

Inhalt

Vorwort	9
1. Ziele, Ansätze und Anwendungen in der Psychologie	11
1.1 Studium des Verhaltens und Erlebens als Aufgabe der Psychologie	12
1.2 Psychologie als Forschungsgebiet	15
1.2.1 Kritische Auseinandersetzung mit vorgefundenen Erklärungen und Herausarbeitung eigener Fragen	16
1.2.2 Einige Kennzeichen wissenschaftlicher Untersuchungen	17
1.3 Unterschiedliche Sichtweisen menschlichen Verhaltens	25
1.3.1 Die biologische Sichtweise	25
1.3.2 Die behavioristische Sichtweise	27
1.3.3 Die kognitive Sichtweise	33
1.3.4 Die psychoanalytische Sichtweise	37
1.3.5 Die humanistische Sichtweise	41
1.3.6 Vergleich unterschiedlicher Sichtweisen	43
1.4 Einige Arbeitsbereiche der Angewandten Psychologie	44
1.4.1 Aufgaben Klinischer Psychologen	46
1.4.2 Aufgaben von Arbeits- und Organisationspsychologen	50
1.5 Erkenntnisse der Grundlagen- und der Angewandten Forschung in nachfolgenden Kapiteln	59
2. Psychologie der menschlichen Entwicklung	61
2.1 Kennzeichnung der Entwicklungspsychologie	62
2.2 Methoden zum Studium von Veränderungen	64
2.2.1 Erfassung von Veränderungen im Längsschnitt	64
2.2.2 Erfassung von Veränderungen im Querschnitt	66
2.2.3 Kombination von Längsschnitt- und Querschnittsmethode	67
2.3 Erklärungen von Veränderungen im menschlichen Lebenslauf	68
2.3.1 Biologische Grundlagen der Entwicklung	68
2.3.2 Das Anlage-Umwelt-Problem	72
2.4 Ausgewählte Forschungsbereiche der Entwicklungspsychologie	88
2.4.1 Veränderungen im körperlich-motorischen Bereich	88
2.4.2 Sozial-emotionale Bindungen in der frühen Kindheit	92
2.4.3 Entwicklung ausgewählter kognitiver Funktionen	98
2.4.4 Veränderungen im Lebenslauf, die eng oder nur geringfügig mit dem Alter zusammenhängen	103

3. Psychologie der Wahrnehmung	110
3.1 Sinnesorgane: Eingangspforte für physikalische Reize	111
3.1.1 Allgemeine Kennzeichen der Sinnesorgane	111
3.2 Aufbau und Funktionsweise des Sehorgans	119
3.2.1 Elektromagnetische Schwingungen als Grundlage visueller Wahrnehmungseindrücke	119
3.2.2 Umsetzung physikalischer Energie in nervöse Impulse durch Rezeptoren	120
3.2.3 Theorien zur Erklärung des Farbensehens	122
3.2.4 Verarbeitung und Weiterleitung visueller Informationen durch das Zentralnervensystem	125
3.3 Interpretation registrierter Reize durch Wahrnehmungsprozesse	128
3.3.1 Visuelle Reize als Grundlage der Wahrnehmung	129
3.3.2 Aufmerksamkeit und Wahrnehmung	131
3.3.3 Organisation der Wahrnehmung	141
3.3.4 Über das Zusammenwirken datenabhängiger und kognitionsgeleiteter Prozesse	152
4. Grundlegende Prozesse des Lernens	157
4.1 Kennzeichnung des Lernens	157
4.1.1 Unterscheidung zwischen Lernen und Verhalten	157
4.1.2 Relativ überdauernde Verhaltensveränderung	158
4.1.3 Lernen als Ergebnis von Übung und Erfahrung	159
4.1.4 Theorien des Lernens	160
4.2 Lernen durch Konditionierung	162
4.2.1 Klassische Konditionierung	162
4.2.2 Operante Konditionierung	173
4.3 Kognitive Sichtweisen des Lernens	191
4.3.1 Latentes Lernen und kognitive Landkarten	193
4.3.2 Vom Versuch-und-Irrtum-Verhalten zur Einsicht	194
4.3.3 Lernen durch Nachahmung von Vorbildern	197
5. Das Problemlösen und seine Voraussetzungen	202
5.1 Entstehung und Anwendung von Begriffen	203
5.1.1 Begriffe als Klassen	203
5.2 Exkurs: Ordnung und Kontrolle durch das Selbstkonzept	208
5.3 Anpassung an Umweltbedingungen durch Problemlösen	212
5.3.1 Stadien des Problemlösungsprozesses	212
5.3.2 Behinderung der Lösungssuche durch frühere Erfahrungen	220
5.4 Problemlösungsverhalten als Ausdruck der Intelligenz	223
5.4.1 Die Suche nach Methoden zur Messung der Intelligenz: Wege und Irrwege	224
5.4.2 Bewältigung alltäglicher Probleme durch praktische Intelligenz	235

