
LAB - Psychologie

Methoden

Schulen der Psychologie

Quiz: welche Methoden werden in der wissenschaftlichen Psychologie angewendet?

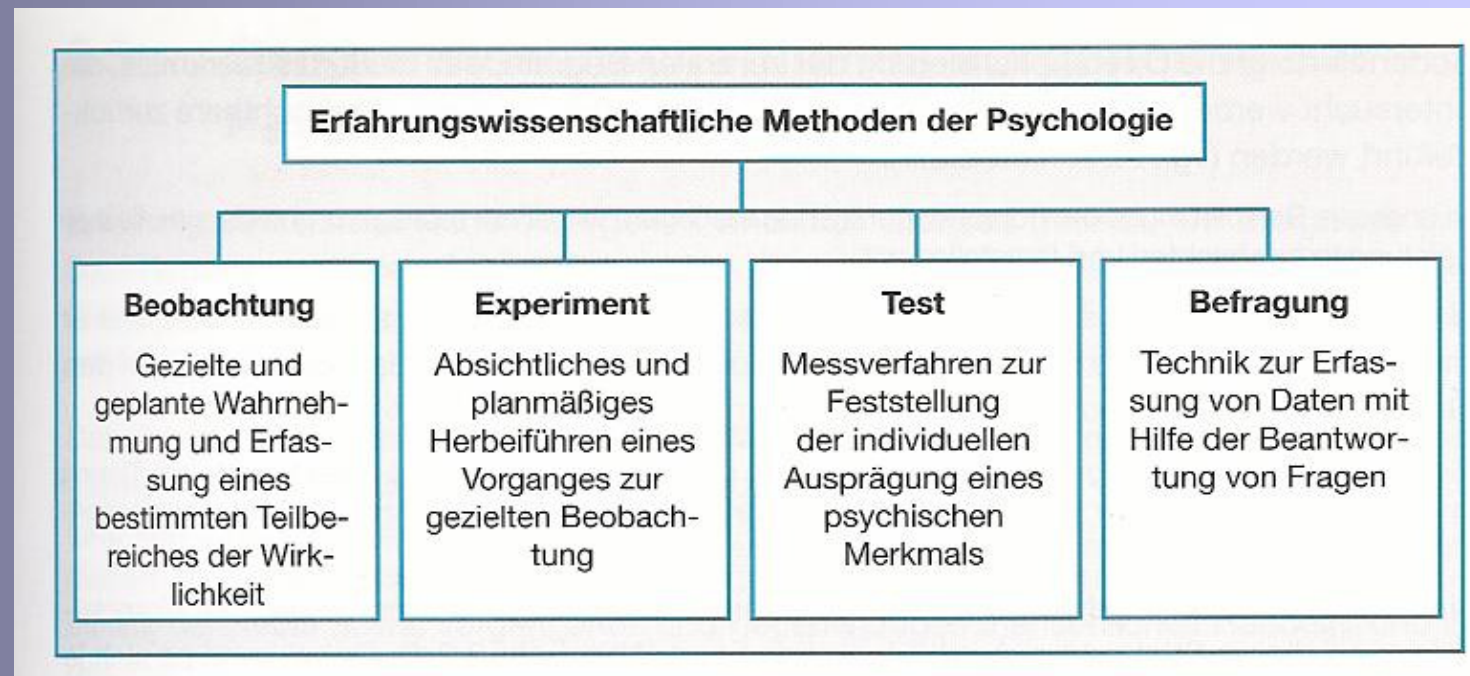


1. Tabletten
2. Phänomenologie
3. Biologie
4. Experiment
5. Süßigkeiten
6. Test
7. Befragung
8. Hermeneutik
9. Mechanik
10. Dialektik
11. Beobachtung
12. Personenbeschreibung

**7 Nennungen
möglich!**

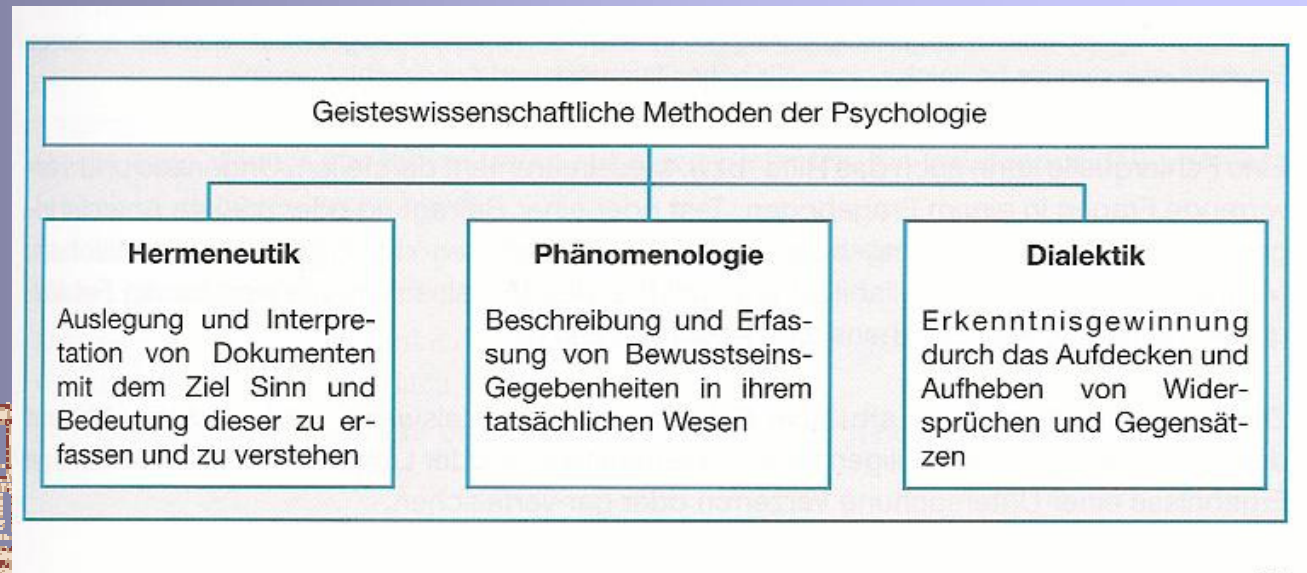
Lösung die 1.:

