiv.

Seit Hobbes und Hume und vor allem im angloamerikanischen Sprachraum zählt man den Stolz zu den Emotionen (*passions*)(9) und damit zu den kulturübergreifenden, unmittelbaren, tiefen, biologisch verwurzelten Weisen menschlichen Erlebens und Ausdrucks. Er bereitet dabei aber Probleme, denn in Diskursen über Emotionen geht es meist um Angst oder Freude, Glück oder Aggressi-

on, Liebe oder Eifersucht. Diese Emotionen haben eine klare Valenz, das heißt, sie sind entweder positiv oder sehr negativ. Zudem hat man sie mehr oder weniger gut verstanden in dem Sinne, dass man ihre Neurobiologie und Physiologie einerseits (man spricht auch von *proximate causes*) und ihren evolutionsbiologischen Zweck andererseits (*ultimate cause*¹) einordnen kann: Vom Mandelkern über die Sympathikusaktivierung bis hin zur erfolgreichen Flucht vor dem Säbelzahn tiger ist uns in dieser Weise Angst geläufig; und nicht anders ergeht es uns mit dem Nucleus accumbens, dem Dopamin, dem Oxytocin und der erfolgreichen Paarbildung zum Zwecke der Fortpflanzung, wenn wir über die Liebe nachdenken.

Ganz anders ist es mit dem Stolz: Irgendwie kann man mit ihm nicht so recht etwas anfangen.

Ganz anders ist es mit dem Stolz: Irgendwie kann man mit ihm nicht so recht etwas anfangen. Einerseits verstehen wir ihn als Emotion, andererseits hat er keine klare Valenz und liegt sowohl neurobiologisch bzw. physiologisch als auch evolutionär praktisch völlig im Dunkeln.

Was könnte die Funktion des Erlebens von Stolz sein? Hierzu gibt es bislang vergleichsweise wenig empirische Forschung, weswegen die Arbeiten der Psychologen Lisa Williams und David De Steno (10, 11) von der North Eastern University in Boston von grundlegender Bedeutung sind. Ebenso wie Angst, durch die unser Körper in Anbetracht widriger Umstände Höchstleistungen vollbringt und damit für unser Überleben sorgt, hat diesen Autoren zufolge Stolz eine Funktion: Er bringt uns dazu, Fähigkeiten oder Fertigkeiten zu lernen und in der Gruppe zu demonstrieren.

Betrachten wir als Beispiel ein kleines Kind, welches das Radfahren lernt. Die Sache ist gar nicht so einfach und immer wieder kommt es zu Misserfolgen, die mehr oder weniger schmerzhaft bzw. blamabel ausfallen. Am Ende jedoch steht in aller Regel die erfolgreiche Aneignung einer neuen Fähigkeit: Auf einem Zweirad balancierend sich schnell

zu bewegen (Kinder mögen *sausen*) und dabei von anderen gesehen werden. Kinder, die das Radfahren gerade gemeistert haben, sind mächtig stolz, wie alle Eltern wissen. Nicht anders ist es mit dem Schwimmen lernen oder mit null Fehlern in einer Mathematik-klassenarbeit. Die Kinder sind stolz auf ihre Leistung, genießen die Anerkennung durch andere, und das Ganze spornt sie an, noch weitere Hürden zu nehmen und nicht vor-schnell zu kapitulieren.

Damit ist Stolz wie Eifersucht oder Liebe eine soziale Emotion und besitzt entsprechend eine soziale Funktion. Ebenso wie die Angst von „ich muss“ (kämpfen oder fliehen²) und die Liebe von „ich will“ (die andere Person) begleitet sind, so ist der Stolz begleitet von „schaut her: ich kann“. In dieser Hinsicht ist Stolz zwar verwandt mit Selbstwertgefühl bzw. dem Gefühl der Selbstwirksamkeit, er ist aber nicht identisch mit diesen beiden Gefühlen, weil die soziale Komponente (*schaut her!*) hinzukommt. Stolz drückt also *gefühlte Selbstwirksamkeit und gefühlten Selbstwert in Anbetracht demonstrierter Fähigkeiten nach überwundenen Schwierigkeiten* aus und erhöht damit letztlich den sozialen Status und die Attraktivität einer Person im sozialen Gefüge.