5.4.3	Die Umweltbedingtheit intelligenten Verhaltens	239
5.4.4	Wege der Intelligenzforschung: Vom Produkt zum Prozeß	240
6.	Psychologie des Gedächtnisses	242
6.1	Gedächtnis als Informationsverarbeitung	243
6.1.1	Das sensorische Register: Eingangspforte für Sinnesreize	245
6.1.2	Das Kurzzeitgedächtnis	248
6.1.3	Das Langzeitgedächtnis	255
6.2	Das Vergessen und seine Erklärung	265
6.2.1	Der Zerfall von »Spuren«	266
6.2.2	Wechselseitige Störung von früher und später Gelerntem: Interferenz	266
6.2.3	Unzugänglichkeit von Gedächtnisinhalten aufgrund fehlender Abrufreize	267
6.2.4	Motiviertes Vergessen	268
6.3	Möglichkeiten der Förderung des Behaltens	269
6.3.1	Regeln zur Gestaltung der Übungstätigkeit	270
6.3.2	Mnemotechniken als Hilfen bei der Erarbeitung von schwer organisierbarem Lernmaterial	275
7.	Psychologie der Motivation	282
7.1	Motiviertes Verhalten und seine Erklärung	283
7.1.1	Kennzeichnung motivierten Verhaltens	283
7.1.2	Bestandteile motivationspsychologischer Erklärungen	285
7.2	Theorien einzelner Motivationsbereiche	288
7.2.1	Das Eßverhalten und seine Erklärung	288
7.2.2	Aggressionen und ihre Erklärung	295
7.2.3	Einige Bedingungen zur Förderung der Lernmotivation.	318
8.	Psychologie der Gefühle und die Auseinandersetzung mit Stress	328
8.1	Kennzeichnung und Klassifikation der Gefühle	329
8.2	Die Rolle des autonomen Nervensystems und der Hormone	331
8.3	Theoretische Ansätze zur Erklärung von Gefühlserlebnissen	336
8.3.1	Das Gehirn als zentrale Schaltstelle für Gefühlserleben und körperliche Reaktionen	337
8.3.2	Beziehungen zwischen körperlichen Veränderungen und bestimmten Gefühlserlebnissen	338
8.3.3	Gefühlserlebnisse als Ergebnis physiologischer Erregung und kognitiver Prozesse	342
8.3.4	Die Theorie entgegengesetzter Prozesse	346
8.4	Die Übermittlung von Gefühlserlebnissen in sozialen Kontakten	349
8.4.1	Biologische Grundlagen des Gefühlsausdrucks	349
8.4.2	Regeln zur Darstellung von Gefühlen in sozialen Situationen	351
8.4.3	Möglichkeiten der Vortäuschung »falscher« Gefühle	354

8.5	Streß: Folgen und Bewältigung	357
8.5.1	Kennzeichnung von Streß	358
8.5.2	Entstehungsbedingungen von Streß	360
8.5.3	Persönlichkeit und Streßgefährdung	364
8.5.4	Möglichkeiten zur Abwehr von Streß	368
9.	Psychologie sozialer Prozesse	374
9.1	Gewinnung eines Eindrucks von anderen durch soziale Wahrnehmung	357
9.1.1	Die Entstehung erster Eindrücke	376
9.1.2	Ursachenzuschreibung in der Personenwahrnehmung	381
9.2	Unterschiedliche Wahrnehmung von Menschen aus Wir- und Fremdgruppen	392
9.3	Psychologie des Vorurteils	395
9.4	Von der Begegnung zur sozialen Anziehung	400
9.4.1	Vertrautheit durch wiederholte Begegnungen	401
9.4.2	Gleich und gleich gesellt sich gern	404
9.4.3	Die Norm der Gegenseitigkeit	405
9.4.4	Sozial-emotionale Bindung durch Liebe	406
9.5	Der Einfluß von Gruppen auf ihre Mitglieder	411
9.5.1	Bestimmung sozialer Wirklichkeiten	412
9.5.2	Vermeidung sozialer Zurückweisung durch Anpassung an andere	413
9.5.3	Die Reaktion der Mehrheit auf ihre Außenseiter	415
9.5.4	Veränderung von Mehrheitsüberzeugungen durch Außenseiter	416
	Literaturverzeichnis	421
	Register	461
	Bildnachweise	470