Erfahrungswissenschaftliche Methoden



Lösung die 2.:

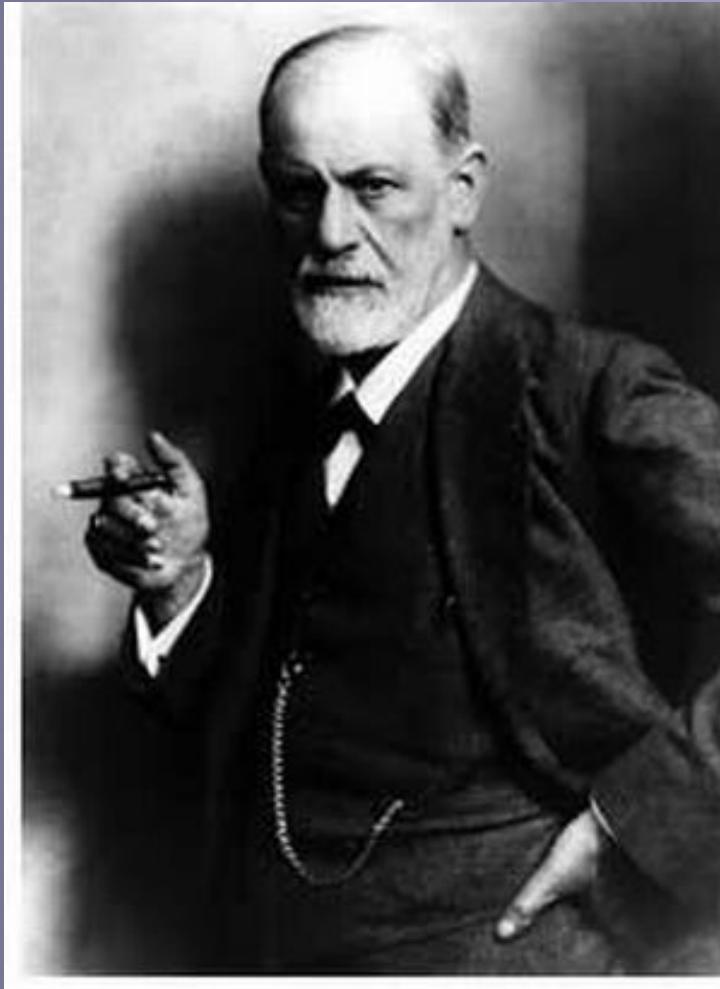
Geisteswissenschaftliche Methoden



Relevante psychologische Arbeitsfelder für die erzieherische Praxis

- Erziehungsberatung
- Eheberatung
- Familientherapie
- Psychotherapeutische Praxis
- Organisationspsychologie
- Kinderzentrum
- Schulpsychologe
- Psychiater

Schulen der Psychologie I

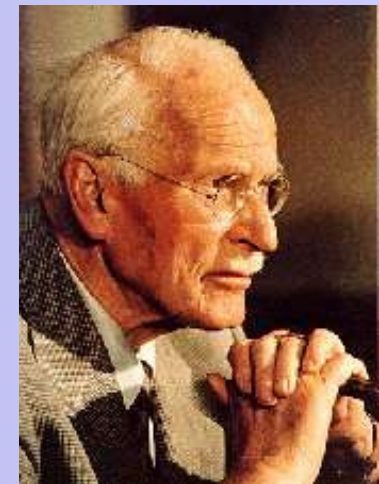


Tiefenpsychologie

Sigmund Freud
1856-1939



Alfred Adler 1870-1937



Carl Gustav Jung 1875-1961

Tiefenpsychologie I

Wenn man einem 'Nägelkauer' sagt, er solle aufhören, tut er dies vielleicht für einen Moment - und beginnt dann doch einige Augenblicke später erneut.

Macht man ihn auf diese Tatsache aufmerksam, schreckt er vielleicht zusammen: ihm war es völlig **unbewusst**, dass er die Finger schon wieder in den Mund geführt hat.

Diese Handlungen, wie viele andere auch, laufen hinter dem Rücken der Beteiligten und von diesen unbemerkt ab und das ändert sich auch nur wenig, wenn man sie gelegentlich thematisiert.