Dass er einen Menschen dazu befähigt, auch bei widrigen Aufgaben durchzuhalten, und dass sein Effekt dabei von Selbstwirksamkeit einerseits und von allgemeinem positivem Affekt andererseits differenziert werden kann, wurde empirisch nachgewiesen

¹ Die Unterscheidung von *proximate* und *ultimate causes* wird von evolutionären Psychologen gerne zur Klarstellung ihrer Argumente verwendet, nicht zuletzt um zu verhindern, dass beide „Erklärungen“ gegeneinander ausgespielt werden. Beispiel: „Der männliche Pfau hat ein großes buntes Rad als Schwanz, um Weibchen zu beeindrucken“ (*ultimate cause*). „Nein, er hat ein großes Rad weil seine Biochemie eine ganz andere ist als die der Weibchen“ (*proximate cause*). Beide „Erklärungen“ sind berechtigt. Die eine erklärt den Zweck, die andere den Mechanismus.

² Sofern es sich hierbei um eine andere Person handelt, ist auch Angst eine soziale Emotion. Sofern sie sich auf Schlangen, Spinnen oder den sprichwörtlichen Säbelzahn tiger bezieht, ist sie das nicht.

Nervenheilkunde 2009; 28: 232–235

Korrespondenzadresse

Prof. Dr. Dr. Manfred Spitzer
Universität Ulm, Abteilung für Psychiatrie III
Leimgrubenweg 12-14, 89075 Ulm

Nervenheilkunde 4/2009

© Schattauer 2009

(11): Insgesamt 87 Studenten mussten zunächst eine Schätzungsaufgabe durchführen und erhielten eine von zwei möglichen Rückmeldungen: entweder ein sehr positives Feedback vom Versuchsleiter („sie haben 124 von 147 möglichen Punkten, eines der besten Ergebnisse, die wir je hatten“, vorgetragen mit viel Enthusiasmus: „Great job!“) in der *Stolzbedingung*, oder das gleiche Feedback ohne Enthusiasmus („sie haben 124 von 147 Punkten“) in der *Kontroll-Rückmeldungsbedingung* oder gar keine Rückmeldung (*Kontrollbedingung*). Danach wurden die Probanden gebeten, eine mentale Rotationsaufgabe durchzuführen, also zwei Figuren danach zu beurteilen, ob sie gleich sind und durch Rotation ineinander übergehen können oder ob sie sich spiegelbildlich zueinander verhalten (►Abb. 1). Diese Aufgaben werden seit Jahrzehnten in der Erforschung visuell-räumlicher Fähigkeiten eingesetzt und gehen auf ein bekanntes, im Fachblatt *Science* bereits 1971 publiziertes, Experiment zurück (5).

Diese Aufgaben zur Drehung von Objekten vor dem inneren geistigen Auge sind anstrengend: Kein Mensch macht das gerne lange. Und so kann man die Zeit, die jemand bereit ist, an solchen Aufgaben zu arbeiten, als einen Gradmesser seiner Motivation verwenden. Entsprechend erhielten die Probanden die Instruktion, solange zu arbeiten bis sie keine Lust mehr hatten. Danach mussten sie noch einige Fragen beantworten, aus denen sich unter anderem erkennen lässt, dass die experimentelle Induktion von Stolz gewirkt hatte.

