

# Inhaltsübersicht

## **Teil I Die wissenschaftlichen und menschlichen Grundlagen**

- 1 Die Psychologie als wissenschaftliches System
- 2 Die physiologischen Grundlagen des Verhaltens
- 3 Entwicklungsprozesse

## **Teil II Aus Erfahrung lernen**

- 4 Lernen
- 5 Denken, Sprache und Gedächtnis
- 6 Wahrnehmung

## **Teil III Innere Determinanten und soziale Grundlagen des Verhaltens**

- 7 Motivation und Emotion
- 8 Soziale Grundlagen des Verhaltens

## **Teil IV Das Potential des Individuums: Möglichkeiten und Gefahren**

- 9 Persönlichkeit: Die Psychologie des Individuums
- 10 Abweichungen, Pathologie und Irresein
- 11 Die therapeutische Modifikation des Verhaltens

# Inhaltsverzeichnis

<b>Teil I Die wissenschaftlichen und menschlichen Grundlagen der Psychologie</b> . . . . .	1
<b>Einleitung</b> . . . . .	3
<b>1 Die Psychologie als wissenschaftliches System</b> . . . . .	5
a Wenn man seinen Augen und Ohren trauen darf . . . . .	5
Die Wahrheit kann unter verschiedenen Warenzeichen angeboten werden . . . . .	6
Die Brünetten können einem leid tun . . . . .	6
Rauchen und Zensuren . . . . .	6
Der 8. Sinn . . . . .	7
Sex kann einen verrückt machen . . . . .	7
Nicht genügend Daten . . . . .	8
Darf man den Statistikern glauben? . . . . .	8
Jetzt müßte man schwarz sein, wo die Polizei die Weißen verprügelt . . . . .	9
Baby, draußen ist es kalt und dunkel . . . . .	10
Klopfe einem gewalttätigen Gefangenen nicht auf die Schulter . . . . .	11
b Wird unsere Welt von Ordnung und Gesetzmäßigkeit oder von Chaos und Ungewißheit regiert? . . . . .	12
Die wissenschaftliche Methode . . . . .	12
Techniken der wissenschaftlichen Fragestellung . . . . .	13
Der wissenschaftliche Beweis liegt im Experiment . . . . .	18
c Psychologie: Die Wissenschaft vom Verhalten . . . . .	24
Die Psychologie und andere Wissenschaften . . . . .	24
Was Psychologen tun . . . . .	25
d Ziele der Psychologie . . . . .	25
Beschreibung . . . . .	25
Erklärung . . . . .	26
Voraussage . . . . .	27
Kontrolle . . . . .	28
e Soziale Implikationen psychologischer Forschung . . . . .	28

f	Zusammenfassung . . . . .	32
<b>2</b>	<b>Die physiologischen Grundlagen des Verhaltens . . . . .</b>	<b>34</b>
a	Wie kann ich mich verständlich machen? . . . . .	35
	Eine Nervenzelle wird geboren . . . . .	35
	Der große Plan: Das Nervensystem . . . . .	37
	Von einer Instanz zur anderen . . . . .	39
b	Wie wird die Information verarbeitet? . . . . .	44
	Das Input-Output-Netz: Das periphere Nervensystem . . . . .	45
	Die Verbindung: Das Zentralnervensystem (ZNS) . . . . .	48
c	Wie nehmen wir Information auf? . . . . .	50
	Transduktion und Psychophysik . . . . .	50
	Verschiedene Arten sensorischer Information . . . . .	51
	Das Sehen . . . . .	52
	Das Hören . . . . .	58
d	Das Gehirn . . . . .	61
	Die Wege zum Gehirn . . . . .	61
	Lokalisierung der Funktion . . . . .	61
	Die elektrische Aktivität des Gehirns . . . . .	69
	Die endokrinen Drüsen . . . . .	70
	Gehirn und Verhalten . . . . .	71
e	Zusammenfassung . . . . .	75
<b>3</b>	<b>Entwicklungsprozesse . . . . .</b>	<b>78</b>
a	Determinanten der Entwicklung . . . . .	78
	Vererbung und Reifung . . . . .	79
	Umwelt und Lernen . . . . .	80
b	Entwicklung der Wahrnehmung . . . . .	80
	Berührung, Temperatur und Schmerz . . . . .	81
	Geschmack und Geruch . . . . .	82
	Hören . . . . .	82
	Sehen . . . . .	82
	Motorische Faktoren bei der Entwicklung der Wahrnehmung . . . . .	85
c	Die Entwicklung adaptiven Verhaltens . . . . .	86
	Reflexe . . . . .	86
	Instinkte . . . . .	87
	Erlertes Verhalten . . . . .	88
d	Die Entwicklung der Sprache . . . . .	93