Tiefenpsychologie II

Freud hat daraus die Erkenntnis abgeleitet, dass der ***Mensch nicht Herr im eigenen Hause ist*** - oder genauer: dass das Bewusstsein nicht die einzige Instanz in uns ist. Daneben gibt es viele Programme und Informationen, die uns, wie er sagt '***unbewusst***' sind.

Informationstheoretisch kann dies auch positiv und damit weniger provokativ ausgedrückt werden: der Mensch ist nicht nur ein einfaches kompaktes informationsverarbeitendes System mit ***einem Wahrnehmungsorgan, einem Speicher und einem internen Prozessor***, sondern er besteht aus ***mehreren*** solcher Systeme.

Tiefenpsychologie III

Über-Ich

macht die soziale Seite unseres Wesens aus. Es entsteht als Übernahme sozialer Normen - meist nicht bewusste **Kontrollebene**

Ich

das, was wir uns unter unserem biographisch gewordenen **Bewusstsein** vorstellen. Es ist durch sprachliche Interaktion gewachsen und drückt sich in Sprache aus. **Alltagsfunktionen**

Es

triebhafter, affektive Seite unseres Wesens. Es besteht aus den gattungsgeschichtlich älteren Teile unseres Nervensystems und steuert unsere Bewegungen und grundlegenden Emotionen. **Unbewusste Antriebe**

Tiefenpsychologie IV

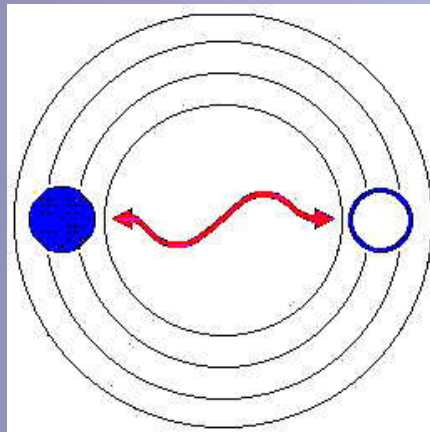
Die 10 Abwehr - Mechanismen:

- 1 Verdrängung (wegdrängen in das Unbewusste)
- 2 Regression (Rückzug auf eine frühere Entwicklungsstufe)
- 3 Reaktionsbildung (Angstbesetzte Wünsche werden dadurch vermieden, dass sie quasi in ihr Gegenteil verkehrt werden)
- 4 Kompensation (Schwäche wird durch Überbetonung eines erwünschten Charakterzuges verhüllt)
- 5 Ungeschehenmachen (Sühneverlangen für unmoralische Wünsche und Handlungen, um diese damit aufzuheben)
- 6 Projektion (Übertragung von eigenen Schwächen auf andere)
- 7 Introjektion (Einverleibung äußerer Wertorientierungen in die Ich-Struktur)
- 8 Wendung gegen die eigene Person
- 9 Sublimierung (sexuelle Triebe werden durch Ersatzhandlungen kompensiert)
- 10 Verschiebung des Triebziels (auf weniger gefährliche)

Abwehrmechanismen sind unbewusste Mechanismen, mit denen sich das Ich gegen Unlust und Angst verteidigt und die eigene Stabilität befestigen will

Tiefenpsychologie V

C.G. Jung: Analytische Psychologie



- Zu **jedem Inhalt** der Seele gibt es ein **Gegenstück** (Schatten); Ziel ist es, auch die verdrängten Schatten zu integrieren (Animus, Anima)
- **Verdrängte Schatten** finden den **kulturgeschichtlichen** Ausdruck in: Geistern, Dämonen, Kobolden, Fabelwesen, Heinzelmännchen und Teufelchen
- **Individuation**: derjenige werden, der man wirklich ist => **Ganzwerdung**

Tiefenpsychologie VI

Alfred Adler: Individualpsychologie

Freud verstand das Verhalten des Menschen vorwiegend als *Wirkung* frühkindlicher Erfahrungen, und die meisten *Verhaltenspsychologen* (Behavioristen) betrachteten alle Äußerungen des Menschen als *Reaktionen* auf vorausgehende *Reize*. (**Ursachen**)

Adler setzte hier mit seiner Kritik ein: Er wies darauf hin, dass alles Lebendige einem Ziel bzw. Zweck entgegenstrebt und dass menschliches Verhalten in seinem Wesen nur verstehbar ist, wenn man es **als ziel- und zweckgerichtet** betrachtet.

Die Beweggründe für unser Verhalten liegen somit nicht einfach in der Vergangenheit, sondern wesentlich in der Zukunft.

Adler war überzeugt: Wer einen Menschen oder eine einzelne Verhaltensweise eines Menschen verstehen will, muss nach dessen **Zielen und Zwecken** forschen.