Und der induzierte Stolz hatte seine Wirkung (►Abb. 2): Wer stolz war auf seine vorherige Leistung, arbeitete signifikant länger an den Rotationsaufgaben, besaß also ein größeres Durchhaltevermögen. Dies kann nicht daran gelegen haben, dass sich die „stolzen“ (besser: künstlich stolz gemachten) Probanden im Hinblick auf ihre Leistung besser einschätzten. In der Selbsteinschätzung ihrer Leistung unterschieden sie sich nämlich nicht von den Teilnehmern der Kontrollgruppe, denen ihr Testergebnis ebenfalls (aber ohne Enthusiasmus) mitgeteilt wurde.

Um diesen Befund zu replizieren und um zusätzlich auszuschließen, dass der Effekt nur auf positiven Affekt zurückzuführen ist, wurde ein zweites Experiment an 78 Probanden (56 weiblich) durchgeführt. Die drei Bedingungen in diesem Experiment waren „Stolz“,

Abb. 1
Stimuli, wie sie im Experiment verwendet wurden (nach 5). Die beiden Körper links sind identisch, das heißt, durch Rotation ineinander überführbar. Die beiden Körper rechts sind nicht; der eine ist das Spiegelbild des anderen.

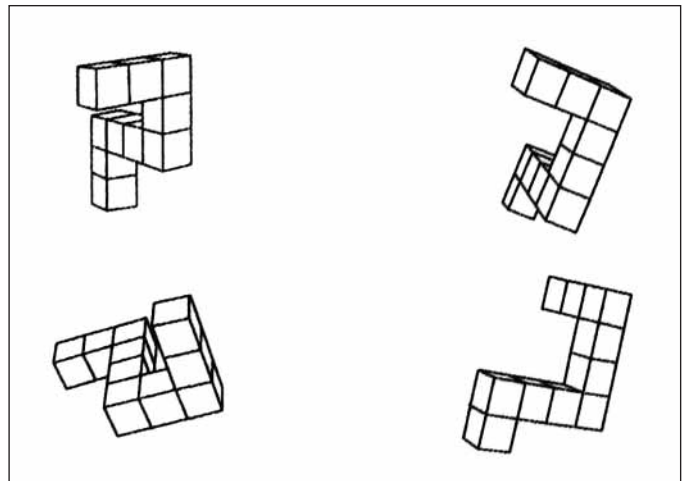
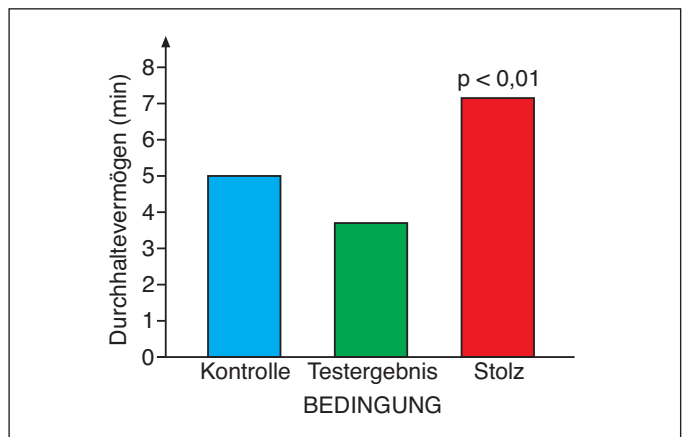


Abb. 2
Wer stolz auf sich ist, hält länger durch, wenn er etwas tun muss, was ihm nicht gefällt. Ergebnis des ersten Experiments (nach 10).



