

H. Hobmair, S. Altenthan, S. Betscher-Ott,
W. Dirrigl, W. Gotthardt, W. Ott

Psychologie

herausgegeben von Hermann Hobmair

/M 2942.4 b

2. Auflage

Stam 5005
RHariabsrg
9400 Rorschach
Bibliothek

Inhalt

Einführung in das Lehrbuch	9
1 Grundfragen und Grundprobleme der Psychologie	11
1.1 Die Psychologie als Wissenschaft	12
1.1.1 Alltagspsychologie und wissenschaftliche Psychologie	12
1.1.2 Der Gegenstand der Psychologie	15
1.1.3 Betrachtungsweisen des Verhaltens und Erlebens	17
1.1.4 Fragestellungen und Disziplinen der Psychologie	18
1.2 Grundlegende Aspekte des psychischen Geschehens	19
1.2.1 Der Aspekt der Situation	19
1.2.2 Der Aspekt der Persönlichkeit und des Organismus	20
1.2.3 Das Zusammenwirken der Aspekte des psychischen Geschehens	22
1.2.4 Grundlagen des Erlebens und Verhaltens	23
1.3 Ziele der wissenschaftlichen Psychologie	24
1.3.1 Die Beschreibung ..	24
1.3.2 Die Erklärung	25
1.3.3 Das Verstehen	27
1.3.4 Voraussage und Veränderung des Verhaltens und Erlebens	28
1.3.5 Anwendungsgebiete der Psychologie	29
1.4 Richtungen (Schulen) der Psychologie	31
1.4.1 Die Tiefenpsychologie	32
1.4.2 Der Behaviorismus	33
1.4.3 Die kognitive Psychologie	34
1.4.4 Die Ganzheitspsychologie und die Gestaltpsychologie	35
1.4.5 Die Humanistische Psychologie	36
1.4.6 Der systemische Ansatz in der Psychologie	37
Materialien	39
Aufgaben und Anregungen	42
2 Methoden der Psychologie	46
2.1 Wissenschaftliche Methoden in der Psychologie	47
2.1.1 Der Begriff wissenschaftliche Methode	47
2.1.2 Die Vielfalt von Methoden	48
2.2 Erfahrungswissenschaftliches Vorgehen in der Psychologie	49
2.2.1 Prinzipien methodischen Vorgehens	50
2.2.2 Die systematische Beobachtung	56
2.2.3 Das Experiment	58
2.2.4 Der Test	59
2.2.5 Die Befragung	62
2.2.6 Vorgehensweise bei empirischen Untersuchungen	63
2.3 Geisteswissenschaftliches Vorgehen in der Psychologie	65
2.3.1 Die Hermeneutik	65
2.3.2 Die Phänomenologie	66
2.3.3 Die Dialektik	67
2.4 Methodische Fehler und ihre Folgen	68
Materialien	71
Aufgaben und Anregungen	79