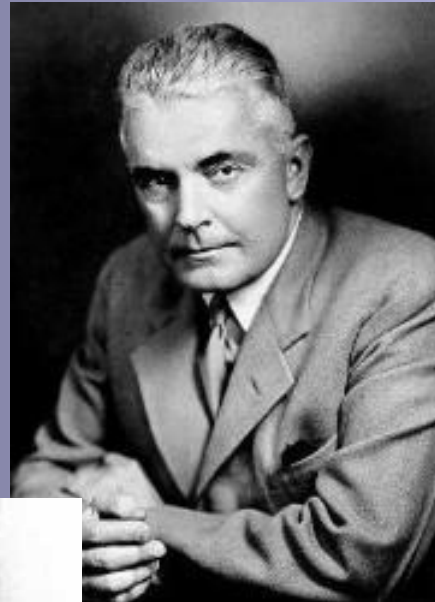
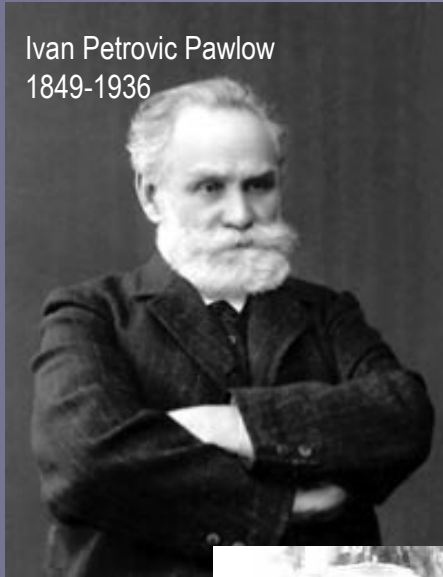
Tiefenpsychologie VI

Aggression: Entstehung – Abbau

- Entstehung/Ursache: Trieb
- Abbau: Katharsis => Abreagieren
(Überdruck ablassen durch
Schreien, Holzhacken...)

Schulen der Psychologie II

Ivan Petrovic Pawlow
1849-1936



John Broadus Watson
1878-1956

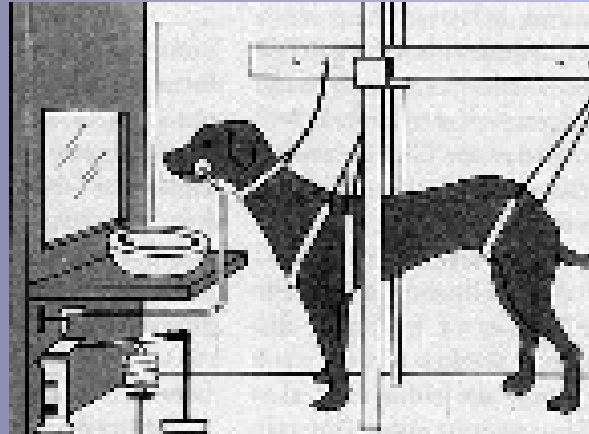


Burrhus Frederic Skinner
1904-1989

Behaviorismus

John B. Watson
1878-1958

Behaviorismus I



Experiment des Ivan P. Pawlow - Wie der Speichelfluss mit dem Klingeln kam...

1. Pawlow klingelt mit einer Glocke, es gibt sofort danach Futter, Speichel fließt
2. es folgen mehrere Wiederholungen ...
3. Pawlow klingelt nur mit einer Glocke, Speichel fließt, ohne dass Futter dargeboten wird

Behaviorismus I I

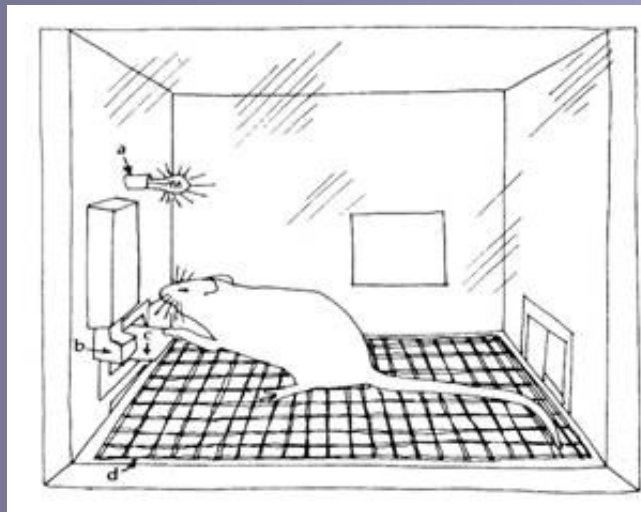
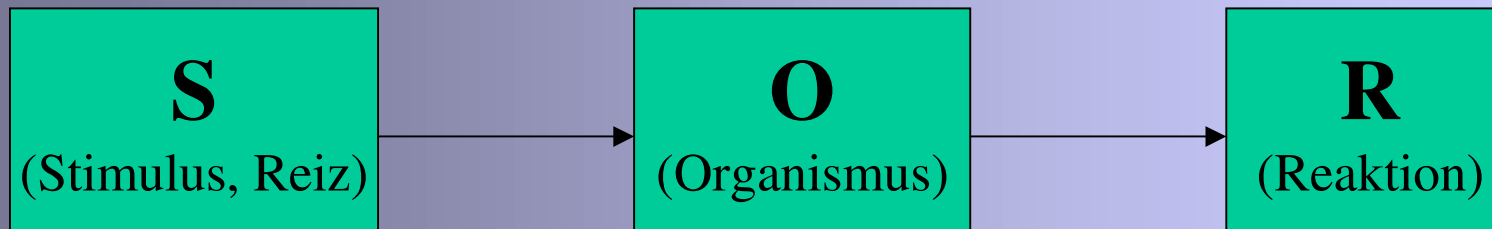


Psychologie wird als *Zweig der strengen Naturwissenschaften* gesehen.

