



## Curriculum Vitae Prof. Dr. Wilhelm Hofmann



Foto: Marquard | Ruhr-Universität Bochum

**Name:** Wilhelm Hofmann  
**Geboren:** 12. August 1976

**Forschungsschwerpunkte: Selbstkontrolle und Selbstregulation, Soziale Kognition, Umweltverhalten, nachhaltiger Konsum, Akzeptanz politischer Maßnahmen**

Wilhelm Hofmann ist Sozial- und Motivationspsychologe und beschäftigt sich vor allem mit Fragen der Selbstkontrolle: Warum fassen so viele Menschen ehrgeizige Vorsätze, scheitern dann aber an deren Umsetzung? Diese Frage untersucht der Forscher aus den verschiedensten Blickwinkeln. Dadurch will er besser verstehen, welche psychologischen und gesellschaftlichen Faktoren das Verfolgen langfristiger Ziele erleichtern oder erschweren.

### Akademischer und beruflicher Werdegang

- seit 2019 Professor für Sozialpsychologie, Ruhr-Universität Bochum
- 2013 - 2019 Professor für Social and Economic Cognition, Universität zu Köln
- 2010 - 2013 Assistant Professor of Behavioral Science, Booth School of Business University of Chicago, Chicago, USA
- 2009 Habilitation/Venia Legendi für das Fach Psychologie, Julius-Maximilians-Universität Würzburg
- 2007 - 2010 Akademischer Rat auf Zeit, Lehrstuhl für Psychologie, Julius-Maximilians-Universität Würzburg
- 2006 Promotion in Psychologie, Universität Koblenz-Landau
- 2004 - 2006 Wissenschaftlicher Mitarbeiter, Arbeitsbereich Diagnostik, Differentielle und Persönlichkeitspsychologie, Universität Koblenz-Landau
- 2005 Magister in Soziologie, Universität Trier
- 2003 Diplom in Psychologie, Universität Trier

- 2000 - 2001 Gaststudium, University of Iowa, Iowa City, USA
- 1999 - 2005 Studium der Soziologie, Universität Trier
- 1999 - 2003 Studium der Psychologie, Universität Trier

### **Funktionen in wissenschaftlichen Gesellschaften und Gremien**

- seit 2021 Mitglied, Task Force „Mensch, Klima, Nachhaltigkeit“, Deutsche Gesellschaft für Psychologie
- 2016 - 2019 Vizesprecher, Center for Social and Economic Behavior (C-SEB), Universität zu Köln
- 2015 - 2020 Mitglied, Steering Committee, International Social Cognition Network

### **Projektkoordination, Mitgliedschaft in Verbundprojekten**

- seit 2023 Antragsteller, Projekt „Identität und Vorurteile in alltäglichen Interaktionen“, Deutsche Forschungsgemeinschaft (DFG)
- seit 2021 Antragsteller, Projekt „COMPLiANCE Computergestützter Ansatz, der medizinische und psychologische Forschung einbettet und normative Kriterien für die Bewertung sozioökonomischer Politik entwickelt“, DFG
- seit 2019 Beteiligter Wissenschaftler, Exzellenzcluster „EXC 2126: ECONtribute: Märkte & Public Policy“, DFG
- 2018 - 2023 Antragsteller, Projekt „HC Work hard, play hard. Neuropsychological correlates and behavioral implications of hedonic compensation“, DFG
- 2016 - 2021 Antragsteller, Projekt „Formierung und Konsequenzen Impliziter Partnerbewertungen“, DFG
- 2014 - 2022 Antragsteller, Teilprojekt „Vom Ansporn bis zur Ablösung: Wie soziale Vergleichsprozesse die Selbstregulation beeinflussen“, Forschungsgruppe (FOR) 2150, DFG
- 2009 - 2012 Antragsteller, Projekt „Teilkomponenten und Veränderbarkeit der Kontrolle impulsiver Einflüsse auf selbstreguliertes Verhalten“, DFG

### **Auszeichnungen und verliehene Mitgliedschaften**

- seit 2023 Mitglied, Nationale Akademie der Wissenschaften Leopoldina
- 2023 Mid-Career Award, European Association of Social Psychology
- 2015 Outstanding Early Career Award, International Society for Self and Identity