	Sprachentstehung . . . . .	94
	Sprachaufnahme . . . . .	95
	Affensprache . . . . .	97
e	Kognitive Entwicklung . . . . .	99
	Das Evangelium nach Piaget . . . . .	99
	Die Entwicklung von Konzepten . . . . .	102
	Determinanten der kognitiven Entwicklung . . . . .	103
f	Die Entwicklung der Persönlichkeit . . . . .	111
	Verschieden geboren . . . . .	111
	Was für den einen die Ursache, ist für den anderen die Wirkung . . . . .	113
	Der soziale Druck . . . . .	113
	Der Einfluß Freuds . . . . .	115
	Eriksons Persönlichkeitstheorie . . . . .	116
g	Zusammenfassung . . . . .	118
 <b>Teil II Aus Erfahrung lernen . . . . .</b>		<b>121</b>
	<b>Einleitung . . . . .</b>	<b>123</b>
<b>4</b>	<b>Lernen . . . . .</b>	<b>124</b>
a	Was Organismen lernen müssen . . . . .	125
	Welche Vorgänge in der Umwelt stehen miteinander in Beziehung? . . . . .	125
	Welche Handlungen und Konsequenzen stehen miteinander in Beziehung? . . . . .	125
	Die Dusche ist zu heiß . . . . .	125
b	Die „Was-ist-los?“-Reaktion . . . . .	127
	Bereit für einen möglichen Notfall . . . . .	127
	Orientieren oder habituieren? . . . . .	128
	Entwöhnung: Zurück zur Orientierungsreaktion . . . . .	129
	Was passiert im Gehirn? . . . . .	130
c	Klassische Konditionierung – Pawlowsches Lernen . . . . .	130
	Die Anatomie des Pawlowschen Konditionierens . . . . .	132
	Ein wenig Lernen kann gefährlich sein . . . . .	136
	Der Einfluß Pawlows . . . . .	140
d	Das Lernen am Erfolg . . . . .	140
	Instrumentelles Lernen . . . . .	140
	Instrumentelles Verhalten und das Gesetz der Auswirkung	142
	Operantes Lernen . . . . .	142
e	Die drei Grundbegriffe des assoziativen Lernens . . . . .	148