Nur das *äußerlich sicht- und messbare Verhalten* wird als legitimer Gegenstandsbereich der Psychologie gesehen.

Gefühl und Erleben sind damit aus dem Gebiet der Psychologie *ausgeklammert*.

Behaviorismus III



Skinner-Box

Operantes Konditionieren

Das Testtier drückt nach dem Aufleuchten eines Lämpchens oder nach einem akustischen Signal den Hebel.

Schlussfolgerung:

alles Verhalten ist gelernt!

Lernen erfolgt nach dem Reiz-Reaktionsmuster, z.B. durch Belohnung/Strafe

Behaviorismus IV

Aggression: Entstehung – Abbau

- Entstehung/Ursache: Lernen durch Belohnung, Erfolg, Modell etc.
- Abbau: Verlernen durch Belohnung/Strafe

Schulen der Psychologie III



Abraham Maslow 1908-1970



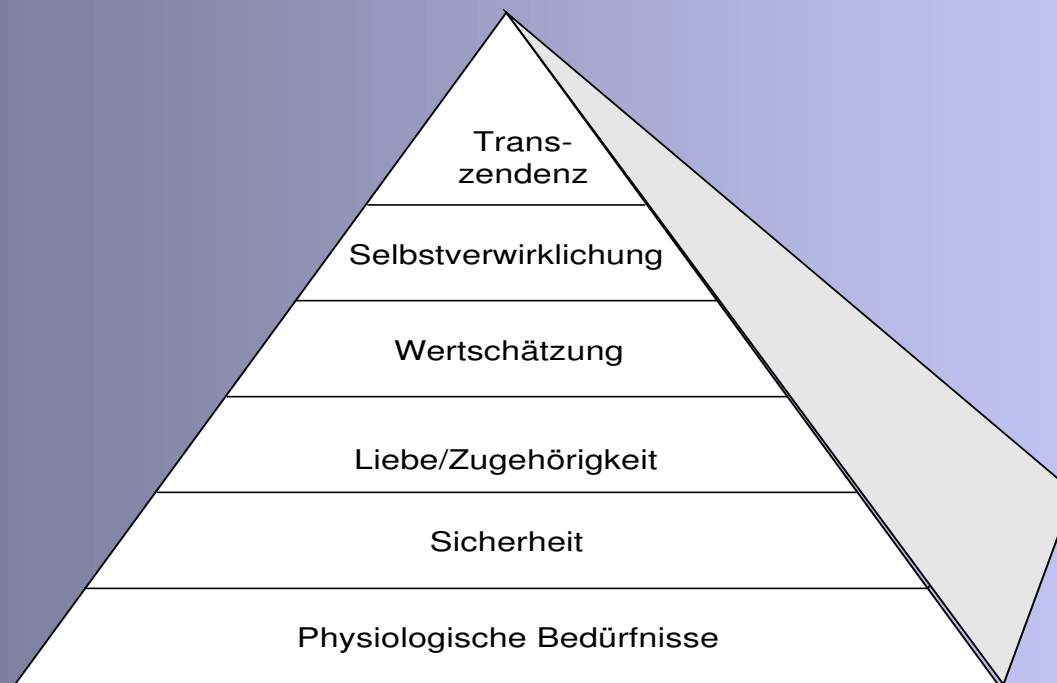
Carl Rogers 1902-1987

Humanistische
Psychologie

Abraham Maslow

Carl Rogers

Humanistische Psychologie I



Bedürfnispyramide nach Abraham Maslow

Humanistische Psychologie II

Carl Rogers

Es geht in der Therapie darum, dem Menschen, der Hilfe sucht, zu helfen seine **Probleme selbst zu lösen**.

Der Mensch soll **Architekt seines Schicksals** sein.

Der Therapeut vermeidet es, Ratschläge zu geben.

