



Folien zu KB Psychologie

Salzburg 2024

© Karl Lahmer

Folien: Übersicht

Grundlagen	Gehirn, Wahrnehmung	Lernen	Soziales, Entwicklung	Psychotherapien
Psychologie	Gehirnteile	Gedächtnis 1	Gruppe	Freud
Wissenschaft	Limbisches System	Gedächtnis 2	Aggression	Frankl
Seelenteile	Emergenz	Lerntipps	Kommunikation	Jung
Pioniere der Psychologie	Synapsen	Netzwerk	Entwicklung	Adler (2 Folien)
Beobachtung	Bewusstsein	Konditionierung 1	Psychosoziales	Primärtherapie
Richtungen	Scheinwerfer	Konditionierung 2	Identität	Diagnosen
Alltagspsychologie	Selektion	Gewöhnung	Piaget	
Verzerrungen	Organisation	Kognitivismus	Erziehungsstile	
	Beispiel 1 (3 Folien)	Lerntheorien	Persönlichkeit	
	Beispiel 2 (3 Folien)	Kreativität	Korrelation – Kausalität	

Womit beschäftigt sich Psychologie?

Psychologie beschäftigt sich mit dem Erleben, dem Verhalten und dem Bewerten von Beobachtungen.	
↓	↓
Kausale Betrachtungsweise	Finale Betrachtungsweise
Was ist die Ursache des Verhaltens?	Was ist der Zweck des Verhaltens?
Mögliche Ursache eines aggressiven Verhaltens: keine Vertrauensbasis in der Kindheit	Möglicher Zweck eines aggressiven Verhaltens: der Wunsch nach mehr Anerkennung

Was zeichnet Wissenschaften aus?

Wissenschaften versuchen, systematisierte Erkenntnisse zu einem Bereich (z. B. Erziehung, Entwicklung, Wahrnehmung) zu vermitteln:

- kritische Fragen stellen und den Dingen auf den Grund gehen,
- wissenschaftliche Methoden (z. B. Experiment) verwenden,
- Erklärungen und Prognosen erstellen,
- Wesentliches erkennen und Zusammenhänge erklären,
- Erkenntnisse offenlegen und einer kritischen Prüfung unterziehen.



Die Ergebnisse wissenschaftlicher Erkenntnisse sind meist zeitlich begrenzt gültig.