Der diskriminative Reiz (S <sup>D</sup> ) . . . . .	149
Die Reaktion (R) . . . . .	154
Die Verstärker (C) . . . . .	159
Die vier Arten von S-R-Verbindungen . . . . .	164
 f Zusammenfassung . . . . .	 168
 <b>5 Denken, Sprache und Gedächtnis</b> . . . . .	 <b>171</b>
a Die Werkzeuge des Denkens . . . . .	172
Die Bilder in unseren Köpfen . . . . .	172
Wörter beim Denkprozeß . . . . .	173
Konzepte beim Denkprozeß . . . . .	175
b Das Erlernen einer Sprache . . . . .	178
Die Struktur der Sprache . . . . .	178
Erklärungen des Spracherwerbs . . . . .	181
c Erinnern und Vergessen im Labor . . . . .	185
Gedächtnisstudien gemäß der verbalen Lerntradition . . . . .	185
Das „produktive“ Gedächtnis . . . . .	190
d Erklärungen des Gedächtnisses und Vergessens . . . . .	190
Hypothesen über das Vergessen . . . . .	190
Hypothesen über das Erinnern . . . . .	192
Abruf von Gedächtnisinhalten durch Kontext-Signale . . . . .	195
e Anwendung von Lernprinzipien zur Verbesserung des Gedächtnisses . . . . .	197
Verbesserung des Gedächtnisses . . . . .	197
Motivationale und emotionale Faktoren . . . . .	198
„Chunking“ und Gedächtnis . . . . .	200
Mnemonische Strategien . . . . .	202
Der Computer als Tutor . . . . .	203
f Der Computer bei Untersuchungen über Denkprozesse . . . . .	205
Sind Computer intelligent? . . . . .	206
Sind Computer so vielseitig wie das menschliche Gehirn? . . . . .	207
Verwendung und Grenzen des Computers . . . . .	208
g Zusammenfassung . . . . .	208
 <b>6 Wahrnehmung</b> . . . . .	 <b>211</b>
a Ebenen des Bewußtseins . . . . .	211
Das Verhalten, das wir als „Schlaf“ bezeichnen . . . . .	211
Die neurale Kontrolle des Schlafens und Wachens . . . . .	216
Erregung . . . . .	217

b	Aufmerksamkeit . . . . .	217
	Die Lenkung der Aufmerksamkeit . . . . .	218
	Was ist überhaupt Aufmerksamkeit? . . . . .	220
	Aufmerksamkeit auf multiple Reize . . . . .	223
c	Das Problem der Wahrnehmung (oder, Wann ist das, was glänzt, wirklich Gold?) . . . . .	226
	Wahrnehmung und Trugschluß . . . . .	227
	Die Zuverlässigkeit der Wahrnehmung . . . . .	230
d	Wahrnehmungstheorien . . . . .	233
	Die „Spielkasino“-Theorien . . . . .	233
	Der britische Assoziationismus . . . . .	233
	Analytische Introspektion . . . . .	235
	Die Gestalt-Revolution . . . . .	235
	Die Wahrnehmung als Filter . . . . .	235
e	Faktoren, die bestimmen, was wir wahrnehmen . . . . .	236
	Organisationsprozesse innerhalb der Wahrnehmung . . . . .	236
	Vorprogrammierte Wahrnehmung . . . . .	240
	Die Veränderung der Wahrnehmung durch das Lernen . . . . .	243
f	Verzerrung und Halluzination . . . . .	247
	Extreme emotionale Erregung . . . . .	247
	Halluzination: Auf sich selbst gerichtete Wahrnehmung . . . . .	247
	Außersinnliche Wahrnehmung . . . . .	251
g	Personenwahrnehmung . . . . .	252
	Der erste Eindruck . . . . .	252
	Die Konsistenz liegt beim Wahrnehmenden . . . . .	252
	Beobachtbares Verhalten und innere Struktur . . . . .	253
	Self-fulfilling prophecies . . . . .	254
h	Zusammenfassung . . . . .	254

**Teil III Innere Determinanten und soziale Grundlagen  
des Verhaltens . . . . . 257**

**Einleitung . . . . . 259**

**7 Motivation und Emotion . . . . . 261**

**a Der Begriff der Motivation . . . . . 261**

Motivation als Erklärung für Variabilität . . . . . 261

Motivation als untaugliches Erklärungsprinzip für  
bestimmte Verhaltensweisen . . . . . 265

