

Reclam Sachbuch premium

Gillian Butler
Freda McManus

Psychologie

Eine Einführung

Aus dem Englischen übersetzt
von Berta Lenzer und Valerie Gföhler

Reclam

Titel der englischen Originalausgabe:
Gillian Butler / Freda McManus:
Psychology. A Very Short Introduction.

4., vollständig überarbeitete Auflage

RECLAMS UNIVERSAL-BIBLIOTHEK Nr. 14217
2003, 2019, 2022 Philipp Reclam jun. Verlag GmbH,
Siemensstraße 32, 71254 Ditzingen

© Gillian Butler and Freda McManus 2014

Gestaltung: Cornelia Feyll, Friedrich Forssman
Druck und Bindung: Eberl & Koesel GmbH & Co. KG,
Am Buchweg 1, 87452 Altusried-Krugzell
Printed in Germany 2022

RECLAM, UNIVERSAL-BIBLIOTHEK und
RECLAMS UNIVERSAL-BIBLIOTHEK sind eingetragene Marken
der Philipp Reclam jun. GmbH & Co. KG, Stuttgart
ISBN 978-3-15-014217-2

Auch als E-Book erhältlich

www.reclam.de

Inhalt

1	Was ist Psychologie? Wie studiert man sie?	7
2	Was gelangt in unser Bewusstsein? Sinnliche Wahrnehmung	26
3	Was bleibt im Bewusstsein? Lernen und Gedächtnis	46
4	Wie nutzen wir, was im Bewusstsein ist? Denken, Argumentieren und Kommunizieren	67
5	Warum tun wir, was wir tun? Motivation und Emotion	88
6	Gibt es ein festes Muster? Entwicklungspsychologie	109
7	Können wir Menschen in Kategorien einordnen? Individuelle Unterschiede	129
8	Was geschieht, wenn etwas schiefgeht? Klinische Psychologie	151
9	Wie beeinflussen wir einander? Sozialpsychologie	173
10	Wozu dient Psychologie?	194
	Zu dieser Ausgabe	207
	Literaturhinweise	208
	Abbildungsnachweis	215
	Danksagung	216
	Personen- und Sachregister	217

Was ist Psychologie? Wie studiert man sie?

1890 definierte William James, der amerikanische Philosoph und Arzt und einer der Begründer der modernen Psychologie, die Psychologie als »die Wissenschaft vom Seelenleben«, und diese Definition ist selbst heute noch ein guter Ausgangspunkt für unser Verständnis. Wir alle haben ein Seelenleben und daher eine ungefähre Vorstellung davon, was dies bedeutet. Es kann sowohl bei Ratten oder Affen als auch bei Menschen erforscht werden. Jedoch ist das nur ein Ausgangspunkt. – Neue Möglichkeiten, das Gehirn zu erforschen und seine Strukturen und Funktionsweisen zu verstehen, liefern uns faszinierende Informationen über die Faktoren, die unser geistiges Leben bestimmen. Die Verbesserung der Technologien bedeutet, dass Hirnaktivitäten nun objektiv beobachtet und gemessen werden können. Dennoch gibt es vieles, was wir über die Beziehungen zwischen subjektiver Erfahrung und dem Gehirn nicht wissen, und Psychologen stellen nach wie vor Hypothesen oder sachkundige Vermutungen darüber an, wie die zwei Arten des Wissens – das subjektive und das objektive – miteinander verknüpft sind.

Wie die meisten Psychologen interessierte sich William James besonders für die Psyche des Menschen, von der er annahm, dass sie aus bestimmten Grundelementen besteht: Gedanken und Gefühle, eine physische Welt, die in Zeit und Raum existiert, und eine bestimmte Art und Weise, etwas über diese Dinge zu wissen. Für jeden von uns entspringt dieses Wissen aus unseren Wechselbeziehun-

gen mit den physischen und sozialen Welten, in denen wir leben, und aus Gedanken und Gefühlen, die mit diesen Erfahrungen verbunden sind. Aus diesem Grund fällt es uns leicht, mit unserer eigenen Erfahrung als Prüfstein Urteile in psychologischen Angelegenheiten zu fällen. Schon wenn wir eine Meinung zu komplexen psychologischen Phänomenen wie der Möglichkeit von Gehirnwäsche etwa äußern, verhalten wir uns wie Amateurpsychologen. Wir tun dies auch dann, wenn wir Meinungen darüber äußern, warum andere Menschen sich so oder so verhalten – zum Beispiel beleidigt reagieren, traurig sind oder plötzlich ihre Arbeitsstelle aufgeben. Probleme ergeben sich jedoch erst, wenn zwei Menschen solche Dinge unterschiedlich interpretieren. Die offizielle Psychologie versucht, Methoden zur Verfügung zu stellen, die die Entscheidung möglich machen, welche der Erklärungen wohl die richtige ist, oder die die Umstände festlegen, unter denen jede einzelne von ihnen zutrifft. Die Arbeit der Psychologen hilft uns, zwischen subjektiven Insider-Informationen und den objektiven Fakten zu unterscheiden. Wir können zwischen unserer vorgefassten Meinung und dem differenzieren, was wissenschaftlich gesehen »wahr« ist.