„positive Stimmung“ und „Kontrolle“. Im Prinzip lief das Experiment wie das erste ab; man verwendete allerdings nach der Induktion des Stolzes zur Induktion positiver Emotionen eine zusätzliche Intervention: Die Probanden mussten Bilder betrachten, die entweder neutral waren (Tasse, Stuhl, Tisch) oder besonders positiv (Hochzeit, Sonnenuntergang). In der Stolz- und der Kontrollbedingung wurden neutrale Bilder, in der dritten Gruppe („positive Stimmung“) dagegen positive Bilder betrachtet. Ansonsten wurden die Probanden dieser Gruppe behandelt wie die der Kontrollgruppe, erhielten also keine Rückmeldung im Hinblick auf ihre Leistung. Wie ►Abbildung 3 zeigt, waren die experimentellen Manipulationen der Variablen „Stolz“ und „positive Stimmung“ offensichtlich erfolgreich: Unter der Bedingung „positive Stimmung“ fühlten sich die Probanden zwar gut (linke gelbe Säule), waren jedoch nicht stolzer (rechte gelbe Säule) als die

Kontrollprobanden (kein signifikanter Unterschied zur rechten blauen Säule). Damit war es nun möglich zu prüfen, ob der Stolz oder die gute Stimmung das Durchhaltevermögen in der langweiligen anstrengenden Aufgabe zur mentalen Rotation beeinflusste. Wie ►Abbildung 4 klar zeigt und eine Pfadanalyse bestätigte, war es der Stolz und nicht die gute Stimmung.

Zurück zum sozialen Aspekt von Stolz. Wenn es nicht nur um das Durchhalten geht, sondern um die resultierende soziale Anerkennung, dann sollte der wie in den obigen Experimenten induzierte Stolz auch entsprechende soziale Wirkungen haben. Um dies zu untersuchen, wurde ein weiteres Experiment durchgeführt (11).

Insgesamt 62 Versuchspersonen (Durchschnittsalter 19 Jahre, 48 weiblich) nahmen in jeweils gleichgeschlechtlichen Paaren an dieser Studie zu den sozialen Auswirkungen von Stolz teil und wurden zufällig der „Stolzbe-

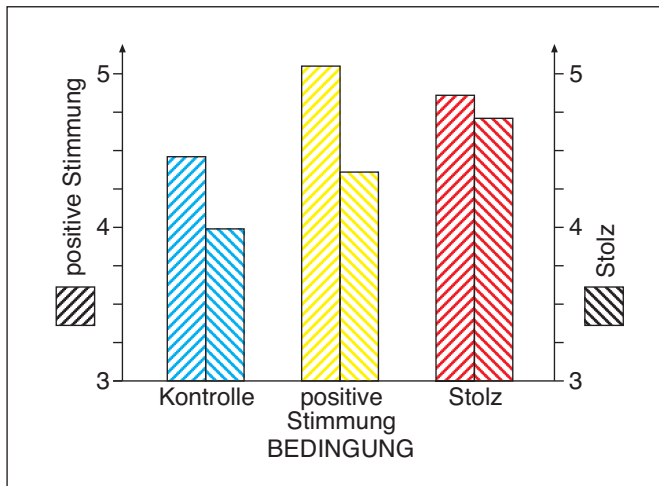


Abb. 3 Ausmaß von guter Stimmung (jeweils linke Säulen) und Stolz (jeweils rechte Säulen) – mit Fragebogen gemessen – unter den drei Bedingungen „Kontrolle“, „positive Stimmung“ und „Stolz“. Man sieht, dass die induzierte „Stolzen“ am stolzesten waren und die induziert „positiv Fühlenden“ sich am besten gefühlt haben. Wichtig ist vor allem der Vergleich der gelben mit den roten Säulen: Positive Stimmung macht noch lange nicht stolz. (Wenn dem so wäre, dann wären die gelben Säulen, wie die roten, etwa gleich hoch).