Post hoc-Erklärungen: Nein! Motivation: Ja! . . . . . 267

Triebe als homöostatische Mechanismen . . . . . 267

b	Hunger: der auffälligste Trieb . . . . .	268
	Was macht uns „hungrig“? . . . . .	268
	Wenn Nahrung knapp wird . . . . .	275
c	Andere Erhaltungstriebe . . . . .	276
	Durst . . . . .	276
	Schmerz . . . . .	279
d	Der Sexualtrieb . . . . .	282
	Was unterscheidet die Sexualität von allen anderen Trieben? . . . . .	283
	Was verstehen Sie unter Sexualität? . . . . .	283
	Woran merken Sie, ob Sie ♂ oder ♀ sind? . . . . .	283
	Sexuelles Verhalten . . . . .	284
e	Das Wesen psychologischer und sozialer Motivation . . . . .	287
	Erlernete Furcht und Angst . . . . .	289
	Die Handhabung sozial-psychologischer Verstärker . . . . .	290
	Neugier: das Explorations- und Wissensbedürfnis . . . . .	291
	Emotion . . . . .	292
	Der Begriff der Emotion . . . . .	293
	Wie nehmen wir Emotionen bei anderen wahr? . . . . .	294
	Wie nehmen wir Gefühle bei uns selbst wahr? . . . . .	299
f	Zusammenfassung . . . . .	305
<b>8 Soziale Grundlagen des Verhaltens . . . . .</b>		<b>307</b>
a	Der Einfluß sozialer Motive auf das Verhalten . . . . .	307
	Werte als Richtlinien . . . . .	308
	Leistungsanspruch oder: Wir sind Nummer Eins . . . . .	309
	Bedürfnis nach sozialem Vergleich . . . . .	312
	Bedürfnis nach sozialer Anerkennung . . . . .	313
	Bedürfnis nach Zusammenschluß . . . . .	315
b	Sozialer Einfluß als „personale Macht“ . . . . .	317
	Soziale Verhaltensförderung . . . . .	317
	Der einseitige beeinflussende Überzeuger . . . . .	319
c	Führer und Führung . . . . .	323
	Haben Führer auch „das Zeug dazu“? . . . . .	324
	Haben unterschiedliche Führungs-„Stile“ unterschiedliche Wirkungen? . . . . .	325
	Führung und Umweltsituation . . . . .	327
	Führer mögen mitunter führen, aber Machiavellisten siegen immer . . . . .	330
d	Dyadische Interaktionen . . . . .	331
	Die Dyade als primäre Einflußquelle . . . . .	332
	Was bestimmt unsere Sympathie für andere? . . . . .	332

	Dyadische Konkurrenz: Das Gefangenendilemma . . . . .	336
e	Die Gruppe als Quelle sozialen Einflusses . . . . .	337
	Soziale Normen . . . . .	338
	Sozialer Einfluß bei Gruppen in „realen“ Situationen . . . . .	343
	Blinder Gehorsam gegenüber Autorität . . . . .	349
	Die Macht der Minderheit . . . . .	353
f	Zusammenfassung . . . . .	354
<b>Teil IV Das Potential des Individuums:</b>		
	<b>Möglichkeiten und Gefahren . . . . .</b>	<b>357</b>
	 <b>Einleitung . . . . .</b>	 <b>359</b>
<b>9 Persönlichkeit: Die Psychologie des Individuums . . . . .</b>		
a	Einzigartigkeit und Beständigkeit: Schlüsselprobleme der Persönlichkeitstheorie . . . . .	360
	Wie verschieden ist das „Normale“? . . . . .	361
	Die Beständigkeit der Persönlichkeit . . . . .	361
b	Naive Persönlichkeitstheorien . . . . .	362
	Wahrsager . . . . .	362
	Kriminalbeamte . . . . .	363
c	Systematische Vorstellungen über die Persönlichkeit . . . . .	365
	Freud und seine Schüler: Beständigkeit als Ergebnis einer Auseinandersetzung . . . . .	365
	Die Lerntheoretiker: Beständigkeit aus erlernten Verhaltensmustern . . . . .	371
	Die organismischen Feldtheoretiker: Beständigkeit als die „Verwirklichung“ des Selbst . . . . .	374
	Die Faktorenanalytiker: Beständigkeit in einem Satz von Merkmalen . . . . .	377
d	Methoden zur Erfassung individueller Differenzen . . . . .	385
	Warum testen? . . . . .	385
	Körperbautyp, Physiognomie und Schädelform . . . . .	386
	Ein mehr dynamischer Gesichtspunkt: Natürlich auftretendes Verhalten . . . . .	388
	Für eine präzisere Vorhersage: Verhalten in bezug zu kontrollierten Situationen . . . . .	390
	Das Spiel mit Zahlen: Psychometrische Methoden . . . . .	393
e	Ganzheitsbetrachtung des Menschen . . . . .	400
	Testprofile . . . . .	400
	Ist der Mensch mehr als die Summe seiner (getesteten) Teile? . . . . .	402