Die Psychologie, wie sie von William James definiert wurde, hat mit dem Denken und Fühlen zu tun. Bis vor kurzem war es nicht möglich, das lebendige menschliche Gehirn direkt zu untersuchen. Deshalb studierten Psychologen unser Verhalten und nutzten ihre Beobachtungen, um aus diesen Hypothesen darüber abzuleiten, was im Inneren passiert. Inzwischen ist unser Wissen über die Funktionsweisen des Gehirns gewachsen und bildet ein echtes wissenschaftliches Fundament, um einige Aspekte unseres

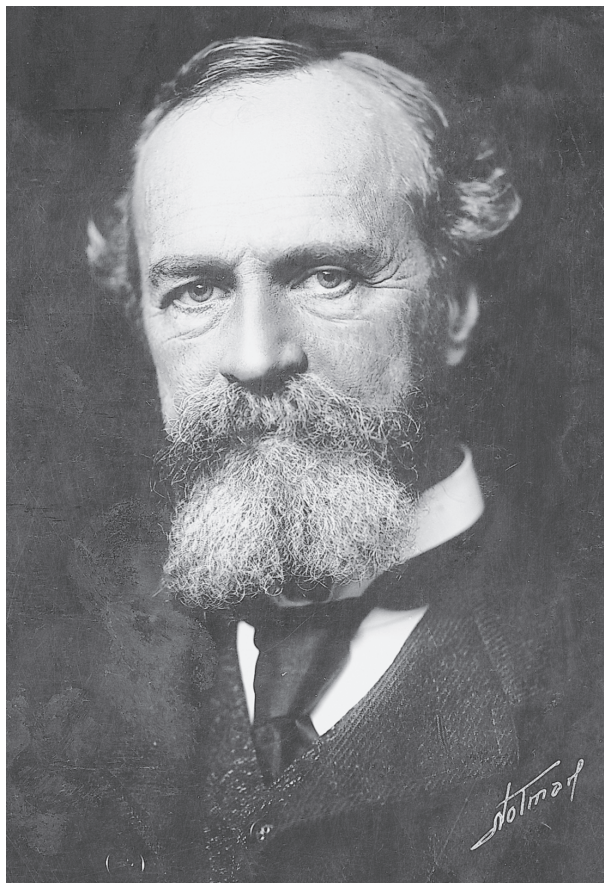


Abb. 1: William James (1842–1910)

geistigen Lebens zu begreifen. So spannend das auch sein mag, gibt es dennoch nach wie vor vieles zu erforschen, bevor wir behaupten können, Variationen des Erlebens und Beschreibens unserer Hoffnungen, Ängste und Wünsche oder bei unserem Verhalten während so unterschiedlicher Erfahrungen wie dem Gebären eines Kindes oder dem Besuch eines Fußballspiels zu verstehen.

Bei der Psychologie geht es auch um die Art und Weise, in der Organismen – gewöhnlich Menschen – ihre geistig-seelischen Fähigkeiten einsetzen, um in ihrer Umwelt zurechtzukommen. Die Methoden haben sich im Laufe der Zeit geändert, ebenso wie sich auch die soziale und physische Umwelt geändert hat. Die Evolutionstheorie geht davon aus, dass Organismen, die sich nicht an die Veränderungen ihrer Umwelt anpassen, aussterben (daher kommen Wendungen wie »Der Angepasste überlebt« oder »Überleben des Stärkeren«). Wir wurden und werden immer noch durch Anpassungsprozesse geformt. Das heißt, es gibt Gründe für die Art und Weise, wie unsere Gehirne und unser Bewusstsein funktionieren. Zum Beispiel kann der Grund dafür, warum wir sich bewegende Gegenstände besser ausmachen als ruhende Gegenstände, darin liegen, dass diese Fähigkeit unseren Vorfahren half, Raubtieren oder Feinden zu entgehen. Es ist sowohl für Psychologen als auch für andere Wissenschaftler wichtig, sich dieser Gründe bewusst zu sein.