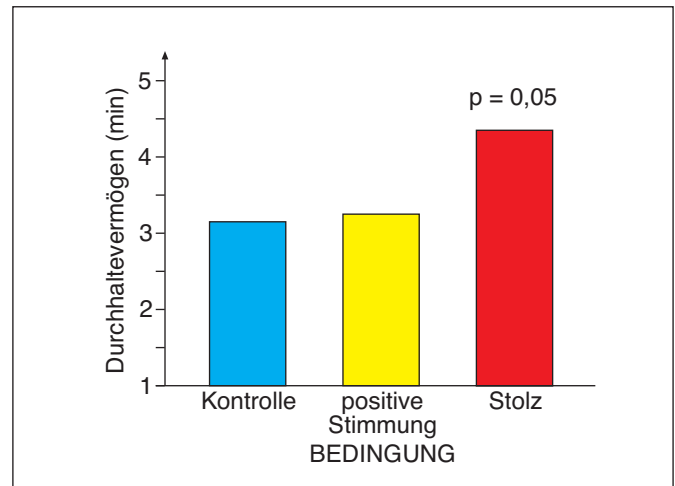


Abb. 4 Einfluss von Stolz oder guter Stimmung auf das Durchhaltevermögen bei einer langweiligen Aufgabe (nach 11). Man sieht deutlich, dass induzierter Stolz das Durchhaltevermögen erhöht, induzierte gute Stimmung hingegen nicht.

dingung“ oder der Kontrollbedingung zugewiesen. Nach ihrem Eintreffen im psychologischen Labor wurden die Teilnehmer darüber informiert, dass sie zusammen mit zwei weiteren Teilnehmern ein Experiment durchführen würden (von denen einer eine gleichgeschlechtliche studentische Hilfskraft war, also – unbemerkt von den beiden Probanden – zum Experiment gehörte). Den Probanden wurde gesagt, dass sie räumliche Testaufgaben, die sich in Entwicklung befänden, durchzuführen und zu bewerten hätten, zunächst jeweils allein und dann in der Dreiergruppe.

Dann mussten die Teilnehmer wieder eine Aufgabe zur mentalen Rotation dreidimensionaler Objekte am Computer durchführen (►Abb. 1). Ihnen wurde gesagt, dass der Computer ihre Leistung im Test (Geschwindigkeit und Fehlerlosigkeit) mit der Leistung der anderen Teilnehmer vergleichen würde, sodass die Teilnehmer im Unklaren darüber blieben, wie gut ihre Leistung tatsächlich war. Danach wiederum wurde ihnen gesagt, dass man den Test noch mittels einer individuellen Sehschärfebestimmung kalibrieren müsse und dass daher im Nebenraum ein Sehtest – individuell zur Wahrung der Privatsphäre – durchgeführt werden müsse. Dieser „Sehtest“ war in Wahrheit die experimentelle Manipulation der Variable „Stolz“: In der „Stolzbe-

dingung“ nahm der Versuchsleiter „zufällig“ drei Ausdrücke aus dem Drucker, schaute sie durch und sagte zum Probanden: „Ich wollte Ihnen nur gerade mal zeigen, wie gut sie im ersten Test waren. Ihr Testwert lag bei 94% – super gemacht! Das ist einer der höchsten Werte die wir je gesehen haben!“ Währenddessen deutete der Versuchsleiter auf eine vermeintliche Auswertungsgrafik mit dem hohen Messwert des Probanden. In der Kontrollbedingung wurden die Patienten nach dem Sehtest dagegen einfach wieder in den Raum zurück gebracht, ohne positive Rückmeldung über ihr Abschneiden im ersten Test. Danach wiederum „evaluierten“ alle Probanden den ersten Test, indem sie ein paar Fragen dazu beantworteten, die unter anderem auch Fragen zu ihrem Befinden beinhalteten. Hieraus wurden ihre positive Stimmung und ihr Stolz quantitativ bestimmt.