f	Zusammenfassung . . . . .	402
<b>10</b>	<b>Abweichungen, Pathologie und Irresein . . . . .</b>	<b>405</b>
a	Krank! Krank. Krank? . . . . .	406
	Würden Sie einen „Verrückten“ erkennen, wenn Sie einen sähen? . . . . .	407
	Gibt es überhaupt abnormes Verhalten? . . . . .	408
b	Verlust der Selbstidentität und des Selbstwerts . . . . .	412
	Identifikation: Segen oder Falle? . . . . .	412
	Identifikation mit dem Aggressor . . . . .	413
	Identifikation mit einer ablehnenden Mehrheit . . . . .	414
c	Verlust der Selbstregulierungsfähigkeit: Abhängigkeit und Sucht . . . . .	422
	Alkoholabhängigkeit . . . . .	424
	Abhängigkeit von der Zigarette . . . . .	426
	Drogensucht . . . . .	426
	Zwanghaftes Glücksspiel . . . . .	427
d	Verlust der Freude am Leben: Neurose . . . . .	428
	Angstneurose . . . . .	429
	Phobien . . . . .	429
	Zwangsneurose . . . . .	430
	Hysterie . . . . .	432
	Hypochondrie (neurotische) . . . . .	436
	Depression . . . . .	437
e	Realitätsverlust: Psychose . . . . .	437
	Einteilung der Psychosen . . . . .	439
	Paranoide Reaktionen . . . . .	439
	Affektive Psychosen . . . . .	440
	Schizophrenie . . . . .	441
	Determinanten des psychotischen Verhaltens . . . . .	444
f	Verlust alternativer Lebensmöglichkeiten: Suizid . . . . .	450
	Suizidarten . . . . .	450
	Wer verübt Suizid? . . . . .	451
	Suizidverhütung . . . . .	454
g	Zusammenfassung . . . . .	454
<b>11</b>	<b>Die therapeutische Modifikation des Verhaltens . . . . .</b>	<b>457</b>
a	Physiologische Therapie . . . . .	458
	Schocktherapie . . . . .	459
	Narkose . . . . .	459
	Pharmakotherapie . . . . .	460

Ernährung: Orthomolekulare Psychiatrie . . . . .	464
Heilmittel per Post . . . . .	465
Psychochirurgie . . . . .	465
Somatische Therapie und das medizinische Modell . . . . .	466
<b>b Soziale Einsichtstherapie . . . . .</b>	<b>468</b>
Psychoanalytische Therapie . . . . .	468
Andere Einzeltherapien . . . . .	471
Gruppentherapie . . . . .	478
<b>c Verhaltenstherapie . . . . .</b>	<b>483</b>
Löschung . . . . .	483
Desensibilisierung . . . . .	484
Reizüberflutung . . . . .	485
Aversionstherapie . . . . .	487
Positive Verstärkung . . . . .	488
Münzökonomie . . . . .	490
Bewertung der Verhaltenstherapie . . . . .	492
<b>d Kombinierte therapeutische Methoden . . . . .</b>	<b>495</b>
Anstaltspflege . . . . .	496
Soziotherapie . . . . .	500
Psychische Gesundheitspflege in der Gemeinschaft . . . . .	500
Ersatzmöglichkeiten für die Hospitalisierung . . . . .	500
<b>e Beurteilung des Therapie-„Erfolgs“ . . . . .</b>	<b>502</b>
Wer? Wann? Wie? Nach Maßgabe welchen Kriteriums? . . . . .	502
Ist „keine Therapie“ am besten? . . . . .	503
Ethische Probleme bei der Therapie . . . . .	504
Ein Traum für die Zukunft oder ein Zukunftsschock? . . . . .	505
<b>f Zusammenfassung . . . . .</b>	<b>505</b>

