

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
<i>1. Ein psychologischer Zugang zur Wissenschaft</i>	
Die Psychologie der Wissenschaftler	32
Die Motive der Wissenschaftler	32
Die synergische Natur der Rationalität und des Antriebs	33
Die pluralistische Natur der Wissenschaft	34
Einige Folgerungen aus dem psychologischen Zugang zur Wissenschaft	37
Die Untersuchung des Wissenschaftlers	37
Wissenschaft und menschliche Werte	37
Werte verstehen	38
Menschliche und nichtmenschliche Gesetze	39
Die Soziologie der Wissenschaft	40
Die verschiedenen Verfahren, Wirklichkeit zu erkennen	41
Die Psychopathologie und der Wissenschaftler	43
<i>2. Konzentration auf Probleme vs. Konzentration auf die Mittel in der Wissenschaft</i>	
Überbetonung der Technik	45
Die Konzentration auf Mittel und die wissenschaftliche Orthodoxie	50
Die Gefahren der wissenschaftlichen Orthodoxie	50
<i>3. Vorwort zur Motivationstheorie</i>	
Der einzelne als ein integriertes Ganzes	55
Hunger als Paradigma	56

Mittel und Zwecke	58
Verlangen und Kultur	59
Multiple Motivationen	60
Motivierende Zustände	61
Beziehungen von Motivationen	61
Triebkatalog	62
Klassifikation des Motivationslebens	64
Motivation und Ergebnisse aus der Verhaltensforschung an Tieren	65
Umwelt	67
Integration	68
Nichtmotiviertes Verhalten	69
Möglichkeit von Erlangung	70
Realitätseinfluß	71
Wissen über gesunde Motivation	73

4. Eine Theorie der menschlichen Motivation

Einführung	74
Die grundlegenden Bedürfnisse	74
Die physiologischen Bedürfnisse 74	
Die Sicherheitsbedürfnisse	79
Die Bedürfnisse nach Zugehörigkeit und Liebe 85	
Die Bedürfnisse nach Achtung 87	
Die Bedürfnisse nach Selbstverwirklichung 88	
Die Voraussetzungen für die Befriedigung von Grundbedürfnissen 89	
Das Verlangen nach Wissen und Verstehen 91	
Die ästhetischen Bedürfnisse 95	

Weitere Charakteristika der Grundbedürfnisse	95
Der Stabilitätsgrad der Hierarchie der Grundbedürfnisse	95
Grade relativer Befriedigung 98	
Der unbewußte Charakter der Bedürfnisse 99	
Die Kulturabhängigkeit der Bedürfnisse 99	
Multiple Motivationen von Verhaltensweisen 100	
Multiple Determinanten des Verhaltens 101	
Mittelpunkt Mensch oder Tier 102	
Motivation und die Theorie der Psychopathogenese 102	
Die Rolle der befriedigten Bedürfnisse 103	
Funktionale Autonomie 104	

*5. Die Rolle der Grundbedürfnis-Befriedigung
in der psychologischen Theorie*

Einige allgemeine Folgen der Bedürfnissättigung	107
Lernen und Grundbedürfnisbefriedigung	110
Bedürfnisbefriedigung und Charakterformung	112
Der Begriff der Befriedigungsgesundheit	116
Andere Phänomene, die zum Teil von der Bedürfnisbefriedigung determiniert sind	118
Psychotherapie 119	
Haltungen, Interesse, Geschmacksbildung und Werte 119	
Klassifikation der Persönlichkeit 119	
Langeweile und Interesse 120	
Glück, Freude, Zufriedenheit, Begeisterung, Ekstase 120	
Soziale Effekte 120	
Frustrationsniveau 121	
Das Auftauchen von Spaß, angenehmer Ziellosigkeit, von sorglosem und zufälligem Verhalten 121	
Pathologie durch Befriedigung	122
Die funktionale Autonomie der höheren Bedürfnisse	124
Einige zum großen Teil von der Befriedigung der Grundbedürfnisse bedingte Phänomene	124
A. Konative Affekte 124	