Im Anschluss daran wurde der Dreiergruppe eine Aufgabe gestellt, die ganz ähnlich war wie die visuelle Rotationsaufgabe zuvor: Ein Würfel, der seinerseits aus aneinanderhängenden kleineren Würfeln zusammengesetzt war, wurde vom Versuchsleiter vor den Augen der Probanden auseinandergenommen und sollte nun innerhalb von sechs Minuten von den Probanden wieder zusammengefügt werden. Eine Videokamera (über der studentischen Hilfskraft, also dem ver-

meintlichen dritten Teilnehmer) filmte die beiden Probanden. Gemessen wurde die Zeit, die ein Proband mit dem Hantieren der Holzwürfel verbrachte. Sie stellt ganz offensichtlich ein Maß für die soziale Dominanz der betreffenden Person dar. Als zweites Maß für Dominanz dienten subjektive Bewertungen der jeweiligen beiden Partner durch die Versuchspersonen. Drittens wurden die Videos von unabhängigen Personen auf die Dominanz der beiden gefilmten Probanden hin auf einer Skala von 1 = gar nicht dominant bis 7 = sehr dominant bewertet. Zusätzlich wurde untersucht, wie sehr die jeweilige Versuchsperson ihre Partner mochte (1, 2).

Die Ergebnisse des Experiments waren wie folgt (►Abb. 5): „Stolze“ Probanden verbrachten signifikant ($p = 0,04$) mehr Zeit mit den Händen am Objekt (3 Minuten und 12 Sekunden im Mittel) als Probanden der Kontrollgruppe (2 Minuten und 25 Sekunden). Sie wurden von ihren Partnern im Trend als vergleichsweise dominanter erlebt ($p = 0,07$), was bei neutralen Beobachtern noch deutlicher war ($p = 0,02$). Von besonderem Interesse ist die Tatsache, dass Dominanz direkt mit Stolz korreliert war, nicht jedoch mit positiver Stimmung und mit Selbstwirksamkeit. Diese beiden Faktoren waren in der Stolzgruppe zwar stärker ausgeprägt als in der Kontrollgruppe, können aber bei fehlender

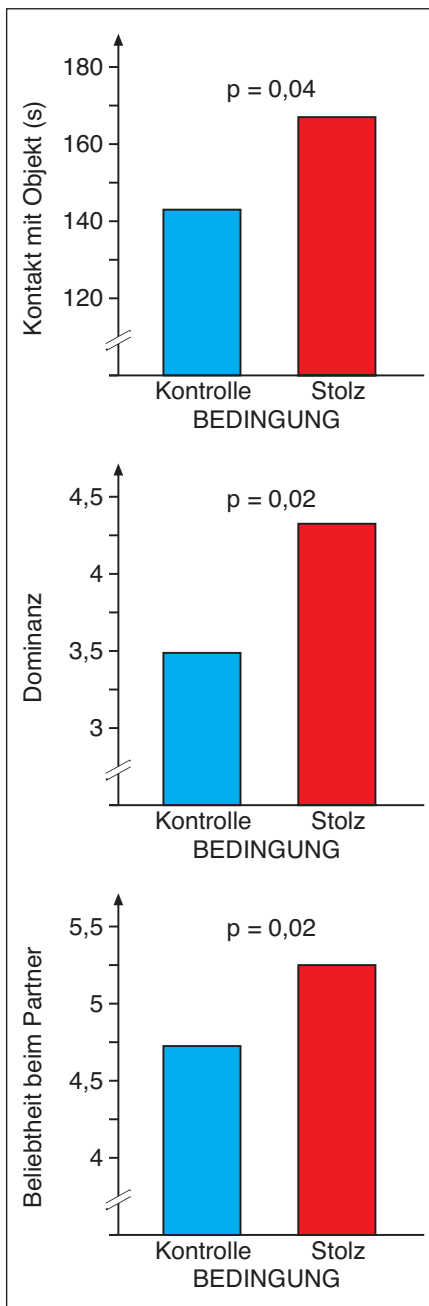


Abb. 5 Induzierter Stolz führt zu mehr Arbeit am Projekt (oben) und zu größerer Beliebtheit (unten) aber auch dazu, dass die betreffenden Probanden vergleichsweise dominanter erlebt werden (Mitte) (nach 11).