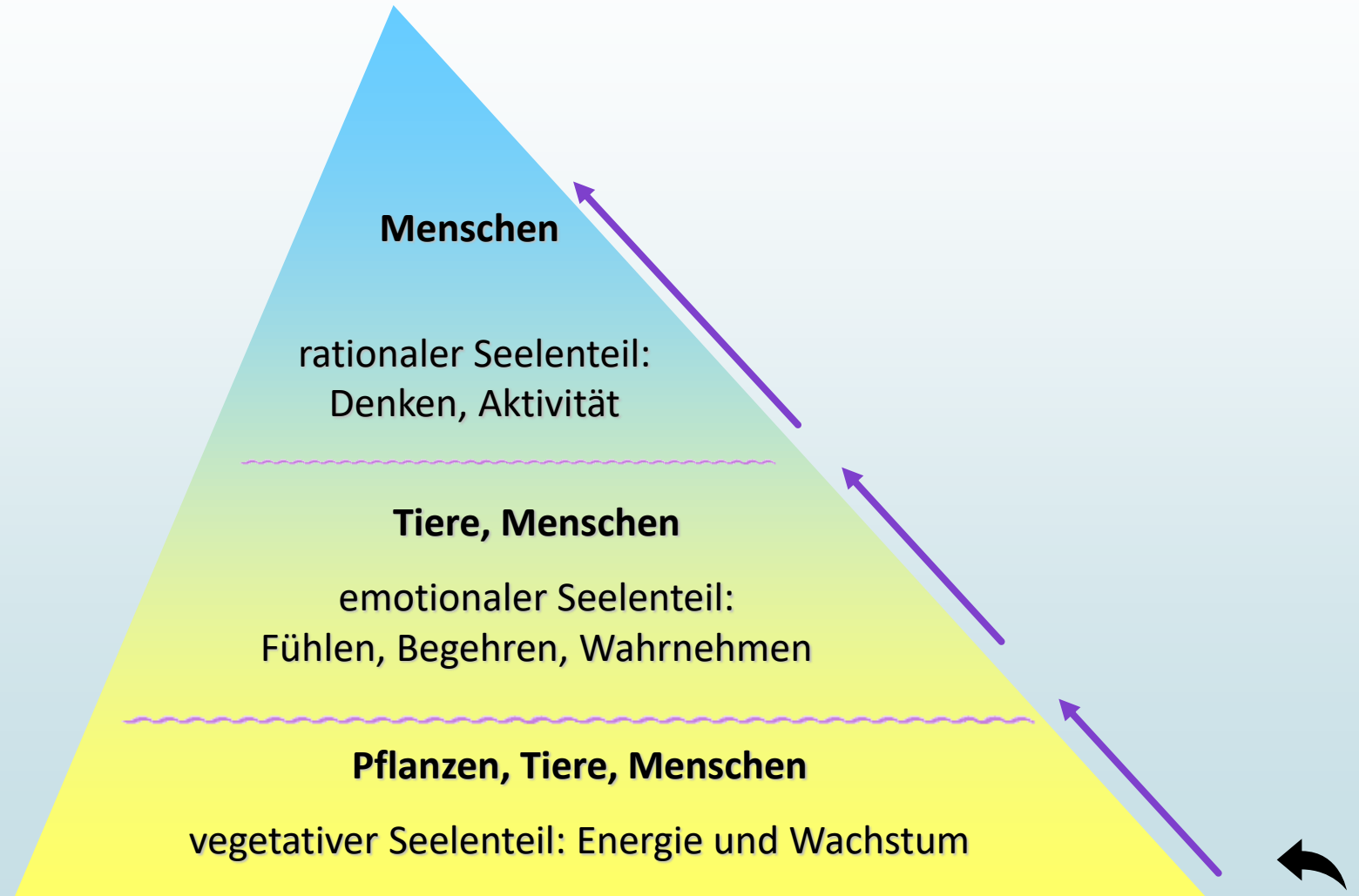


Aristoteles: Seelenteile



Aristoteles
(4. Jh. v. Chr.)

Corel Draw 6 – 1996 (Lizenz
Lahmer)



Pioniere der Psychologie

Beobachtung, Experiment

Wilhelm Wundt
(1832–1920),
Schwerpunkt lag auf
der Beobachtung

Iwan P. Pawlow
(1849–1936),
Experimente zum
Konditionieren (Erlernen)
von Reflexen

Gespräch, Analyse

Sigmund Freud
(1856–1939),
Arzt, Begründer der
Psychoanalyse

Carl Gustav Jung
(1875–1961), Unterscheidung
zwischen dem persönlichen
und kollektiven Unbewussten



Beobachtungen

Tiefenpsychologie ↓ Selbstbeobachtung, Introspektion	Empirische Psychologie ↓ Fremdbeobachtung
➤ subjektives Erleben	➤ zielgerichtete Wahrnehmung
➤ Träume	➤ systematisch und strukturiert
➤ Denkvorgänge	➤ Beobachtungskriterien
Manche Konflikte können nur indirekt erschlossen werden (Wiederholungszwang).	Beobachtung, Interview, Test und Experiment sind die wichtigsten Methoden der empirischen Psychologie.