3	Wahrnehmung und Verhalten	82
3.1	Der Prozess der Wahrnehmung	82
3.1.1	Reizaufnahme und Empfindung	83
3.1.2	Die Bedeutung der Erfahrung	86
3.1.3	Wahrnehmung und Erkennen	86
3.2	Die Subjektivität der Wahrnehmung	87
3.2.1	Bedingungen der Wahrnehmung	87
3.2.2	Individuelle und soziale Faktoren der Wahrnehmung	89
3.2.3	Die Hypothesentheorie der sozialen Wahrnehmung	92
3.3	Die Organisation der Wahrnehmung	94
3.3.1	Gesetze der Wahrnehmung	94
3.3.2	Wahrnehmungskonstanz	98
3.4	Fehler und Störungen in der Wahrnehmung	99
3.4.1	Fehler in der Wahrnehmung von anderen Personen	99
3.4.2	Störungen in der Wahrnehmung	102
	Materialien	106
	Aufgaben und Anregungen	110
4	Psychische Funktionen und Fähigkeiten .	114
4.1	Die Sprache	115
4.1.1	Funktionen der Sprache	115
4.1.2	Die Bedeutung der Sprache	116
4.2	Die Intelligenz	117
4.2.1	Der Begriff Intelligenz	117
4.2.2	Modelle der Intelligenzstruktur	118
4.2.3	Intelligenztest und Intelligenzstruktur	120
4.3	Das Denken	122
4.3.1	Denken als Informationsverarbeitung	122
4.3.2	Denken als Problemlösung	123
4.3.3	Die Kreativität	125
4.3.4	Der Zusammenhang zwischen Sprache und Denken	126
4.4	Das Gedächtnis	127
4.4.1	Der Begriff Gedächtnis	128
4.4.2	Das Mehr-Speicher-Modell	129
4.4.3	Der Erwerb von Wissen	131
4.4.4	Das Behalten und Vergessen	134
4.4.5	Lern-und Gedächtnishemmungen	138
4.5	Lern-und Studiertechniken	139
4.5.1	Selbstmotivierung und-Verstärkung	140
4.5.2	Konsequenzen aus den Lern-, Gedächtnis-und Vergessensverläufen	140
4.5.3	Konsequenzen aus den Lernhemmungen	141
4.5.4	Zeitplanung und Pausen	142
4.5.5	Gestaltung des Arbeitsplatzes	144
	Materialien	146
	Aufgaben und Anregungen	150
5	Psychische Kräfte	153
5.1	Emotion und Motivation als psychische Kräfte	154
5.1.1	Der Begriff Emotion	155
5.1.2	Der Begriff Motivation	157
5.1.3	Der Zusammenhang von Emotion und Motivation	159
5.1.4	Die Bedeutung von Emotion und Motivation	160

5.2	Die Entstehung von Emotion und Motivation	161
5.2.1	Die Entstehung von Gefühlen	161
5.2.2	Die Entstehung von Motivation	164
5.3	Angst und Aggression als Beispiele für Emotion und Motivation	167
5.3.1	Beispiel für ein Gefühl: Die Angst	167
5.3.2	Beispiel für Motivation: Die Aggression	172
5.4	Emotionale Belastungen	176
5.4.1	Der Begriff der emotionalen Belastung	176
5.4.2	Stress als Beispiel für eine emotionale Belastung	177
5.4.3	Stressauslösende Faktoren und ihre körperliche Verarbeitung	178
5.4.4	Bewältigungsformen von Stress	180
5.5	Die Ganzheitlichkeit menschlichen Erlebens und Verhaltens	182
5.5.1"	Die Wechselwirkung zwischen kognitiven Funktionen und Fähigkeiten	182
5.5.2	Kognitive Funktionen und Fähigkeiten beeinflussen Emotion und Motivation	183
5.5.3	Emotion und Motivation beeinflussen die Kognition	184
	Materialien	186
	Aufgaben und Anregungen	192
6	Grundlagen der Entwicklungspsychologie	195
6.1	Der Gegenstand der Entwicklungspsychologie	196
6.1.1	Der Begriff Entwicklung	196
6.1.2	Ziele der Entwicklungspsychologie	197
6.1.3	Methoden der Entwicklungspsychologie	198
6.2	Ursachen der Entwicklung	198
6.2.1	Endogene Faktoren	199
6.2.2	Exogene Faktoren	200
6.2.3	Autogene Faktoren	200
6.2.4	Das Zusammenspiel der Entwicklungsbedingungen	201
6.2.5	Kritische und sensible Phasen in der Entwicklung	203
6.3	Prozesse der Entwicklung	205
6.3.1	Der Begriff Reifung	205
6.3.2	Der Begriff Lernen	205
6.3.3	Die Wechselwirkung von Reifung und Lernen	207
6.4	Theorien der Entwicklung	208
6.4.1	Zusammenfassung der Konditionierungstheorien	209
6.4.2	Die wichtigsten Aussagen der sozial-kognitiven Theorie	212
6.4.3	Die Theorie der kognitiven Entwicklung	214
6.5	Merkmale der Entwicklung	219
6.5.1	Die logische Reihenfolge und die Lebensalterbezogenheit	219
6.5.2	Das Entwicklungstempo	220
6.5.3	Die Differenzierung und die Integration	222
6.5.4	Die Zentralisation	223
6.5.5	Die Kanalisierung und die Stabilisierung	224
	Materialien	227
	Aufgaben und Anregungen	231
7	Entwicklungspsychologie: Entwicklung auf verschiedenen Altersstufen . . .	234
7.1	Die Motorik	235
7.1.1	Prinzipien der motorischen Entwicklung	235
7.1.2	Die Entwicklung der Motorik	236
7.1.3	Störungen in der Entwicklung der Motorik	239
7.1.4	Förderungsmöglichkeiten der Motorik	240

