

Inhaltsverzeichnis

Vorwort – Eine Gebrauchsanweisung für den Leser	V
Danksagungen	VII
Kapitel 1 Was ist eigentlich Psychologie und wie beeinflusst die Steinzeit unser Verhalten?	1
Einladung zur Psychologie	3
Was ist Psychologie?	5
Eine kurze Geschichte der Erde und der Menschheit	5
Die Theorie der natürlichen Selektion von Charles Darwin	9
Grundlagen der modernen Evolutionspsychologie	13
Proximate versus ultimate Erklärungen	14
Die Vergangenheit erklärt die Gegenwart	15
Exkurs: Warum gibt es heute so wenige Kinder?	16
Warum Evolution nichts mit Moral zu tun hat	17
Ist Evolutionspsychologie nichts anderes als das Erzählen von Anekdoten?	18
Let's talk about Sex – zur Bedeutung sexueller Selektion	20
Sexuelle Selektion und Unterschiede zwischen Frauen und Männern	22
Evolutionspsychologie – Sackgasse oder Königsweg?	23
Die Entwicklung der Menschheit (Erich Kästner)	24
Kurz und gut	25
Studentenfutter	25
Kapitel 2 Wenn du denkst, du denkst ... Zur Psychologie von Kognitionen und Bewusstsein	27
Welche kognitiven Fähigkeiten unterscheiden den Menschen von anderen Spezies?	29
Sprache	30
Empathie	32
Phantasie	34
Von Schweizer Armeemessern: Modulare Intelligenz	35
Heuristiken und kluge Daumenregeln	37

Exkurs: Ein Beispiel für eine adaptive Heuristik – Einfädeln auf der Autobahn	39
Warum haben Menschen ein Bewusstsein?	40
Knifflige Fragen: Das Leib-Seele-Problem und die Frage der Willensfreiheit.	45
Das Leib-Seele-Problem und die Relevanz neurologischer Forschung	46
Gibt es einen freien Willen?	48
Ausblick	49
Kurz und gut	50
Studentenfutter	50
 Kapitel 3 Eine Frage des Gefühls – zur Psychologie von Emotion und Motivation	 51
Über das grundsätzliche Verhältnis von Motiven und Emotionen	53
Wie lassen sich verschiedene Emotionen unterscheiden?	55
Zur Subjektivität von Emotionen	56
Was wollen wir?	57
Nichtsoziale Motive	58
Soziale Motive	60
Intrinsische versus extrinsische Motivation	62
Explizite versus implizite Motive	64
Warum unser Motivsystem kein Dampfkochtopf ist	66
Anfangs wollt ich fast verzagen... Warum auch starke Gefühle nicht von Dauer sind	67
Warum Menschen keine Sonnenuhren sind	69
Kurz und gut	72
Studentenfutter	72
 Kapitel 4 Anlage versus Umwelt – wie viel menschliches Verhalten ist gelernt?	 73
Der Schneider von Ulm und die Verheißung der Tabula rasa	75
Behavioristische Lerntheorien	77
Pawlow und das Phänomen der klassischen Konditionierung	78
Die Theorie des instrumentellen Konditionierens	79
Exkurs: Angewandte Lernpsychologie – jedes Kind kann schlafen lernen . . .	82
Die sozial-kognitive Lerntheorie von Bandura	83
Zur Kritik am Behaviorismus	86
Zur Modularität der Lernfähigkeit	86

Die Stimulusabhängigkeit von Lernkurven	88
Warum einige Stimulus-Reaktionsverbindungen sehr schnell gelernt werden	89
Eine abschließende Würdigung des Behaviorismus	90
Der Kulturpessimismus der Evolutionspsychologie und der Abschied von den Utopien	92
Kurz und gut	93
Studentenfutter	94
 Kapitel 5 Eine kurze Einführung in die Wissenschaftstheorie	 95
Was ist eigentlich eine (gute) Theorie?	97
Deduktive und induktive Logik	101
Die Logik von deduktiven Beweisen	101
Induktive Logik und ihre Probleme	102
Sir Karl – die Wissenschaftstheorie von Karl Popper	104
Falsifikationismus	105
Hat Popper das Induktionsproblem wirklich gelöst?	107
Das Duhem-Quine-Problem	109
Was für eine gute Theorie irrelevant ist	112
Exkurs: Wissenschaftler und Künstler	114
Kurz und gut	116
Studentenfutter	117
 Kapitel 6 Psychologie als Wissenschaft	 119
Wissenschaftstheoretische Besonderheiten der Psychologie	121
Zur Messung latenter Konstrukte	122
Was sind psychologische Daten?	124
Selbstauskünfte (Befragungen)	124
Angaben von Informanten	125
Objektive Daten	126
Beobachtungsdaten	126
Zur Kombination verschiedener Datenquellen und Forschungsmethoden	129
Exkurs: Was ist ein Korrelationskoeffizient?	130
Korrelative versus experimentelle Forschung	132
Mögliche Interpretationen korrelativer Zusammenhänge	132
Die Logik und die Vorteile des Experiments	134
Grenzen des Experiments	136