<b>Anhang Rauschmittel: Gebrauch und Mißbrauch von Drogen . . . . .</b>	<b>507</b>
Was ist eine psychoaktive Droge? . . . . .	507
Was versteht man unter einer Drogengewöhnung? . . . . .	508
Welche positiven und negativen Auswirkungen können Drogen auf die normale Persönlichkeit haben? . . . . .	509
Können Sie beschreiben, was man unter dem Begriff „Bewußtseinsweiterung“ versteht? Sind Drogen der einzige Weg dahinzugelangen? Was ist wahr an der Beziehung von Drogengebrauch und Kreativität (im künstlerischen, literarischen und wissenschaftlichen Bereich)? . . . . .	509
Worin liegt der Zusammenhang zwischen dem „high“-Gefühl und einem veränderten Verhalten anderen gegenüber, speziell im Bereich der Liebe, der Sexualität und der Aggressionen? . . . . .	510
Wie sehr wird der Drogeneffekt durch die von ihm erwartete „Potenz“ und durch die Anwesenheit anderer bestimmt? . . . . .	510

Können Drogen einen Nervenzusammenbruch bewirken?	
Warum treten „Horrortrips“ auf? Sind sie ein Zeichen einer Geistesstörung oder sind sie nur ein Warnsignal? . . . . .	510
Wie wirkt sich Drogenmißbrauch auf den Allgemeinzustand aus? Welche Belege gibt es dafür, daß Drogen die Hirnfunktion beeinträchtigen können (Motorik, Koordination und Denken)? . . . . .	511
Gibt es einen Nachweis dafür, daß manche Drogen Chromosomen zerstören? Können Drogen bei Einnahme durch Schwangere das Neugeborene schädigen? Wenn ja, dann wie?	511
Was sind „flashbacks“ und warum treten sie auf? . . . . .	512
Wann wird der Drogengebrauch zum Drogenmißbrauch?	
Gibt es eine typische Persönlichkeitsstruktur des Drogensüchtigen? . . . . .	512
In welchem Maß stellt die Drogeneinnahme eine Reaktion auf Konformitätsdruck dar? . . . . .	513
Wie begann die psychedelische „Blumenkinder“-Bewegung?	513
Welcher Zusammenhang besteht zwischen Drogengebrauch und organisierter Kriminalität? Warum führt Drogenabhängigkeit zu erhöhter Kriminalität? Ist diese Feststellung unbestritten? . . . . .	514
Warum glauben Sie, daß der Drogengebrauch so populär geworden ist? Glauben Sie, daß der Drogengebrauch und -mißbrauch in den nächsten zehn Jahren ansteigen oder abfallen wird? Und warum? . . . . .	514
Könnten Sie etwas näher ausführen, für welches gesellschaftliche Phänomen dieser Drogenmißbrauch symptomatisch ist?	515
Wie kann man einer Person am besten helfen, wenn sie auf einem „Horrortrip“ ist? Wie sieht die Methadon-Behandlung aus? Was bedeutet das Englische System? . . . . .	515
Können Sie kurz die Betriebsleitung und die Ziele Ihrer Drogenklinik beschreiben? . . . . .	516
<b>Quellenangaben</b> . . . . .	517
<b>Literaturverzeichnis</b> . . . . .	522
<b>Sachverzeichnis</b> . . . . .	548