

Hans Peter Nolting  
Peter Paulus

# **Psychologie lernen**

Eine Einführung  
und Anleitung

**BELTZ**  
Taschenbuch

## Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort: Wozu dieses Buch zu gebrauchen ist .....</b>	<b>11</b>
 <b>Kapitel 1</b>	
<b>Was sind »psychologische« Fragen? .....</b>	<b>15</b>
1. Psychisch – psychologisch – Psychologie .....	15
2. Warum stellen Menschen psychologische Fragen? .....	18
 <b>Kapitel 2</b>	
<b>Ordnung in der Vielfalt – für Übersicht und Wissensverwendung ....</b>	<b>21</b>
1. Ist Psychologie unübersichtlich? Zur Fülle der Themen, Gebiete, Theorien.....	21
2. Das Wissen für Zusammenhalt und Übertragbarkeit organisieren ....	24
3. Erster roter Faden: Grundlegende Aspekte des psychischen Systems	28
4. Zweiter roter Faden: Grundlegende »Tätigkeiten« .....	30
5. Zwei Fälle von Wissensnutzung: Unbekannte Themen und Praxisprobleme .....	31
 <b>Kapitel 3</b>	
<b>Grundlegende Aspekte des psychischen Systems.....</b>	<b>36</b>
1. Verschiedene Seiten einer Verhaltensklärung – ein Grundmodell ..	36
Vier Aspekte: Aktuelle Prozesse – Situation – Person – Entwicklung.....	36
Wo unterschiedliche Sichtweisen beginnen .....	40

2. Psychische Grundprozesse I:	
Aktuelle Prozesse (innere Prozesse und Verhalten) .....	42
Menschen »verarbeiten« ihre Umwelt und wirken auf sie ein .....	43
Wahrnehmung.....	45
Denken.....	48
Emotion.....	52
Motivation und Wille .....	54
Bewegung – Verhalten – Handlung.....	60
Exkurs: Aktuelle Prozesse als Kommunikation .....	62
3. Psychische Grundprozesse II: Entwicklungsprozesse.....	65
Menschen befinden sich ständig in Entwicklung .....	66
Reifen und Lernen .....	66
Typen von Lernprozessen .....	69
Lernübertragung.....	76
4. Verhalten und innere Prozesse variieren mit Person und Situation....	78
Aspekte der »Person« .....	78
Aspekte der »Situation«.....	83
Person und Situation: Ihr Gewicht, ihre Interaktion.....	86
5. Personen variieren gemäß ihren Entwicklungsbedingungen .....	91
Personmerkmale als Entwicklungsstand.....	91
Was die Entwicklung steuert: Anlage – Umwelt – Person selbst .....	93
6. Zusammenschau: Integrierendes Modell zum psychischen System ....	98
7. Betrachtungsweisen zum psychischen System:	
Gebiete und Richtungen .....	101

#### **Kapitel 4**

<b>Systembezogene Betrachtungsweisen (»Grundlagengebiete«) .....</b>	<b>102</b>
1. Die Prozesse an sich: Allgemeine Psychologie .....	102
2. Die »Person«: Persönlichkeits-/Differentielle Psychologie .....	104
3. Die Entwicklung der Person: Entwicklungspsychologie.....	110
4. Der Bezug zu anderen Menschen: Sozialpsychologie .....	114
5. Der Bezug zur materiellen Umwelt: Umweltpsychologie.....	119

6. Beziehungen zwischen körperlichen und psychischen Vorgängen: Biologische Psychologie u.a.....	122
---	-----

## **Kapitel 5**

<b>Praxisbezogene Betrachtungsweisen (»Anwendungsgebiete«).....</b>	<b>127</b>
---	------------

1. Vielfalt der Praxisfelder: Von Werbung bis Gerichtsverfahren.....	127
2. Psychische Störungen: Klinische Psychologie.....	131
3. Erziehung und Unterricht: Pädagogische Psychologie .....	136
4. Arbeit und Beruf: Arbeits- und Organisationspsychologie .....	141
5. Gesundheit und Krankheit: Gesundheitspsychologie, Medizinische Psychologie, Psychosomatik, Verhaltensmedizin.....	144

## **Kapitel 6**

<b>Theoriegeleitete Betrachtungsweisen (»Richtungen«) .....</b>	<b>152</b>
---	------------

1. Tiefenpsychologie (Psychoanalyse u.a.).....	154
2. Behaviorismus .....	159
3. Kognitivismus.....	162
4. Humanistische Psychologie.....	165
5. Sozusagen quer dazu: Systemische Sichtweisen .....	167

## **Kapitel 7**

<b>Grundlegende »Tätigkeiten« im Umgang mit psychologischen Fragen .....</b>	<b>170</b>
--	------------

1. Beschreiben.....	170
Vielfalt der »Ist-Aussagen« .....	171
Beschreiben durch Beobachtungen.....	172
Beschreiben durch subjektive Einschätzung .....	174
Psychologische Diagnostik .....	176
2. Erklären .....	179
Erklärungen und Pseudo-Erklärungen.....	180
Ein »Zusammenhang« sagt nichts über die »Verursachung«.....	183

Feldstudien und Experimente .....	185
Bedingungsgefüge statt einzelner »Ursachen«.....	186
Erklären oder Verstehen?.....	187
3. Vorhersagen .....	188
Wovon hängt die Vorhersage-Genauigkeit ab?.....	189
Statistische Prognose und Einzelfall-Prognose .....	191
4. Beeinflussen/Verändern .....	192
Korrektur – Förderung – Prävention.....	192
Zielprobleme und Wegprobleme.....	193
Wissen ist noch nicht Praxis .....	194
5. Bewerten .....	195
Beschreibungs-Bewertungs-Mischmasch.....	195
Begründete Bewertungen .....	197
<b>Kapitel 8</b>	
<b>Übertragung von Grundlagenwissen .....</b>	<b>199</b>
1. Beispiele zur Anwendung I: Zu unbekannten Themen	
Überlegungen anstellen.....	199
2. Beispiele zur Anwendung II: Praxisfälle analysieren.....	203
<b>Kapitel 9</b>	
<b>Regeln zum sinnvollen Lernen von Psychologie:</b>	
<b>Rückschau und Zusammenfassung .....</b>	<b>213</b>
1. Die Grundmoral von der Geschicht':	
Aus einem Nebeneinander ein Zueinander machen.....	213
2. Themen »einordnen« .....	214
3. Immer mehrere Systemaspekte zugleich beachten.....	215
4. Fachtermini vergleichen .....	216
5. Den Transfer auf Beispiele und Praxisfälle üben .....	217
6. Sich der Psychologie bewusst werden, die man ohnehin im Kopf hat.	218

<b>Literaturverzeichnis.....</b>	220
<b>Personenregister.....</b>	233
<b>Sachregister .....</b>	237