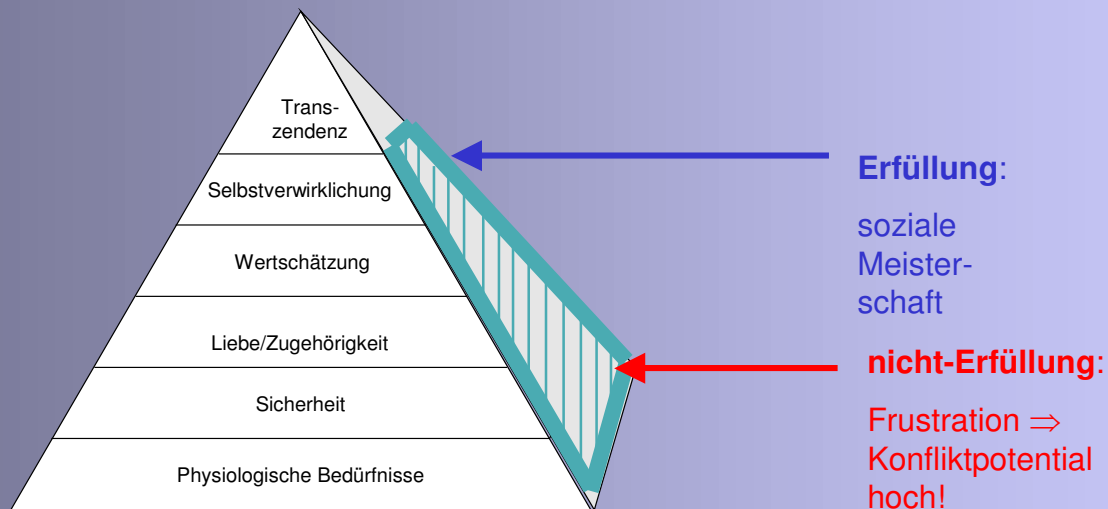
Seine Aufgabe besteht in der Hauptsache darin, in einer **entspannten Atmosphäre den Klient zu ermutigen**, über seine Probleme ins Gespräch zu kommen. Dabei ist vor allem **Offenheit und Authentizität** zum Gegenüber von maßgeblicher Bedeutung für den Erfolg.

In der klientenzentrierten Gesprächspsychotherapie soll erzielt werden, dass der **Mensch sich verstanden fühlt** und aus diesem Gefühl heraus, **Veränderungen** seines Leben stattfinden.

Humanistische Psychologie III

Aggression: Entstehung – Abbau

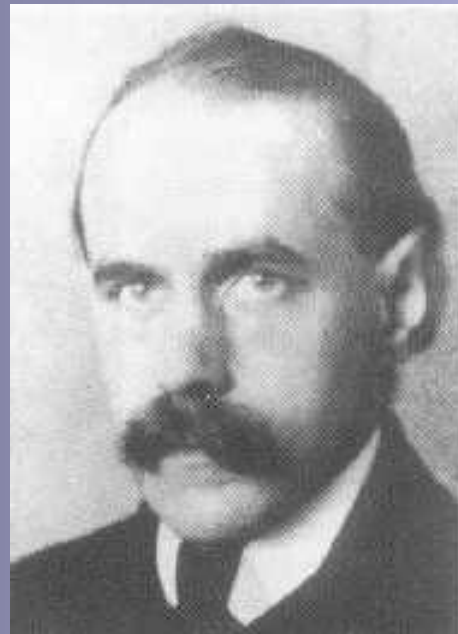
- Entstehung/Ursache: durch nicht erfüllte Bedürfnisse, Frustration
- Abbau: Bedürfniserfüllung
Selbstveränderung/Selbstverwirklichung



Schulen der Psychologie IV



Felix Krueger 1874-1948



Max Wertheimer 1880-1943

**Ganzheitspsychologie
Gestaltpsychologie**

Felix Krueger
Max Wertheimer

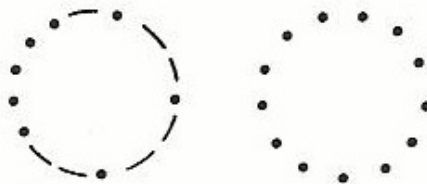
Ganzheitspsychologie

Gestaltpsychologie

Gestalt bezeichnet die Tendenz, Objekte als geordnete und sinnvolle Ganzheiten zu erfassen.

Die Qualität der Ganzheit bleibt auch dann erhalten, wenn die Einzelteile ausgetauscht werden, solange die **Struktur**, das ist die Beziehung zwischen den Teilen, erhalten bleibt.

So können aus einzelnen Punkten durchaus auch beispielsweise Striche gemacht werden, die Gestalt bleibt ein Kreis, weil die Beziehung zwischen den Teilen, die Struktur, erhalten bleibt.