Zur Replizierbarkeit psychologischer Studien	137
Kurz und gut	139
Studentenfutter	139

Kapitel 7 Offenbarung oder nur Einbildung – warum glauben Menschen an Gott? 141

Religion als Thema der Psychologie	143
Gibt es Gott?	144
Rationale Theologie	145
Offenbarungstheologie	146
Agnostizismus versus Atheismus	149
Zur psychologischen Erklärung von Religiosität	150
Ist Religiosität adaptiv?	150
Religion als evolutionäres Nebenprodukt	153
Der menschliche Geist als Kontingenzsuchmaschine	153
Bestätigungsfehler	155
Die Wahrnehmung übernatürlicher Agenten	156
Eigenschaften von Göttern	157
Die Bausteine religiöser Glaubenssysteme	159
Warum Menschen an eine unsterbliche Seele glauben	160
Religion, Wissenschaft und Aberglaube	161
Kurz und gut	162
Studentenfutter	163

Kapitel 8 Liegt alles in den Genen? Zur Psychologie der Persönlichkeit. 165

Was versteht man unter Persönlichkeit?	167
Die Big Five	168
Emotionale Stabilität (Neurotizismus)	170
Extraversion	171
Offenheit für Erfahrungen	172
Verträglichkeit	173
Gewissenhaftigkeit	173
Grenzen der Big Five	175
Intelligenz	175
Woher stammen Persönlichkeitsunterschiede zwischen Menschen?	179
Zur Logik der Verhaltensgenetik	179

Eine alternative Erklärung für den Einfluss der Gene auf unsere Persönlichkeit	182
Zur Interaktion von Anlage und Umwelt	184
Zum Zusammenhang von Persönlichkeit und Verhalten	185
Exkurs: Auf der Suche nach Spitzenleistungen	186
Kurz und gut	189
Studentenfutter	189
 Kapitel 9 Psychische Störungen – wenn die Seele krank ist	191
Verrückte, Spinner, Psychos. Was ist eine psychische Störung?	193
Beispiele psychischer Störungen	194
Abhängigkeitsstörungen	195
Affektive Störungen	195
Angst- und Zwangsstörungen	197
Posttraumatische Belastungsstörungen	198
Somatoforme Störungen	198
Essstörungen	199
Psychotische Störungen	200
Zur Häufigkeit psychischer Störungen	200
Sind Sie psychisch gesund? Ein Selbsttest mit vier Fragen	203
Exkurs: Freiwillig aus dem Leben scheiden?	205
Gemeinsamkeiten psychischer Störungen	206
Warum? Erklärungen psychischer Störungen	209
Psychische Störungen aus evolutionärer Perspektive	212
Die Mismatch-Hypothese	213
Psychische Störungen als übertriebene Adaptationen	214
Kurz und gut	216
Studentenfutter	216
 Kapitel 10 Können Männer wirklich nicht zuhören? Zur Psychologie der Geschlechterunterschiede	217
Bestseller in der Bahnhofsbuchhandlung	219
Worin unterscheiden sich Männer und Frauen?	220
Empathie und Fürsorglichkeit	221
Ehrgeiz und Kompetitivität	222
Selbstbewusstsein und Assertivität	224
Aggressivität und Gewalt	225

Risikobereitschaft	225
Mozart versus Jack the Ripper	225
Sozialkonstruktivistische Erklärungen für Geschlechterunterschiede	227
Evolutionspsychologische Erklärungen für Geschlechterunterschiede	229
Die bio-soziale Theorie von Eagly und Wood	229
Empirische Studien zur Überprüfung konkurrierender Theorien	231
Geschlechterunterschiede in der Furcht vor Kriminalität	231
Der Einfluss des Menstruationszyklus auf die weibliche Psyche	233
Partnerwahlpräferenzen und weibliche Teilhabe an der Macht	235
Warum die Wahrheit wie so oft in der Mitte liegt	237
Kurz und gut	239
Studentenfutter	239