Übersicht: Denkrichtungen

Behaviorismus: Umwelt, exogene Faktoren wesentlich

Biopsychologie: Gene, endogene Faktoren wesentlich

Kognitivismus: auch autogene Faktoren wichtig

Soziokonstruktivismus: Konstruktion von Wirklichkeit, Lebensweltbezug

Tiefenpsychologie: Unbewusstes, Abwehrmechanismen

Humanistische Psychologie: Selbstverwirklichung, Sinnfindung



Alltag versus Wissenschaft

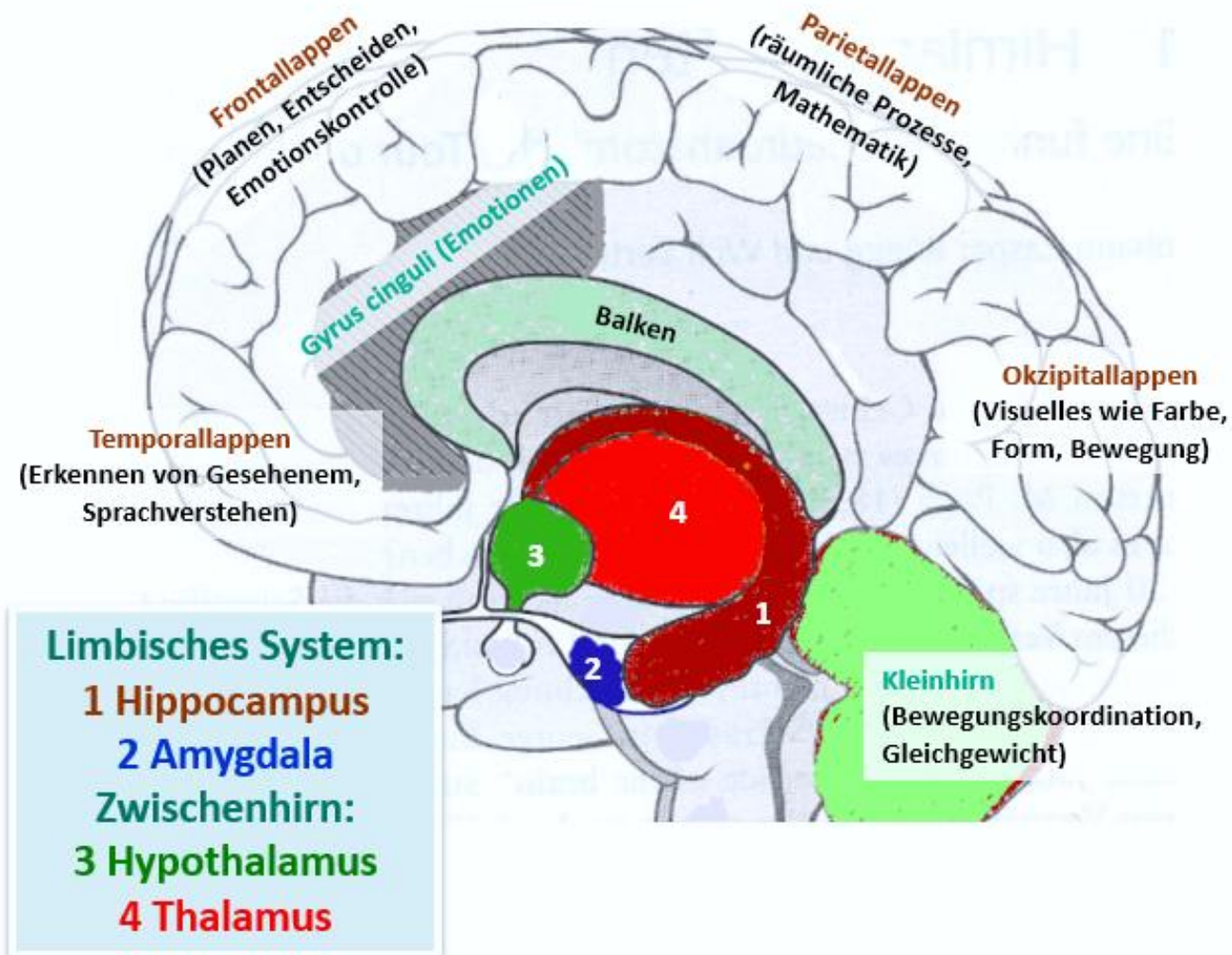
Alltagspsychologie	Wissenschaftliche Psychologie
➤ Aussagen sind individuell, selten überprüfbar.	➤ Aussagen sind in der Regel überprüfbar.
➤ Einzelergebnisse werden undifferenziert verallgemeinert.	➤ Aussagen sind differenziert und haben eine zeitlich begrenzte Allgemeingültigkeit.
➤ Das methodische Repertoire beschränkt sich auf Einzel-beobachtungen und individuelle Erfahrungen.	➤ Aussagen werden systematisch gewonnen, das methodische Vorgehen ist geplant, organisiert und wiederholbar.
Wissenschaftliche Psychologie zielt darauf ab, ➤ einen Ausschnitt der Wirklichkeit zu beobachten und zu beschreiben, ➤ einen Ausschnitt der Wirklichkeit zu erklären und zu bewerten, ➤ mögliche Korrelationen herzustellen und Prognosen zu erstellen.	

Kognitive Verzerrungen

Wenn Menschen Informationen in eine gewisse Richtung wahrnehmen oder interpretieren, spricht man von kognitiver Verzerrung.

<i>Ankereffekt</i>	Zufällige Zahlenwerte beeinflussen Entscheidungen.
<i>Attributionsfehler</i>	Ursachenzuschreibung aufgrund einer Beobachtung
<i>Ähnlichkeitseffekt</i>	Menschen, die uns selbst ähnlich sind (z. B. in Bezug auf Aussehen und Verhalten), werden positiver eingeschätzt als Menschen, die sich stark von uns unterscheiden.
<i>Effekt der Reihenfolge</i>	Vor allem der erste Eindruck kann Einstellungen verzerren.
<i>Sympathie-Effekt</i>	Personen, die als sympathisch eingeschätzt werden, werden milder beurteilt.
<i>Dunning-Kruger-Effekt (Self-serving Bias)</i>	Menschen überschätzen ihre eigenen Fähigkeiten.
<i>Bestätigungsfehler (Confirmation Bias)</i>	Informationen werden so interpretiert, dass sie die eigenen Erwartungen bestätigen.