Eine mit dem Studium der Psychologie einhergehende Schwierigkeit besteht darin, dass wissenschaftliche Fakten objektiv und nachprüfbar sein sollten, die Vorgänge im Hirn sich jedoch nicht in der Weise beobachten lassen wie die in einem Motor. Nur durch die Entwicklung zahlreicher spezieller Techniken sind Wissenschaftler in der Lage, diese

eingehend zu studieren, von denen einige in diesem Buch beschrieben werden. Im Alltagsleben lassen sie sich nur indirekt wahrnehmen. Aus den Beobachtungen müssen Rückschlüsse gezogen werden. Die Bemühungen der Psychologen gleichen dabei in vielem denen beim Lösen eines Kreuzworträtsels. Man muss direkt Greifbares, Auffälliges einschätzen und interpretieren und die Lücken mit Hilfe dessen füllen, was man schon weiß. Außerdem muss dies Auffällige sich auf sorgfältige Beobachtungen und präzise Messungen stützen, mit wissenschaftlicher Genauigkeit analysiert und in logischer und vernünftiger Beweisführung interpretiert werden, die einer öffentlichen Überprüfung unterzogen werden kann. Nur ein Teil von dem, was wir in der Psychologie verstehen wollen – wie wir wahrnehmen, lernen, erinnern, denken, Probleme lösen, fühlen, uns entwickeln, uns voneinander unterscheiden und miteinander in Beziehung treten –, kann direkt erfasst werden. All diese Aktivitäten sind *mehrfach determiniert*, d. h., sie werden nicht durch einen, sondern durch mehrere Faktoren bestimmt. Man denke nur an all die Dinge, die eine Reaktion auf eine bestimmte Situation (etwa die, sich in einer fremden Stadt zu verfahren) beeinflussen könnte. Um herauszufinden, welche Faktoren relevant sind, müssen etliche andere verwirrende Faktoren irgendwie ausgeschlossen werden.

Komplexe Interaktionen sind in der Psychologie eher die Regel als die Ausnahme, ihr Verständnis hängt von der Entwicklung spezieller Techniken und Theorien ab. Die Psychologie hat dieselben Ziele wie viele andere Wissenschaften auch. Sie will die Vorgänge, die sie untersucht, beschreiben, verstehen und voraussagen. Sobald diese Ziele erreicht sind, kann die Psychologie uns helfen, das Wie unseres Er-

lebens besser zu verstehen. Dann wäre sie auch von praktischem Nutzen. Psychologische Forschungsergebnisse haben zum Beispiel in so unterschiedlichen Bereichen Einsatz gefunden wie in der Entwicklung effektiverer Methoden, Kindern das Lesen beizubringen, beim Entwerfen von Schalttafeln für Maschinen, die durch ihren speziellen Aufbau das Risiko von Unfällen senken sollen, und bei der Linderung des Leids von Menschen in seelischer Not.

Geschichtlicher Hintergrund

Obwohl seit Jahrhunderten psychologisch relevante Fragen diskutiert werden, werden sie doch erst seit dem 19. Jahrhundert wissenschaftlich untersucht. Psychologen verließen sich vor dieser Zeit auf *Introspektion*, d. h. die Beobachtung des eigenen bewussten Erlebens, um Antworten auf psychologisch motivierte Fragen zu finden. Diese frühen Untersuchungen waren darauf ausgerichtet, psychische Strukturen zu erkennen. Doch nach dem Erscheinen von Charles Darwins *Die Entstehung der Arten* 1859 erweiterte sich das Spektrum der Psychologie und schloss Fragen nach den *Funktionen*, nicht nur den *Strukturen* des Bewusstseins ein. Für Psychologen sind auch heute noch die psychischen Funktionen und Strukturen von zentralem Interesse, doch haben sie die unüberschreitbaren Grenzen der Introspektion als Untersuchungsmethode erkannt. Laut Sir Francis Galton macht sie uns »zum hilflosen Zuschauer eines winzigen Bruchteils automatischer Hirnaktivitäten«. Der Versuch, die Bewusstseinsprozesse durch Introspektion verstehen zu wollen, sei, so William James, »als drehe man das Gaslicht

schnell hoch, um zu sehen, wie die Dunkelheit aussieht«. Statt auf Reflexionen über das eigene Erleben stützen heutige Psychologen ihre Theorien darauf, die für sie interessanten Phänomene wie zum Beispiel das Verhalten anderer sowie die Tätigkeiten ihrer Gehirne sorgfältig zu beobachten.