7.2	Kognitive Fähigkeiten und Funktionen	242
7.2.1	Die kindliche Wirklichkeitsauffassung	242
7.2.2	Die Wahrnehmung	243
7.2.3	Die Sprache	247
7.2.4	Die Intelligenz und das Denken	252
7.2.5	Das Gedächtnis	259
7.3	Die Gefühle	261
7.3.1	Die Entwicklung der Gefühle	261
7.3.2	Störungen in der Entwicklung der Gefühle	263
7.3.3	Förderung der Entwicklung der Gefühle	264
7.4	Die Bedürfnisse	265
7.4.1	Die Entwicklung der Bedürfnisse	265
7.4.2	Störungen in der Entwicklung der Bedürfnisse	266
7.4.3	Förderung der Entwicklung der Bedürfnisse	267
7.5	Das Sozialverhalten	267
7.5.1	Die Entwicklung des Sozialverhaltens	268
7.5.2	Störungen in der Entwicklung des Sozialverhaltens	272
7.5.3	Förderung des Sozialverhaltens	273
	Materialien	275
	Aufgaben und Anregungen	281
8	Entwicklung und Erziehung – von der frühen Kindheit bis zum Alter	286
8.1	Schwangerschaft und Geburt	288
8.1.1	Einflüsse vor, während und nach der Geburt	288
8.1.2	Die Geburt	292
8.2	Das erste Lebensjahr	295
8.2.1	Die Bedeutung der Pflege und Zuwendung	295
8.2.2	Das Urvertrauen und das Urmisstrauen	296
8.2.3	Erziehungsfragen und Probleme	297
8.3	Das Kleinkindalter	302
8.3.1	Die Reinlichkeitserziehung	302
8.3.2	Die Erziehung zur Selbständigkeit	304
8.3.3	Moralische Erziehung und Gewissensbildung	307
8.3.4	Die Übernahme der Geschlechtsrolle	308
8.4	Die späte Kindheit	310
8.4.1	Kriterien der Schulfähigkeit	310
8.4.2	Erziehungsfragen zur Schulfähigkeit	312
8.5	Das Jugendalter	313
8.5.1	Der Begriff Jugend	313
8.5.2	Aspekte des Jugendalters	313
8.5.3	Entwicklungsaufgaben im Jugendalter	315
8.5.4	Die Suche nach der Identität als zentrale Aufgabe	317
8.6	Das Erwachsenenalter und das Alter	319
8.6.1	Das junge Erwachsenenalter	319
8.6.2	Das mittlere und späte Erwachsenenalter	322
8.6.3	Das Alter	323
	Materialien	326
	Aufgaben und Anregungen	330