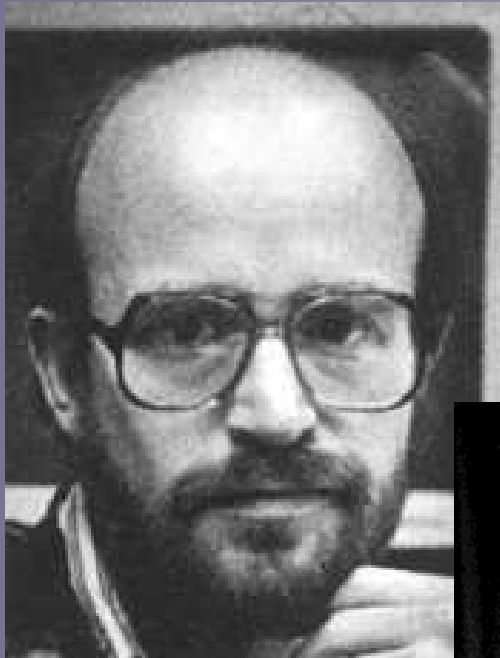


Mensch ordnet alles zu einer guten Gestalt

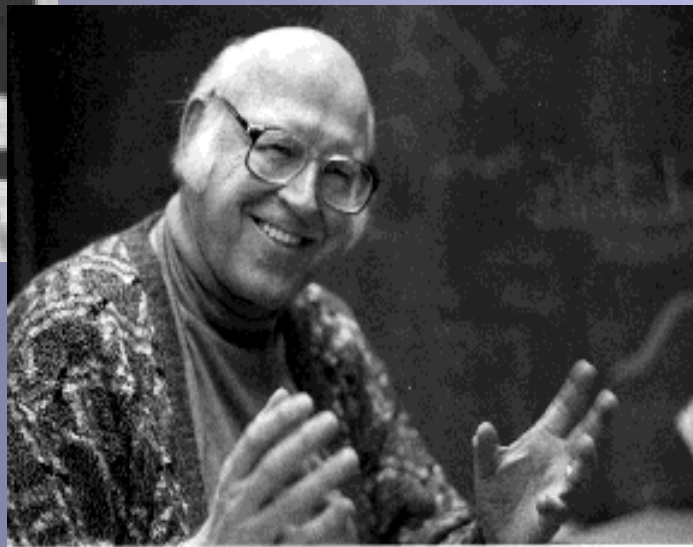
Ist das Wahrnehmungsfeld geordnet und überschaubar, dann spricht man von einer *guten Gestalt*; eine *schlechte Gestalt* liegt dann vor, wenn das Wahrnehmungsfeld ungeordnet ist und die einzelnen Teile in keinem sinnvollen Bezug zueinander stehen.

So bildet beispielsweise das Wort *Schule* eine gute Gestalt, *Jescuh* dagegen erscheint uns ungeordnet und bildet eine schlechte Gestalt.

Schulen der Psychologie V



John R. Anderson *1947

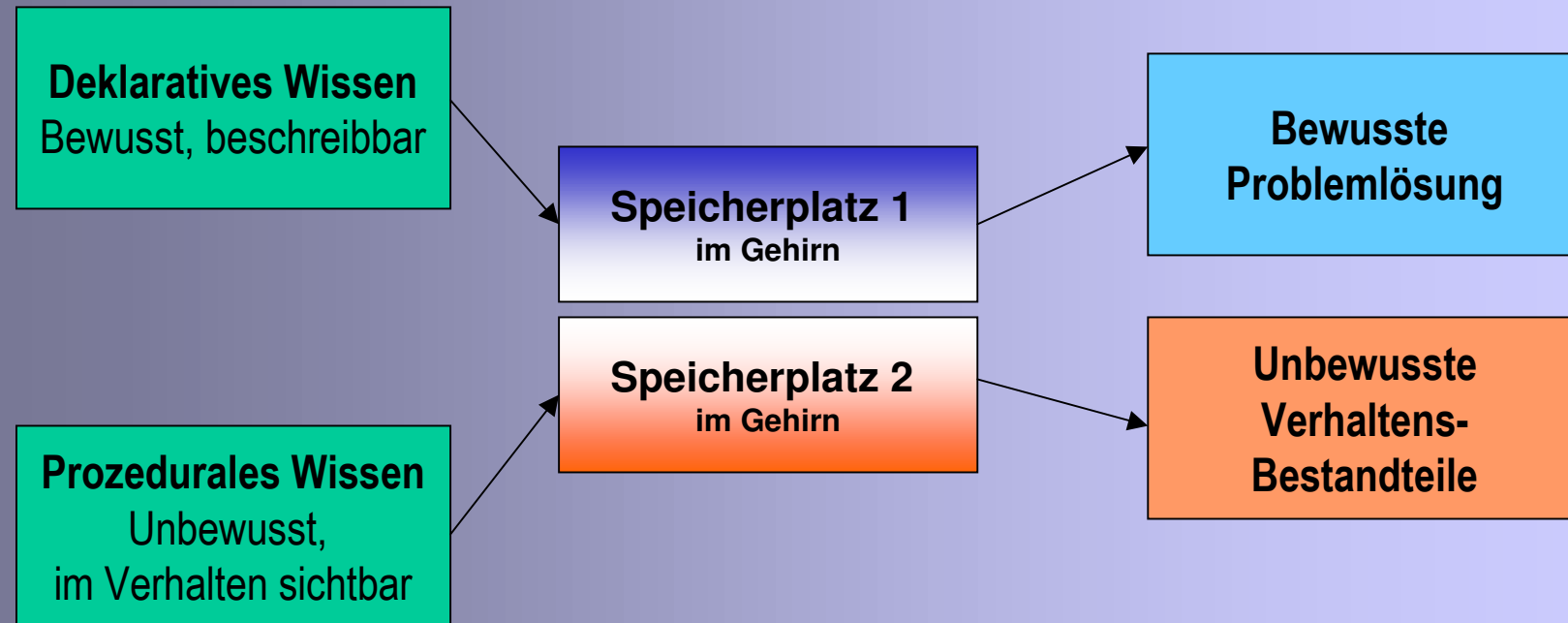


Allen Nevell 1926-1992

Kognitive Psychologie

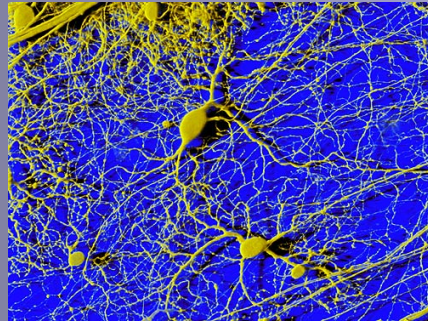
John R. Anderson
Allen Nevell

Kognitive Psychologie I



Kognitive Psychologie II

Die Neuronale Struktur des Gehirns Menschen hat entscheidenden Einfluss auf die Informationsverarbeitung