1913 veröffentlichte John Watson ein allgemeines behavioristisches Manifest für die Psychologie: Falls die Psychologie als Wissenschaft gelten wolle, müssten die *Daten*, auf die sie sich stützt, überprüfbar sein. Diese Konzentration auf beobachtbares Verhalten anstelle von inneren (nicht beobachtbaren) geistig-seelischen Vorgängen war verknüpft mit einer Theorie des Lernens und einer Betonung zuverlässiger Beobachtungs- und Versuchsmethoden, die auch heute noch Einfluss auf die Psychologie haben. Der behavioristische Ansatz etwa legt nahe, dass sämtliche Verhaltensweisen auf *Konditionierung* zurückzuführen sind. Diese Konditionierung lässt sich untersuchen, indem man einen bestimmten Reiz (*Stimulus*) herausgreift und die Reaktion auf diesen (*Response*) beobachtet (*Reiz-Reaktions-Psychologie*). Das, was zwischen Reiz und dazugehöriger Reaktion geschieht, die *Intervenierende Variable*, wurde von den frühen Verhaltensforschern für unwichtig gehalten, ist inzwischen jedoch eine Hauptquelle für experimentelle Hypothesen. Die Überprüfung von Hypothesen über diese Dinge hat es Psychologen ermöglicht, zunehmend komplexe Theorien über psychische Strukturen, Funktionen und Vorgänge zu entwickeln.

Zu Anfang des 20. Jahrhunderts beeinflussten besonders die *Gestaltpsychologie* und die *Psychoanalyse* die Entwicklung der Psychologie. In Deutschland arbeitende Gestaltpsychologen machten einige interessante Entdeckungen

darüber, wie psychische Prozesse organisiert sind. Sie zeigten, dass unsere Erfahrung nicht lediglich auf den physikalischen Eigenschaften äußerer Reize aufbaut, und schlossen daraus, dass »das Ganze größer ist als die Summe seiner Bestandteile«. Wenn zum Beispiel zwei nah beieinanderliegende Lichtquellen abwechselnd aufblinken, dann sehen wir nur ein Licht, das sich zwischen zwei Positionen hin- und herbewegt (auf diesem Prinzip beruht etwa der Film). Die Erkenntnis, dass innere Vorgänge derart zum Wie des Erlebens beitragen, leistete die Vorarbeit für heutige Entwicklungen in den Zweigen der Psychologie, die sich ausschließlich mit diesen inneren Prozessen befassen.

Sigmund Freuds Theorie von dem fortgesetzten Einfluss früher Kindheitserlebnisse und von den abstrakten psychischen Strukturen, die er *Ich*, *Es* und *Über-Ich* nannte, lenkte die Aufmerksamkeit auf *unbewusste* Prozesse. Diese Vorgänge, zu denen unbewusste und verdrängte Wünsche und Bedürfnisse zählen, lassen sich zum Beispiel aus Träumen, Versprechern und seltsamen Angewohnheiten ableiten und scheinen das Verhalten zu beeinflussen. Man nimmt an, dass unbewusste Konflikte der Hauptgrund für psychische Leiden sind. Psychoanalytiker versuchen, zu deren Linderung beizutragen, indem sie dazu anregen, diese Konflikte in Worte zu fassen, und indem sie auf ihren Theorien aufbauende Interpretationen anbieten. Die Theorien zu psychischen Vorgängen, die nicht beobachtbar sind, führten jedoch nicht zu überprüfbaren Vorhersagen und sind dafür möglicherweise nicht präzise oder spezifisch genug: Die naturwissenschaftlichen und die interpretativen Zweige der Psychologie entwickelten sich in der Folge völlig unabhängig voneinander.