9	Soziale Interaktion und Kommunikation	334
9.1	Grundlagen sozialer Interaktion und Kommunikation	335
9.1.1	Die Begriffe soziale Interaktion und Kommunikation	335
9.1.2	Soziale Kommunikation als ein Regelkreis	337
9.1.3	Die Bedeutung sozialer Interaktion und Kommunikation	338
9.1.4	Erfolgreiche und gestörte Kommunikation	339
9.2	Störungen in der Kommunikation	341
9.2.1	Ursachen von Kommunikationsstörungen	341
9.2.2	Die Art von Botschaften	342
9.2.3	Paradoxien und Doppelbindungen	345
9.3	Grundlegende Erkenntnisse über soziale Kommunikation	348
9.3.1	Die Axiome und Kommunikation	348
9.3.2	Vorbeugung und Behebung von Kommunikationsstörungen	357
9.3.3	Möglichkeiten erfolgreicher Kommunikation	358
	Materialien	365
	Aufgaben und Anregungen	371
10	Soziale Einstellung und Einstellungsänderung	382
10.1	Der Begriff soziale Einstellung	382
10.1.1	Merkmale des Begriffs „soziale Einstellung“	383
10.1.2	Die Struktur von sozialen Einstellungen	384
10.1.3	Der Systemcharakter sozialer Einstellungen	385
10.1.4	Einstellung und Verhalten	386
10.2	Soziale Einstellungen und ihre Funktionen	387
10.2.1	Funktionen von sozialen Einstellungen	387
10.2.2	Einstellung und Vorurteil	389
10.3	Die Entstehung von sozialen Einstellungen	390
10.3.1	Der Erwerb von sozialen Einstellungen	390
10.3.2	Die Stabilisierung von sozialen Einstellungen	393
10.3.3	Bedingungen einer Einstellungsänderung	393
10.4	Die Änderung von sozialen Einstellungen	395
10.4.1	Einstellungsänderung auf der Grundlage von Erkenntnissen über Kommunikation	396
10.4.2	Einstellungsänderung auf der Grundlage der Einstellungsfunktionen	402
10.4.3	Die Theorie der kognitiven Dissonanz	403
10.4.4	Einstellungsänderung auf der Grundlage der Theorie der kognitiven Dissonanz	407
10.4.5	Einstellungsänderung auf der Grundlage von lerntheoretischen Erkenntnissen	408
	Materialien	410
	Aufgaben und Anregungen	412
11	Psychologie der Persönlichkeit	416
11.1	Gegenstand und Ziele der Persönlichkeitspsychologie	417
11.1.1	Der Begriff Persönlichkeit	417
11.1.2	Ziele der Persönlichkeitspsychologie	419
11.1.3	Die Vielzahl von Persönlichkeitstheorien	420
11.2	Die psychoanalytische Theorie	421
11.2.1	Die Instanzen der Persönlichkeit	421
11.2.2	Die Dynamik der Persönlichkeit	424
11.2.3	Angst und Abwehr	426

11.3	Die personenzentrierte Theorie	430
11.3.1	Die Selbstaktualisierung	431
11.3.2	Das Selbstkonzept	432
11.3.3	Wirkungen des Selbstkonzeptes	435
11.3.4	Die Bildung des Selbstkonzeptes	436
11.3.5	Aktuelle Erfahrungen und Selbstkonzept	439
11.4	Die Erhebung der Persönlichkeit	443
11.4.1	Die Psychodiagnostik	443
11.4.2	Persönlichkeitsfragebögen	444
	Materialien	447
	Aufgaben und Anregungen	455
12	Seelische Fehlentwicklungen, Beratung und Therapie	460
12.1	Psychische Störungen als Gegenstand der Klinischen Psychologie	461
12.1.1	Der Begriff „psychische Störung“	462
12.1.2	Das Problem der Norm	463
12.1.3	Die Klassifikation psychischer Störungen	465
12.1.4	Modelle zur Erklärung psychischer Störungen	475
12.2	Die Beratung	476
12.2.1	Beratung als eine Form der Hilfe	477
12.2.2	Kennzeichen des Beratungsprozesses	478
12.2.3	Die klientenzentrierte Beratung	479
12.2.4	Die systemische Beratung	483
12.3	Die Psychotherapie	485
12.3.1	Das psychoanalytische Therapieverfahren	486
12.3.2	Die Verhaltenstherapie	489
12.3.3	Die kognitive Therapie	494
	Materialien	496
	Aufgaben und Anregungen	501
	Verwendete Literatur	506
	Stichwortverzeichnis	509

Bildquellenverzeichnis