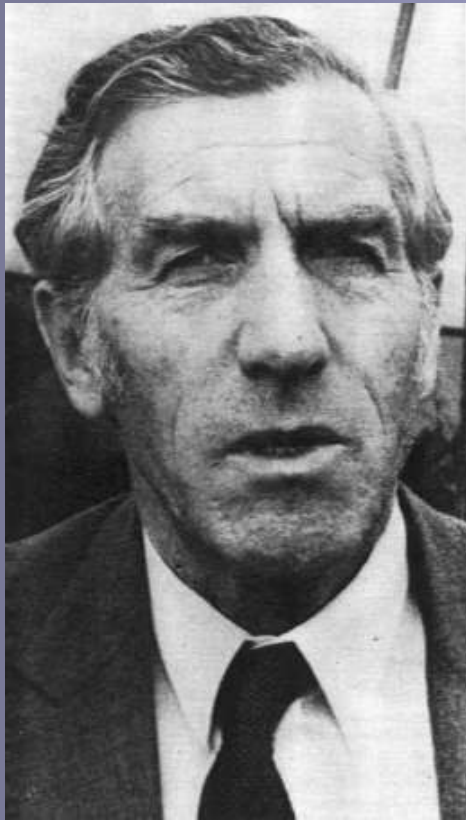
Bei bestimmten charakteristischen Verhaltensweisen verdichten sich die neuronalen Netzwerke im Gehirn (wie ein Dickicht im Wald) – Beispiel Alkoholiker

Kognitive Psychologie III

Aggression: Entstehung – Abbau

- Entstehung/Ursache: Bildung von neuronalen Netzwerken – wie ausgetretene Pfade durch ein Kornfeld
- Abbau: Neues Verhalten Antrainieren – durch konzentrierten Verzicht/alternative Verhaltensweisen, Bewusstmachen – neue Pfade durch das Kornfeld (Hilfreich sind starke alternative Reize, die dagegen gesetzt werden können!)

Schulen der Psychologie V



Paul Watzlawick *1921



Bert Hellinger *1925

**Systemische
Psychologie**

Paul Watzlawick
Bert Hellinger

Systemische Psychologie I

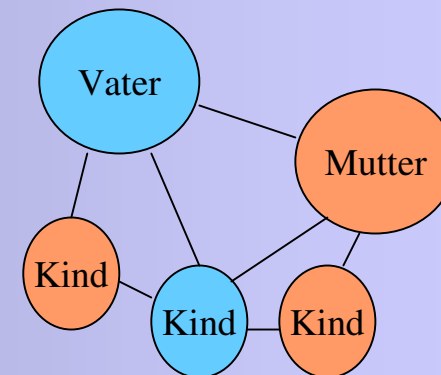
Paul Watzlawick

Man kann nicht genau sagen, was in einem Menschen vorgeht (=subjektiv und sehr verschieden), sondern entscheidend ist was zwischen den Menschen passiert.

Das entscheidende ist die Kommunikation!

Man kann nicht *nicht* kommunizieren!

(Beispiel: sich selbst erfüllende Prophezeiung)



Systemische Psychologie II

Ein Mann will ein Bild aufhängen. Den Nagel hat er, nicht aber den Hammer. Der Nachbar hat einen. Also beschließt unser Mann, hinüberzugehen und ihn auszuborgen. Doch da kommt ihm ein Zweifel: Was, wenn der Nachbar mir den Hammer nicht leihen will? Gestern schon grüßte er mich nur so flüchtig. Vielleicht war er in Eile. Aber vielleicht war die Eile nur vorgeschützt, und er hat etwas gegen mich. Und was? Ich habe ihm nichts angetan; der bildet sich da etwas ein. Wenn jemand von mir ein Werkzeug borgen wollte, *ich* gäbe es ihm sofort. Und warum er nicht? Wie kann man einem Mitmenschen einen so einfachen Gefallen abschlagen? Leute wie dieser Kerl vergiften einem das Leben. Und dann bildet er sich noch ein, ich sei auf ihn angewiesen. Bloß weil er einen Hammer hat. Jetzt reicht's mir wirklich. -- Und so stürmt er hinüber, läutet, der Nachbar öffnet, doch bevor er "Guten Tag" sagen kann, schreit ihn unser Mann an: "Behalten Sie sich Ihren Hammer, Sie Rüpel!"

Paul Watzlawick

Systemische Psychologie III



Bert Hellinger

Familienaufstellung

**macht
energetische Verstrickungen
mit Angehörigen der eigenen
Familie oder Sippe sichtbar.**

Systemische Psychologie III

Aggression: Entstehung – Abbau

- Entstehung/Ursache: Fehler im System: z.B. Kommunikationsstörungen, Verstrickungen im Familiensystem
- Abbau: Metakommunikation (Gespräch über die Art, wie kommuniziert wird), Familien-, Paar-Therapie,