

Ruhr-Universität Bochum

Fakultät für Psychologie



# **Auswirkungen der Big Mind Methode auf Leistungen in den Advanced Progressive Matrices**

## **Diplomarbeit**

vorgelegt dem Ausschuss

für die Diplom-Prüfung der Psychologen

von

Danilo Tesi

April 2010

1. Gutachter: PD Dr. Marcel Hunecke

2. Gutachter: Dr. Annelen Collatz

<b>1. Zusammenfassung / Abstract</b> .....	4
<b>2. Einleitung</b> .....	5
<b>2.1 Definitionen von Intelligenz</b> .....	5
<b>2.2 Intelligenztheorien und -modelle</b> .....	7
2.2.1 Zwei-Faktoren-Theorie nach Spearman.....	7
2.2.2 Modell mehrerer gemeinsamer Faktoren nach Thurstone.....	8
2.2.3 Theorie der fluiden und kristallinen Intelligenz nach Cattell.....	9
2.2.4 Die Three-Stratum-Theorie nach Carrol.....	9
<b>2.3 Ursachen für interindividuelle Intelligenzunterschiede</b> .....	11
2.3.1 Genetische Ursachen für Intelligenzunterschiede.....	13
2.3.1.1 Genetisch determinierte Hirnmerkmale mit Einfluss auf Intelligenzleistungen.....	13
2.3.1.2 Das Arbeitsgedächtnis und seine Funktionen.....	15
2.3.1.2.1 Die Bedeutung des Arbeitsgedächtnisses für die menschliche Intelligenz.....	16
2.3.2 Umwelteinflüsse auf die individuelle Intelligenzentwicklung.....	19
<b>2.4 Einschub: Der Ursprung der Idee zur vorliegenden Arbeit</b> .....	20
<b>2.5 Hintergrund zur Methode der Untersuchung</b> .....	21
2.5.1 Zen Buddhismus und Meditation.....	22
2.5.2 Achtsamkeit und das Üben von Achtsamkeit .....	24
<b>2.6 MBCT: Ursprüngliche zentrale Inhalte und Anwendungsbereiche</b> .....	26
2.6.1 Wirksamkeit der MBCT bei psychologischen Erkrankungen.....	28
<b>2.7 Der Einfluss meditativer Praxis auf Unterfunktionen des Arbeitsgedächtnisses</b> .....	30
<b>2.8 Die Big Mind Methode und ihre Ursprünge</b> .....	35
2.8.1 Der Voice Dialogue.....	36
2.8.1.1 Die Bedeutung des Voice Dialogues für die Entwicklung der Big Mind Methode.....	39
2.8.2 Die Besonderheiten der Big Mind Methode in der Praxis.....	40
<b>2.9 Zusammenfassung und Darstellung der Arbeitshypothesen</b> .....	42

<b>3. Methode</b> .....	43
<b>3.1 Aufgabenbeschreibung</b> .....	43
<b>3.2 Rekrutierung der Versuchspersonen</b> .....	44
<b>3.3 Im Rahmen der Untersuchung verwendete Tests und Fragebögen</b> .....	45
3.3.1 Demographiefragebogen.....	45
3.3.2 Die Advanced Progressive Matrices von J. C. Raven.....	46
3.3.2.1 Vorabuntersuchung der APM.....	47
3.3.2.2 Statistische Angaben zu den Aufgaben, Skalen und Faktoren der APM.....	47
3.3.3 Die Toronto Mindfulness Scale und statistische Angaben zu Items und Faktoren.....	49
<b>3.4 Das Versuchsdesign</b> .....	51
3.4.1 Das Versuchsdesign in der Kontrollgruppe.....	53
<b>3.5 Information über die erzielten Testergebnisse</b> .....	53
<b>3.6 Verarbeitung der gewonnenen Daten und Testergebnisse</b> .....	54
3.6.1 Verwendetes Programm zur statistischen Auswertung gewonnener Daten.....	54
3.6.2 Auswertung des Demographiefragebogens.....	54
3.6.3 Auswertung der APM Antwortbögen.....	54
3.6.4 Auswertung der TMS Bögen.....	55
<b>4. Ergebnisse</b> .....	56
<b>4.1 Soziodemographie</b> .....	56
<b>4.2 Auswertung der APM Ergebnisse</b> .....	57
4.2.1 Intellektuelles Leistungsniveau der Teilnehmer/-innen beider Gruppen.....	57
4.2.2 Verteilung der Gesamtscores.....	59
4.2.3 Zusammenhänge zwischen Rohwertdifferenzen und anderen erhobenen Daten.....	59
4.2.3.1 Zusammenhänge zwischen Rohwertdifferenzen und anderen APM Ergebnissen.....	59
4.2.3.2 Rohwertdifferenzen in Abhängigkeit des Geschlechts der VPN.....	59
4.2.3.3 Rohwertdifferenzen in Abhängigkeit der Gruppenzugehörigkeit.....	60
<b>4.3 Auswertung der TMS Ergebnisse</b> .....	61

4.3.1	Aufteilung der EG in Responder und Nicht-Responder.....	62
4.3.2	Vergleich der Rohwertdifferenzen: Responder, Nicht-Responder und VPN der KG.....	62
4.3.2.1	Anpassung der Gruppengrößen.....	63
4.3.2.1.1	Vergleich der Rohwertdifferenzen nach Anpassung der Gruppengrößen: Responder, Nicht-Responder und VPN der KG.....	65
4.3.3	Interne Konsistenz und Zusammenhänge der TMS Skalen mit den ermittelten Rohwertdifferenzen.....	66
<b>4.4</b>	<b>Weitere Analysen.....</b>	<b>66</b>
4.4.1	Zusammenhänge zwischen Meditationshintergrund der VPN und deren Reaktion auf Big Mind.....	67
<b>5.</b>	<b>Diskussion.....</b>	<b>68</b>
5.1	Diskussionen der Zusammenhänge zwischen Ergebnissen und Stichprobe.....	69
5.2	Diskussion der Big Mind Methode.....	71
5.3	Ausblick auf eine zukünftige Erforschung der Fragestellung.....	75
<b>6.</b>	<b>Literaturverzeichnis.....</b>	<b>76</b>
<b>7.</b>	<b>Onlinequellen.....</b>	<b>86</b>
<b>8.</b>	<b>Anhang.....</b>	<b>89</b>
Anhang 1:	Informationen zum Big Mind Faciliator Herrn Andreas Schröder	
Anhang 2:	Demographiefragebogen in deutscher und englischer Sprache	
Anhang 3:	Übungshefte mit Beispielaufgaben zu den APM in deutscher und englischer Sprache	
Anhang 4:	Die Toronto Mindfulness Scale im englischen Original und in deutscher Übersetzung	
Anhang 5:	Informationen zur Einsicht der Testergebnisse für die Versuchsteilnehmer/ -innen in deutscher und englischer Sprache	