Die Psychologie befindet sich heute in einer aufregenden Phase, nicht zuletzt deshalb, weil diese Unterteilungen an vielen Stellen zusammenbrechen. Wir wissen inzwischen viel darüber, was in unserem Inneren »außerhalb des Bewusstseins« vor sich geht, doch verwenden wir andere Theorien, um diese Erkenntnisse zu erklären. Die Psychologie ist nicht die einzige Disziplin, die sich mit Fragen befassen muss, bei denen es um Dinge geht, die wir nicht direkt beobachten können – man denke nur an Physik und Biochemie. Technologische Fortschritte und Fortschritte in der Theoriebildung haben diesen Vorgang beschleunigt, und solche Entwicklungen haben die Psychologie als Wissenschaft verändert und verändern sie weiterhin. Durch den Einsatz von komplexen Messinstrumenten, elektronischen Geräten und verbesserten statistischen Methoden können Psychologen heute verschiedenste Variablen und riesige Mengen an Daten analysieren. Beobachtungen des Gehirns bei der Arbeit, wie zum Beispiel durch die Verwendung eines fMRI-Scanners, und die Erforschung des Bewusstseins als ein *Informationsverarbeitungssystem* hat es den Psychologen ermöglicht, mehr über die Dinge herauszufinden, die man zuvor nicht beobachten konnte, und dadurch näher zu bestimmen, was zwischen einem bestimmten Reiz und der Reaktion auf ihn passiert, wenn wir z. B. etwas wahrnehmen, auf etwas unsere Aufmerksamkeit richten, über etwas nachdenken oder etwas entscheiden. Heute sind sie in der Lage, ihre Hypothesen auf Daten, die mit *zuverlässigen* und *stichhaltigen* Beobachtungs- und exakten Messmethoden gewonnen wurden, zu stützen. Diese Entwicklungen haben zu einer Revolution in der Psychologie als der »Wissenschaft vom Seelenleben« geführt und es Psychologen

ermöglicht, mit Wissenschaftlern in den unterschiedlichsten Disziplinen wie etwa der Chemie oder der Computerwissenschaft zusammenzuarbeiten.

Psychologie als eine kognitive Wissenschaft

Die Kognitionswissenschaft ist das interdisziplinäre Studium des Bewusstseins und seiner Prozesse. Ihre Erkenntnisse haben sich so rasch verbreitet, dass »man inzwischen sagen kann, es habe eine »kognitive Revolution« stattgefunden. George A. Miller entwarf 2003 ein Diagramm, um die verschiedenen Bereiche zu illustrieren – darunter auch die Psychologie –, die zur Geburt der Kognitionswissenschaft beigetragen haben. Abb. 2 zeigt eine Übernahme dieses Diagramms. Die Arbeit der Psychologen ist somit heute eng mit der Arbeit anderer Wissenschaftler verbunden und wirkt beispielsweise bei der wissenschaftlichen Untersuchung des Nervensystems, also: der Neurowissenschaft, mit. Laut dem Nobelpreisträger Eric Kandel beschäftigt sich die kognitive Neurowissenschaft mit Wahrnehmung, Handlung, Gedächtnis, Sprache und selektiver Aufmerksamkeit – alles zentrale Themen der Psychologen. Kognitive Neuropsychologie zielt darauf ab, zu verstehen, wie die Struktur und Funktion des Gehirns mit diesen psychischen Vorgängen in Verbindung stehen.

Doch können einige der Dinge, für die Psychologen sich interessieren, allein mit Hilfe wissenschaftlicher Methoden nicht verstanden werden. Vielleicht wird das auch nie möglich sein. Die *humanistische Schule* der Psychologie legt zum Beispiel größeren Wert auf die individuelle Darstellung

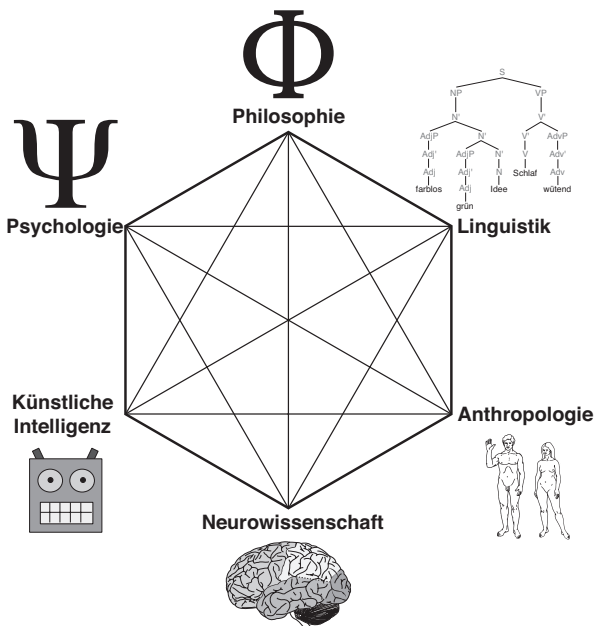


Abb. 2: Bereiche, die in der Kognitionswissenschaft mitwirken

subjektiver Erfahrungen sowie auf qualitative und quantitative Analysemethoden. Einige der typischerweise von Psychologen verwendeten Methoden sind in Kasten 1.1 aufgelistet. Oft können Methoden fruchtbar miteinander kombiniert werden. Das, was zum Beispiel aus quantitativen Methoden wie Fragebögen entnommen wird, kann durch den Einbezug einer qualitativen Komponente erweitert werden: Ergebnisse eines Fragebogens können uns sagen,