Kapitel 11 Indianer und Chinesen – welchen Einfluss hat Kultur auf unser Verhalten? 241

Kultur unter der psychologischen Lupe	243
Wie lässt sich „Kultur“ definieren?	244
Eigenschaften von Kulturen	244
Zentrale Werte versus veränderbare Praktiken	245
Kulturen ändern sich nur langsam	246
Kulturen sind unhinterfragbare Wahrheiten	247
Gibt es so etwas wie universelle Werte?	248
Wie viel Einfluss hat Kultur auf das Verhalten von Menschen?	249
Kultur aus evolutionärer Perspektive	250
Wodurch lassen sich Kulturen unterscheiden?	252
Machtdistanz	253
Femininität versus Maskulinität	254
Unsicherheitsvermeidung	255
Individualismus versus Kollektivismus	256
Langzeit- versus Kurzzeitorientierung	259
Genussorientierung versus Zurückhaltung	261
Klima und Kultur	262
Dänen lügen nicht – finanzielle Ehrlichkeit und interpersonales Vertrauen	265
Zusammenfassung	267
Kurz und gut	268
Studentenfutter	268

Kapitel 12 Warum Logik oftmals nicht weiterhilft – normative versus deskriptive Entscheidungstheorie	269
Normative Entscheidungstheorie	271
Die Prospekt-Theorie	275
Die Gewichtung von Wahrscheinlichkeiten	276
Die Wertefunktion und die Bedeutung von Framingeffekten	277
Wie schätzen Menschen Wahrscheinlichkeiten?	279
Wissen Menschen eigentlich, was sie wollen?	282
Die Vorhersage zukünftiger Emotionen	282
Die Erinnerung an vergangene Ereignisse	283
Warum wir vom Leben nichts lernen können	286
Die Qual der Wahl	286
Warum normative Modelle nicht immer weiterhelfen	289
Hübsche Männer und Gebrauchtwagen: Sequentielle vs. simultane Entscheidungen	290
Interdependente Entscheidungen – Rationalität in einer irrationalen Welt	291
Zusammenfassung und Ausblick	293
Kurz und gut	293
Studentenfutter	294

Kapitel 13 Odysseus und die Sirenen – warum wir manchmal das Falsche tun, obwohl wir wissen, was das Richtige ist	295
Was ist ein Selbstkontrollproblem?	297
Selbstkontrolle als intertemporales Problem	301
Strategien zur Stärkung der eigenen Selbstkontrolle	303
Selbstkontrolle als Persönlichkeitsmerkmal	305
Selbstkontrolle und Lebenserfolg	305
Kleine Kinder und die Fähigkeit zum Belohnungsaufschub	306
Selbstkontrolle und Kriminalität – die Theorie von Gottfredson und Hirschi	308
Selbstkontrolle und sexuelle Gewalt	309
Selbstkontrolle und staatliche Intervention	312
Selbstkontrolle aus evolutionärer Perspektive	314
Selbstkontrolle und die Frage nach dem Selbst	315
Kurz und gut	316
Studentenfutter	317

Kapitel 14 Is there anybody out there?

Wie Menschen ihre soziale Umwelt sehen	319
Grundlegende Perspektiven sozialer Wahrnehmung	321
Naiver Realismus und Egozentrismus	321
Konstruktivismus versus evolutionäre Erkenntnistheorie	325
Erkennen versus Durchwurschteln – wie Menschen ihren Alltag bestehen . .	328
Exkurs: Wie ökonomische Laien die Wirtschaft sehen	330
Wahrnehmung und Erwartung	333
Warum hat der das getan? Zur Psychologie von Attributionen	335
Internale versus externale Attributionen	336
Selbstwertdienliche Attributionen	340
Kurz und gut	340
Studentenfutter	341

Kapitel 15 Is there anybody in there?