B. Kognitive	125
C. Charakterzüge	126
D. Zwischenmenschliche	127
E. Verschiedenes	127

6. Die instinktoide Natur der Grundbedürfnisse

Überprüfung der Triebtheorie	129
Gründe für die Überprüfung der Triebtheorie	129
Fehler der Triebtheorie	132
Die Grundbedürfnisse, als instinktoid betrachtet	142

7. Höhere und niedrigere Bedürfnisse

Unterschiede zwischen höheren und niedrigeren Bedürfnissen	153
Einige Konsequenzen dieser Unterscheidung	157

8. Psychopathogenese und die Theorie der Bedrohung

Entbehrung, Frustration und Bedrohung	163
Konflikt und Bedrohung	166
Reine Wahl	166
Wahl zwischen zwei Wegen zum selben (vitalen, grundlegenden) Ziel	167
Bedrohliche Konflikte	167
Katastrophaler Konflikt	167
Konflikt und Bedrohung	168
Die Natur der Bedrohung	169
Der Begriff der Bedrohung in den Tierexperimenten	172
Bedrohung in der Lebensgeschichte	175
Bedrohung als Hindernis der Selbstverwirklichung	175
Krankheit als einheitliches Phänomen	176

9. Ist Destruktivität instinktoid?

Tierergebnisse	178
Beobachtungen an Kindern	182

Anthropologische Ergebnisse	186
Einige theoretische Erwägungen	187
Klinische Erfahrung	190
Material aus der Endokrinologie, Genetik usw.	190

10. Die expressive Komponente des Verhaltens

Bewältigung und Ausdruck	195
Innere und äußere Determinanten	198
Beziehung zum Lernen	199
Die Möglichkeit von Kontrolle	199
Wirkungen auf die Umwelt	201
Mittel und Zweck	202
Bewältigung und Bewußtsein	202
Befreiung und Katharsis. Die unvollendete Handlung.	
Geheimnisse bewahren	203
Wiederholungsphänomene. Andauernd erfolgloses Bewältigen.	
Entgiftung	204
Die Definition der Neurose	207
Katastrophaler Zusammenbruch. Hoffnungslosigkeit	208
Psychosomatische Symptome	210
Freie Assoziation als Ausdruck	212

11. Selbstverwirklichende Menschen: eine Untersuchung psychologischer Gesundheit

Persönliches Vorwort	216
Subjekte und Methoden	217
Sammeln und Präsentation der Ergebnisse	220
Bessere Wahrnehmung der Realität und bequemere Beziehungen zu ihr	
	221

Akzeptierung (sich selbst, andere, die Natur)	224
Spontaneität, Einfachheit, Natürlichkeit	226
Problemeinstellung	229
Die Eigenschaft der Objektivität	
Das Bedürfnis nach Privatheit	231
Autonomie. Unabhängigkeit von Kultur und Umwelt.	
Wille. Aktiv Handelnde	233
Unverbrauchte Wertschätzung	235
Die mystische Erfahrung, die Grenzerfahrung	236
Gemeinschaftsgefühl	238
Interpersonelle Beziehungen	239
Die demokratische Charakterstruktur	240
Unterscheidung zwischen Mittel und Zweck, Gut und Böse . . .	242
Philosophischer, nicht feindseliger Sinn für Humor	243
Kreativität SV	244
Widerstand gegen die Anpassung.	
Die Transzendenz jeder besonderen Kultur	246
Die Unvollkommenheiten der selbstverwirklichenden	
Menschen	250
Werte und Selbstverwirklichung	252
Die Auflösung von Dichotomien in der Selbstverwirklichung . .	255

12. Liebe bei selbstverwirklichenden Menschen

Eine vorläufige Beschreibung einiger Merkmale der Liebe zwischen den Geschlechtern	259
Das Fallenlassen der Verteidigungshaltungen in selbstverwirklichenden Liebesbeziehungen	261