Korrelation die Dominanz nicht erklären. Schließlich waren die „stolzen“ Versuchspersonen bei ihren Partnern beliebter, sowohl im Vergleich zu den Kontrollpartnern ($p = 0,02$) als auch im Vergleich zu den vermeintlichen Partnern, die eigentlich wissenschaftliche Hilfskräfte waren ($p = 0,01$). Stolze Versuchspersonen hingegen mochten beide, den anderen Probanden und die Hilfskraft, gleich (obwohl sich die Hilfskräfte mehr zurückhielten, also weniger zum Gelingen der Aufgabe beitrugen). Dies kann als Indiz dafür gewertet werden, dass die vermehrte Attraktivität tatsächlich daher rührt, dass stolze Menschen eher gemocht werden (und nicht einfach nur „fleißigere“).

Stolz ist ein emotionaler Eckpfeiler, der mehrere grundlegende menschliche Strebungen antreibt.

„Stolz ist ein emotionaler Eckpfeiler, der mehrere grundlegende menschliche Strebungen antreibt: den Wunsch im Leben etwas zu erreichen; das Bedürfnis nach Einfluss und Status; das Verlangen nach einem attraktiven Partner in einer romantischen Beziehung; das Streben nach einem guten Gefühl für sich selbst und sein soziales Umfeld und das Aufziehen von erfolgreichen, intelligenten und artigen Kindern“, schreiben Tracy und Robins (8) in ihrer zusammenfassenden Arbeit zur Natur und Funktion von Stolz. Ja, auf all das sind Menschen in aller Welt stolz.

Und zusammen mit den dargestellten experimentellen Befunden ergibt sich ein Bild vom Stolz, auf das man durchaus stolz sein kann: Er ist keineswegs nur zu bekämpfende dumme Hybris, sondern kann einen Menschen zur Überwindung von Hindernissen (vor allem beim Lernen) motivieren, ihn zu Leistungen anspornen und dabei noch dafür sorgen, dass dieser Mensch von anderen gemocht wird. Erlauben wir uns also durchaus gelegentlich einmal, stolz zu sein. Aber nur, wenn es auch einen Grund dafür gibt!

Literatur

1. Anderson C et al. Knowing your place: Self-perceptions of status in face-to-face groups. *J Personality and Social Psychology* 2006; 91: 1094–1110.
2. Dovidio JF et al. The relationship of social power to visual displays of dominance between men and women. *J Personality and Social Psychology* 1988; 54: 233–242.
3. Fredrickson BL, Branigan C. Positive emotions. In: Mayne TJ, Bonanno GA (Hrsg.) *Emotions: Current issues and future directions*. New York: Guilford Press 2001.
4. Lewis M. Self-conscious emotions: Embarrassment, pride, shame, and guilt. In: Lewis M, Haviland-Jones JM (Hrsg.) *Handbook of emotions*, 2. Aufl. New York: Guilford Press 2000.
5. Shepard RN, Metzler J. Mental rotation of three-dimensional objects. *Science* 1971; 171: 701–703.
6. Tangney JP. The self-conscious emotions: Shame, guilt, embarrassment and pride. In: Dalglish T, Power MJ (Hrsg.) *Handbook of cognition and emotion*. New York: John Wiley 1999.
7. Tracy JL, Robins RW. The psychological structure of pride: A tale of two facets. *J Personality and Social Psychology* 2007; 92: 506–525.
8. Tracy JL, Robins R. Emerging insights into the nature and function of pride. *Current Directions in Psychological Science* 2007; 16: 147–150.
9. Thurnherr U. Stolz. In: Ritter J, Gründer K (Hrsg.) *Histoisches Wörterbuch der Philosophie*, Bd. 10. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft 1998.
10. Williams LA, DeSteno D. Pride and perseverance: The motivational role of pride. *J Personality and Social Psychology* 2008; 94: 1007–1017.
11. Williams LA, DeSteno D. Pride. Adaptive social emotion or seventh sin? *Psychological Science* 2009; im Druck.