Kasten 1.1 Die wichtigsten Arbeitsmethoden

Laborversuche: Eine auf einer Theorie aufbauende Hypothese wird unter kontrollierten Bedingungen getestet, die sicherstellen sollen, dass sowohl die Auswahl der Versuchspersonen als auch die Messungen der Variablen unvoreingenommen erfolgen. Die Ergebnisse sollten reproduzierbar, jedoch nicht unbedingt auf lebensnahe Situationen übertragbar sein. Diese schließen Beobachtungen des Gehirns bei der Arbeit ein.

Feldversuche: Hypothesen werden außerhalb des Labors in einer natürlichen Umgebung getestet. Diese Versuche sind jedoch weniger leicht kontrollierbar, schwerer zu wiederholen und nicht auf eine andere Umgebung übertragbar.

Korrelierende Methoden: Dabei geht es um die Einschätzung der Stärke der Beziehung zwischen zwei oder mehr Variablen, wie etwa dem Leseniveau und der Dauer der Aufmerksamkeit. Die Methode ähnelt eher einer Datenanalyse als einer Datensammlung.

Beobachtungen des Verhaltens: Das zu untersuchende Verhalten muss vorher klar definiert, die Beobachtungsmethoden müssen zuverlässig und die Beobachtungen wirklich repräsentativ für das Verhalten sein.

Fallstudien: Diese sind besonders hilfreich etwa nach einem Hirnschaden eines Patienten als Ideenquelle für spätere Forschung und zum wiederholten Messen desselben Verhaltens unter unterschiedlichen Bedingungen.

Selbsteinschätzungs- und Fragebogenstudien: Diese liefern subjektive Daten, die auf Selbsteinschätzung (oder Introspektion) aufbauen. Ihre Zuverlässigkeit (oder Reliabilität) lässt sich durch einen guten Testaufbau und die Standardisierung der Tests bei großen, repräsentativen Stichproben sicherstellen.

Umfragen: Solche Techniken sind ebenfalls nützlich, um neue Ideen zu sammeln und Stichproben aus demjenigen Teil der Bevölkerung zu erheben, für den sich ein Psychologe jeweils interessiert.

Interviews: Diese stellen die Quelle für qualitative Daten über menschliches Verhalten dar, die dafür verwendet werden können, erste Eindrücke zugrunde liegender Prozesse abzuleiten.

dass der Zustand von Patienten, die Behandlung A erhalten haben, sich stärker gebessert hat als von denjenigen, die Behandlung B erhielten. Die qualitative Analyse semi-strukturierter Interviews könnte uns hingegen dabei helfen zu verstehen, wie Behandlung A geholfen hat, und welche Auswirkungen die jeweiligen Behandlungen auf die Patienten hatten, um auf diese Weise eine weitere Verfeinerung der Eingriffsmöglichkeiten zu ermöglichen.

Jede Wissenschaft ist nur so gut wie die Daten, auf die sie sich bezieht. Psychologen müssen daher beim Sammeln von Daten, beim Analysieren, Interpretieren, Verwenden von Statistiken und beim Interpretieren der Ergebnisse ihrer Analysen möglichst objektiv vorgehen. Hier ein Beispiel, um zu zeigen, wie Daten, die zuverlässig und korrekt

gesammelt wurden, dennoch fehlerhaft interpretiert werden können. Wenn 90 % all derjenigen, die Kindern sexualisierte Gewalt antun, selbst als Kinder solche Erfahrungen machen mussten, liegt es nahe anzunehmen, dass die meisten Menschen, die als Kinder sexualisierte Gewalt erfahren mussten, selbst zu Kinderschändern werden – und solche Berichte finden sich tatsächlich häufig in den Medien. In Wirklichkeit folgt die Interpretation jedoch nicht logisch zwingend aus den vorhandenen Informationen – die meisten Menschen, die sexualisierte Gewalt erfahren mussten, wiederholen dieses Verhaltensmuster eben nicht. Psychologen müssen als Forscher deswegen lernen, wie sie ihre Daten auf objektive Art und Weise darlegen, so dass keine Missverständnisse entstehen können. Ebenso müssen sie lernen, die von anderen veröffentlichten Fakten und Zahlen zu interpretieren. Dafür ist ein hohes Maß an kritischem, wissenschaftlichem Denken nötig.