Die Fähigkeit zu lieben und geliebt zu werden	264
Sexualität in der selbstverwirklichenden Liebe	265
Pflege, Verantwortlichkeit, die Zusammenlegung der Bedürfnisse	273
Spaß und Fröhlichkeit in der gesunden Liebesbeziehung	275
Akzeptierung der Individualität des andern.	
Respekt für den andern	276
Liebe als Zielerfahrung, Bewunderung, Staunen, Ehrfurcht . . .	278
Distanz und Individualität	281
Der bessere Geschmack und die größere Wahrnehmungsfähigkeit gesunder Liebender	282

13. Erkenntnis des Individuellen und der Gattung

Einleitung	286
Katalogisieren in der Aufmerksamkeit	288
Katalogisieren in der Wahrnehmung	293
Katalogisieren beim Lernen	297
Katalogisieren im Denken	305
Stereotype Probleme 306	
Stereotype Techniken 307	
Stereotype Schlußfolgerungen 308	
Stereotypisieren und nichtholistisches Theoretisieren	314
Sprache und Benennung	316

14. Unmotivierte und zwecklose Reaktionen

Beispiele relativ unmotivierter Reaktionen	325
Kunst	325

Wertschätzung, Genuß, Staunen, Eifer, Kennerschaft, Zielerfahrung	328
Stil und Geschmack	329
Spiel	331
Ideologie, Philosophie, Theologie, Erkenntnis	331

15. Psychotherapie, Gesundheit und Motivation

Einige Phänomene, die die Annahme unterstützen, daß Psychotherapie und persönliches Wachsen durch Bedürfnisbefriedigung via zwischenmenschliche Beziehungen erfolgt	336
Psychotherapie als gute menschliche Beziehung	342
Gute menschliche Beziehungen als psychotherapeutische Beziehungen	349
Psychotherapie und gute Gesellschaft	351
Die Rolle der Ausbildung und der Theorie in der modernen Psychotherapie	356
Selbsttherapie, kognitive Therapie	361
Gruppentherapie: «Persönliches-Wachstum»-Gruppen	362

16. Normalität, Gesundheit und Wert

Definition der Normalität	365
Neue Konzepte der Normalität	368
Unterschiede zwischen neueren und älteren Konzepten	371
Die innere Natur des Menschen	375
Definition guter Beziehungen	378
Eine psychologische Utopie	380

Umwelt und Persönlichkeit	381
Die Natur der Normalität	382

*Appendix A. Probleme, die von einem positiven Vorgehen
der Psychologie gegenüber verursacht werden*

Lernen	384
Wahrnehmung	385
Emotionen	386
Motivation	387
Intelligenz	389
Erkenntnis und Denken	390
Klinische Psychologie	391
Tierpsychologie	393
Sozialpsychologie	394
Persönlichkeit	398

*Appendix B. Ganzheitsdynamik, organismische Theorie,
Syndromdynamik*

Die Natur der psychologischen Beobachtungsergebnisse und Methoden	401
Die grundlegende Gegebenheit der Psychologie	401
Die holistisch-analytische Methode	402
Der holistisch-dynamische Standpunkt	406
Definition des Syndrombegriffs	411
Merkmale von Persönlichkeitssyndromen (Dynamik der Syndrome)	417
	473

Austauschbarkeit	417
Zirkulare Determinierung	418
Die Tendenz des gutorganisierten Syndroms, sich nach der Änderung wiederherzustellen	420
Die Tendenz des Syndroms, sich als Ganzes zu ändern	421
Die Tendenz zu innerer Konsistenz	423
Die Tendenz zur extremen Position des Syndromniveaus	424
Die Tendenz des Syndroms, sich unter äußerem Druck zu ändern	425
Syndromvariable	426
Die kulturelle Determinierung des Syndromausdrucks	426
Die Organisation des Persönlichkeitssyndroms	427
Grade der Vergrößerung	429
Der Begriff der Syndromkonzentration	431
Das Ausmaß der Interreliertheit innerhalb des Organismus	433
Beziehungen zwischen den Syndromen	434
Die Persönlichkeitssyndrome und Verhalten	436
Logischer und mathematischer Ausdruck der Syndromgegebenheiten	439
Bibliographie	445