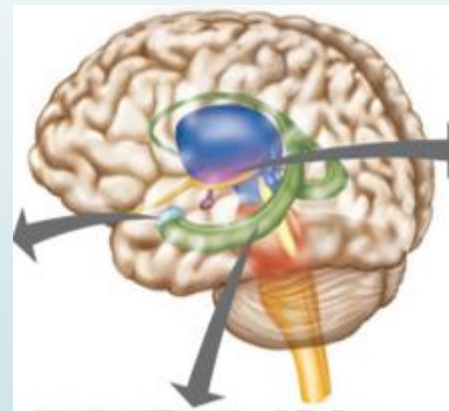
Gehirn



Limbisches System

Die Strukturen des limbischen Systems sind an bestimmten Grundbedürfnissen, Emotionen und Gedächtnisprozessen beteiligt.

Angst - Flucht:
Amygdala



Hunger – Essen:
Hypothalamus

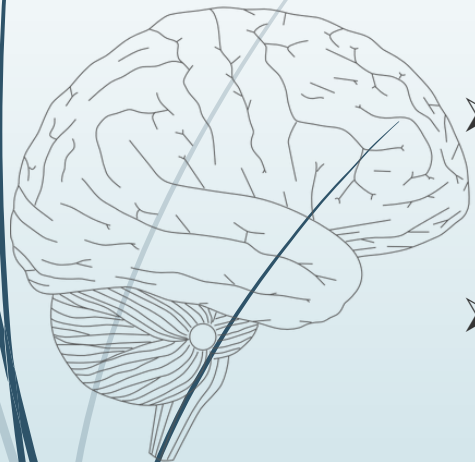
Lernen, Erinnerung:
Hippocampus



Emergenz

Das Ganze ist wichtiger als Details.

Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile

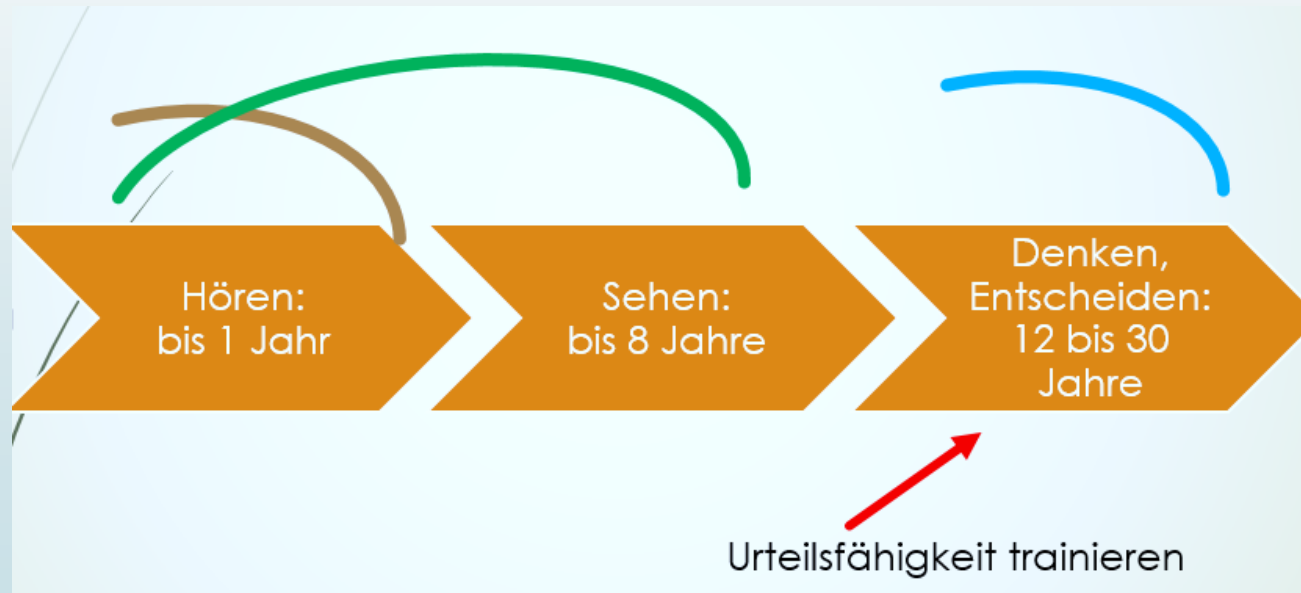
- 
- Was unsere Gehirne suchen, sind Bedeutungen: Ordnung, Zuordnungen, Größenverhältnisse und Sinnhaftigkeit. Das Gehirn ist an Zusammenhängen interessiert, nicht an Details.
 - Unser Gehirn hat immer das Bedürfnis, Bedeutungen zu erkennen und Beziehungen zwischen wahrgenommenen Dingen herzustellen.