Die Hauptzweige der Psychologie

Manchmal wird behauptet, die Psychologie sei keine Wissenschaft, weil sie nicht auf einem einzelnen Leitparadigma oder theoretischen Prinzip aufbaue. Vielmehr sei sie nur aus vielen lose verbundenen Lehrmeinungen zusammengesetzt. Doch das ist angesichts der Materie, mit der sie befasst ist, vielleicht unvermeidlich. Wer die Physiologie, die Biologie oder die Chemie eines Organismus untersucht, konzentriert sich auf einen bestimmten Ausschnitt in genauer Abgrenzung, der dem Psychologen nicht zur Verfügung steht, gerade weil er an psychischen Prozessen interessiert ist, die

Kasten 1.2 Die Hauptzweige der Psychologie

Psychopathologischer Zweig: befasst sich mit psychischen Funktionsstörungen und wie man diese überwinden kann.

Behavioristischer Zweig: betont das Verhalten, das Lernen sowie das Sammeln von Daten, die direkt beobachtet werden können.

Biologischer Zweig (und Vergleichende Psychologie): untersucht die psychischen Prozesse verschiedener Arten und Spezies, deren Vererbungsmuster und bestimmende Faktoren für das Verhalten.

Kognitiver Zweig: konzentriert sich darauf, wie Informationen gesammelt, verarbeitet, verstanden und benutzt werden.

Entwicklungspsychologischer Zweig: untersucht, wie Organismen sich im Laufe ihres Lebens ändern.

Differentielle Psychologie: befasst sich mit dem Studium großer Gruppen von Menschen, um typische Unterschiede, zum Beispiel in Bezug auf die Intelligenz oder den Charakter, zu identifizieren und zu verstehen.

Physiologischer Zweig: befasst sich mit dem Einfluss des körperlichen Zustands auf die Psyche und die Funktionen der Sinne, des Nervensystems und des Gehirns.

Sozialpsychologischer Zweig: untersucht das Sozialverhalten und die Interaktionen bzw. Wechselbeziehungen zwischen Individuen und Gruppen.

sich von den anderen Aspekten des Organismus nicht trennen lassen. Man kann das Studium der Psychologie aus vielen Richtungen angehen, etwa eher künstlerisch oder eher wissenschaftlich. Die verschiedenen Zweige des Fachs mögen deshalb zuweilen wie völlig eigenständige Gebiete anmuten. Die Hauptzweige sind in Kasten 1.2 aufgeführt. In der Praxis gibt es aber beträchtliche Überschneidungen zwischen den verschiedenen Zweigen der Psychologie und zwischen der Psychologie und verwandten Gebieten.

Nahe Verwandte der Psychologie

Es gibt einige Gebiete, mit denen die Psychologie häufig verwechselt wird – und es gibt in der Tat gute Gründe für diese Verwechslungen. Zum einen ist Psychologie nicht mit der Psychiatrie gleichzusetzen. Die Psychiatrie ist ein Zweig der Medizin, der darauf spezialisiert ist, Menschen zu helfen, psychische Störungen zu bewältigen. Sie konzentriert sich daher auf das, was passiert, wenn etwas schiefgeht: auf psychische Erkrankungen und psychische Störungen. Auch Psychologen arbeiten im Krankenhaus, doch sie sind keine Mediziner und verbinden mit ihrem Interesse an psychischen Problemen und ihrer Einsicht in das Leid daran ein breites Wissen über gesunde psychische Vorgänge und Entwicklungen. Sie dürfen meist keine Medikamente verschrei-

ben; sie sind vielmehr darauf spezialisiert, Menschen zu helfen, ihr Denken oder Verhalten zu verstehen, zu kontrollieren oder zu verändern, um dadurch ihr Leid zu lindern.

Zum anderen wird die Psychologie oft mit Psychotherapie verwechselt. Psychotherapie ist ein weiter Begriff, der viele Therapieformen umfasst, sich aber nicht ausschließlich auf nur eine bestimmte Form bezieht. Obwohl der Begriff oft auf psychodynamische und humanistische Therapieansätze angewendet wird, hat er doch auch eine weiter gefasste, allgemeinere Verwendung. In jüngster Zeit hat zum Beispiel die kognitive Verhaltenstherapie immer weitere Verbreitung gefunden.

Drittens gibt es, neben der Neuropsychologie, viele verwandte Bereiche, in denen Psychologen arbeiten oder in denen sie mit anderen zusammenarbeiten können, so etwa in der Psychometrie, Psychophysiologie und Psycholinguistik. Psychologen spielen auch in interdisziplinären Bereichen, die sich noch in der Entwicklung befinden, eine Rolle. Dazu gehören etwa die Erkenntnistheorie, die Informationstechnologie oder das Verständnis psychophysiologischer Aspekte von Phänomenen wie Stress, Erschöpfung oder Schlaflosigkeit. Die Klinische Psychologie ist wohl bekannter, doch ist sie lediglich ein weiterer Zweig.