- 2013 SAGE Young Scholars Award, Society of Personality and Social Psychology, Washington D.C., USA
- 2010 Heinz Maier-Leibnitz-Preis, DFG
- 2003 Deutscher Studienpreis, Körber-Stiftung, Hamburg

### **Forschungsschwerpunkte**

Wilhelm Hofmann ist Sozial- und Motivationspsychologe und beschäftigt sich vor allem mit Fragen der Selbstkontrolle: Warum fassen so viele Menschen ehrgeizige Vorsätze, scheitern dann aber an deren Umsetzung? Diese Frage untersucht der Forscher aus den verschiedensten Blickwinkeln. Dadurch will er besser verstehen, welche psychologischen und gesellschaftlichen Faktoren das Verfolgen langfristiger Ziele erleichtern oder erschweren.

Ob es darum geht, abzunehmen oder weniger Fleisch zu essen, mit dem Rauchen aufzuhören oder den ökologischen Fußabdruck zu verringern: Viele Menschen sind durchaus davon überzeugt, dass derartige Verhaltensänderungen sinnvoll wären. Allerdings sind diese Bereiche oft von inneren Konflikten zwischen kurz- und langfristigen oder zwischen eigennützigen und altruistischen Alternativen geprägt. Wilhelm Hofmann will wissen, wie Menschen diese inneren Konflikte lösen. Wie kann man sie dabei unterstützen, problematische Verhaltensweisen im Zaum zu halten und neue Gewohnheiten zu entwickeln? Und welche Rolle spielt das soziale Umfeld dabei?

Um das herauszufinden, setzt der Psychologe unter anderem auf das sogenannte Experience Sampling. Bei dieser Forschungsmethode werden die Probandinnen und Probanden gebeten, immer wieder Auskunft darüber zu geben, was sie gerade tun, denken und fühlen. Diese Momentaufnahmen aus dem Alltag können helfen, die Wechselwirkungen zwischen dem jeweiligen Menschen und seiner Umwelt besser zu verstehen.

Wenn es in der Kantine beispielsweise nur ein einziges vegetarisches Essen gibt, das auch noch teurer ist als die fünf Fleischgerichte, scheitert der geplante Fleischverzicht sehr leicht an der Realität. Doch auch die Einstellung von Familie und Freunden kann eine Ernährungsumstellung leichter oder schwerer machen. Schließlich findet der Kampf gegen die eigenen Wünsche und Schwächen nicht im sozialen Vakuum statt. Menschen vergleichen sich ständig mit anderen. Und je nach Ergebnis kann ihnen das einen Motivationsschub verleihen, so dass sie noch mehr Energie in ihr Projekt stecken. Oder das Gegenteil passiert, und sie geben auf.

Durch seine Forschung hat Wilhelm Hofmann zu einem neuen Verständnis von Selbstkontrolle beigetragen. Diese umfasst demnach mehr als nur die Fähigkeit, bestimmte Verhaltensweisen zu unterdrücken. Eine gute Selbstkontrolle bedeutet auch, problematische Situationen und Reize gezielt zu vermeiden – oder wenn möglich sogar aktiv zu verändern. Denn ob Menschen ihre Ziele erreichen oder nicht, ist nicht nur eine Frage der persönlichen Willensstärke. Auch die Umwelt spielt dabei eine sehr große Rolle.

Solche Erkenntnisse sind nicht nur für das Erreichen persönlicher Ziele interessant. Sie können auch

helfen, gesellschaftliche Veränderungen anzustoßen – etwa, wenn es darum geht, einen gesunden Lebensstil, ein umweltfreundlicheres Verhalten oder die Akzeptanz von politischen Maßnahmen zu fördern. Dieser Aspekt ist für Wilhelm Hofmann besonders wichtig. Aus seinen Erkenntnissen leitet er ein Plädoyer für eine Politik ab, die die Menschen bei derartigen Verhaltensänderungen gezielt unterstützt. Um mehr Klima- und Umweltschutz zu erreichen, genüge es zum Beispiel nicht, nur auf die Disziplin, die Opferbereitschaft oder die Schuldgefühle des Einzelnen zu hoffen, sondern die strukturellen Rahmenbedingungen so anzupassen, dass gewünschte Verhaltensweisen einfacher, normativer und konfliktfreier werden.