Warum es so schwer ist, sich selbst zu erkennen	343
Wer bin ich?	345
Selbsterkenntnis: Wollen wir das überhaupt?	347
Das Erkennen eigener Fähigkeiten und Defizite	348
Warum erkennen inkompetente Menschen ihre Unfähigkeit nicht?	350
Warum unterschätzen kompetente Menschen ihre Fähigkeiten?	351
Warum lernen Menschen nicht aus ihren Erfahrungen?	351
Der Better-than-Average-Effekt	353
Der Kern unseres Selbst	354
Unser Leben als Geschichte	354
Bewusstes versus unbewusstes Selbst	357
Wie gelangen wir zu besserer Selbsterkenntnis?	358
Introspektion	358
Feedback durch andere	360
Beobachtung unseres eigenen Verhaltens und Schluss auf unsere Motive . .	362
Systematische Variation unserer eigenen Umwelt	363
Lohnt sich Selbsterkenntnis?	364
Kurz und gut	366
Studentenfutter	367

Kapitel 16 Das komplexe Verhältnis von Einstellungen und Verhalten – nur wer sich ändert, bleibt sich treu	369
Was sind Einstellungen?	371
Warum man aus Einstellungen nicht auf Verhalten schließen kann	373
Die Theorie des geplanten Verhaltens	374
Multideterminiertheit von Handlungen	375
Spezifische versus abstrakte Einstellungen	375
Elaboriertheit von Einstellungen und die Rolle eigener Erfahrungen	377
Viele Einstellungen sind unbewusst	377
Moralische Einstellungen	379
Grundlegende Aussagen der Dissonanztheorie	382
Wann tritt Dissonanz auf?	383
Schlussfolgerungen aus der Dissonanztheorie	385
Rechtfertigung des Aufwands	386
Dissonanztheorie und die Moralität unseres Verhaltens	387
Commitment und Dissonanz	390
Das Leben ist nicht konsequent	391
Kurz und gut	392
Studentenfutter	393
 Kapitel 17 Von Kölnern und Düsseldorfern – über Stereotype, Vorurteile und soziale Identitäten	 395
Wir und die anderen	397
Die motivationale Perspektive	400
Theorie der sozialen Identität	400
Terror-Management-Theorie	402
Die ökonomische Perspektive	405
Das Ferienlagerexperiment von Sherif et al.	405
Rationale Diskriminierung auf Arbeitsmärkten	407
Die kognitive Perspektive	408
Die evolutionäre Perspektive	412
Zum Umgang mit Stereotypen und Vorurteilen	414
Stereotype als Informationen über das eigene Selbst	414
Attributionale Ambiguität	415
Bedrohung durch Stereotype	416
Kurz und gut	418

Studentenfutter	418
---------------------------	-----

Kapitel 18 Die Furcht vor dem Alleinsein oder „Die Hölle, das sind die anderen“. Warum sind Menschen soziale Wesen? 419

Der Mensch – ein Herdentier	421
Das Bedürfnis nach Zugehörigkeit	422
Ostrazismus	424
Konformität	425
Reziprozität	428
Soziale Dilemmata	430
Die Psychologie des Vertrauens	433
Zusammenfassung	437
Kurz und gut	438
Studentenfutter	438

Kapitel 19 Von Vätern und Metzgern: Wie soziale Rollen, soziale Normen und sozialer Status unser Handeln bestimmen 439

Sozial normal – Was sind soziale Normen?	441
Injunktive versus deskriptive Normen	442
Warum befolgen Menschen eigentlich soziale Normen?	444
Herkunft und Veränderung sozialer Normen	448
Soziale Rollen und wie sie uns beeinflussen	450
Verschiedene Konzeptionen sozialer Rollen	450
Das Stanford-Gefangenenexperiment	452
Rollenkonflikte	453
Rollen als Be- und Entlastung	454
Sozialer Status	455
Status, Macht und sozialer Einfluss	456
Konsequenzen des sozialen Status	456
Zusammenfassung	457
Kurz und gut	458
Studentenfutter	458

Kapitel 20 Dr. Jekyll und Mr. Hyde – zur Psychologie von Gut und Böse	459
Warum sind Menschen aggressiv?	462
Warum Professoren sich so selten prügeln	465
Aggression als kontingentes Verhalten	466
Das Märchen von den „edlen Wilden“	467
Frauen, Männer und Gewalt	467
Altruismus versus Eigennutz	469
Theorien zur Erklärung (scheinbar) altruistischen Verhaltens	471
Das Diktatorspiel	473
Das Commitment-Modell von Frank	474
Zur Psychologie von Fairness und Gerechtigkeit	475
Distributive Gerechtigkeit	475
Prozedurale Gerechtigkeit	477
Das Leben als Fußballspiel	478
Der Mensch zwischen Moralität und Scheinheiligkeit	479
Zusammenfassung	481
Kurz und gut	482
Studentenfutter	482
 Literaturverzeichnis	 483
 Quellenverzeichnis	 525
 Sachverzeichnis	 531