Ziele und Aufbau dieses Buches

Unser Ziel ist die Erklärung und Veranschaulichung dessen, was die Psychologie heute interessant, wichtig und nützlich macht. Da sich die meisten Psychologen für Menschen interessieren, werden die Beispiele hauptsächlich aus der Hu-

manpsychologie herangezogen. Das Buch geht von der Annahme aus, dass man nur dann eine Psyche haben kann (d. h. keine Pflanze oder Amöbe ist), wenn man auch über ein inneres Kontrollsystem verfügt, das es dem Organismus ermöglicht, sowohl in der Welt als auch auf sie zu wirken. Haben sich das Gehirn und das Nervensystem erst einmal so weit entwickelt, dass sie als Kontrollzentrum dienen können, gibt es bestimmte Dinge, wozu dieses System in der Lage sein muss. Dazu gehört es, Informationen über die Außenwelt zu sammeln, sie in sich aufzunehmen, für späteren Gebrauch zu speichern und dazu zu benutzen, das eigene Verhalten so zu gestalten, dass das System vereinfachend gesagt mehr von dem erhält, was es will, und weniger von dem, was es nicht will. Unterschiedliche Organismen tun dies auf unterschiedliche Weise (weil sie zum Beispiel unterschiedliche Sinnesorgane haben). Dennoch ähneln sich einige der Vorgänge artenübergreifend, betrachtet man etwa manche Arten von Lernvorgängen und manche Formen, Gefühle auszudrücken. Eine der zentralen Aufgaben von Psychologen ist es, herauszufinden, wie es zu diesen Gemeinsamkeiten kommt. Kapitel 2–5 konzentrieren sich also auf die vier wichtigsten Fragen, die Psychologen stellen können: Was gelangt in unser Bewusstsein? Was bleibt dort? Wie nutzen wir, was im Bewusstsein ist? Warum tun wir das, was wir tun? In diesen Kapiteln soll gezeigt werden, wie Psychologen etwas über die bei der sinnlichen Wahrnehmung und Aufmerksamkeit (Kapitel 2), Lernen und Gedächtnis (Kapitel 3), Denken, Argumentieren und Kommunizieren (Kapitel 4) und Motivation und Emotion (Kapitel 5) beteiligten Vorgänge herausfinden. Es soll weiterhin versucht werden zu erklären, wie dies bei uns funk-

tioniert. Diese Kapitel befassen sich mit allgemeinen Aspekten, nämlich mit den Gemeinsamkeiten zwischen Menschen. Sie haben zum Ziel, unsere »Innenausstattung« zu beschreiben und einige der von Psychologen aufgestellten Hypothesen und ein paar der Modelle zu betrachten, die sie konstruiert haben, um ihre Beobachtungen zu erläutern.

Psychologen sind auch an den Unterschieden zwischen Menschen und den Gründen für diese offensichtliche Vielfalt interessiert. Wenn wir die Menschen besser verstehen wollen, müssen wir lernen, die allgemeinen Einflüsse von den individuellen zu trennen. Wenn es nur allgemeingültige Muster und Regeln gäbe und wir alle über dieselbe Innenausstattung verfügten, wären alle Menschen psychisch gesehen identisch, was sie jedoch natürlich nicht sind. Wie erklären wir also, dass sie so sind, wie sie sind? Wie verstehen wir ihre Unterschiede, ihre Schwierigkeiten und ihre Interaktionen und Wechselbeziehungen? In Kapitel 6 wird die Frage gestellt, ob es ein festes Muster für die menschliche Entwicklung gibt. Kapitel 7 handelt von individuellen Unterschieden und untersucht die Frage, ob wir die Menschen in Kategorien von Typen einordnen können. Kapitel 8 fragt danach, was geschieht, wenn etwas schiefgeht, und befasst sich mit der Klinischen Psychologie, d. h. mit der Psychologie abweichender Verhaltensweisen. Kapitel 9 geht der Frage nach, wie wir einander beeinflussen, und beschreibt die Sozialpsychologie. Kapitel 10 dreht sich um die Frage, wozu Psychologie dient, beschreibt den praktischen Nutzen der Psychologie und spekuliert, welche Art von Fortschritt in der Zukunft zu erwarten ist.