Beispiel aus der Natur: Wenn Wassermoleküle sich bei einer bestimmten Temperatur nach bestimmten Regeln anordnen, entstehen auf der zweiten Ebene Eiskristalle. Diese wiederum können sich zu Schneeflocken verbinden.

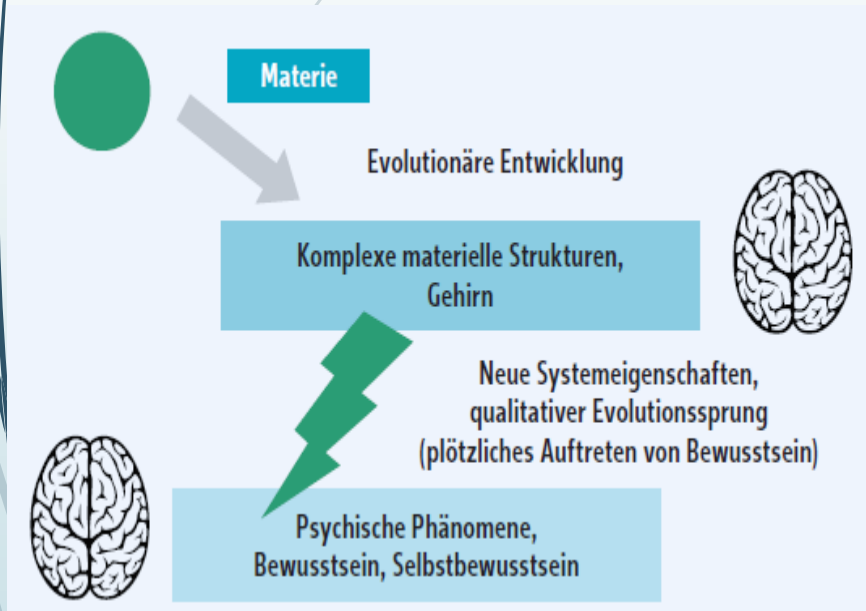


Synaptogenese, synaptisches Pruning

Der Aufbau der Synapsenverbindungen dauert eine bestimmte Zeit. Auf ihn folgt die Phase des synaptischen Prunings, des Ausjärens.



Was ist Bewusstsein?



Bewusstsein ist vom ganzen Gehirn geteilte Information.
Bewusstsein ist ein das ganze Gehirn umfassender Informationsaustausch.

- *Phänomenales Bewusstsein*: das Erleben von Empfindungen und Emotionen
- *Intentionales Bewusstsein*: Denkvorgänge, die sich auf etwas beziehen (langsames Denken, logisches Denken)
- *Innenperspektive*: das, was Bewusstsein ausmacht, die Gefühle, Wünsche und Gedanken, z. B. ausgelöst durch Farben
- *Außenperspektive*: objektive Perspektive der Wissenschaft, z. B. das umfassende Wissen über Farben

Kübel versus Scheinwerfer

- Der Mensch ist ein Scheinwerfer, der aktiv in die Welt hinein agiert.
- Die Aufmerksamkeit ist selektiv. Entscheidend für das, was ich wahrnehme, ist meine Erwartung, mein Vorwissen, meine Erfahrung.
- Wir sehen nur, was unser Gehirn mit verschiedenen Filterfunktionen selektiert hat.

Das Gehirn ignoriert automatisch
unnötige Informationen.



Was ist Wahrnehmung?

Innen- und Außenperspektive:
Mary und die Farben

Wahrnehmung ist ein aktiver Prozess.
Der Mensch selektiert, ergänzt, strukturiert.

Wahrnehmung ist beeinflusst von

- individuellen Faktoren (Interessen, Erfahrungen),
- Wissen, Kenntnissen,
- momentanen Gefühlen (Trauer, Freude),
- sozialen Faktoren (Werthaltungen, Einstellungen).

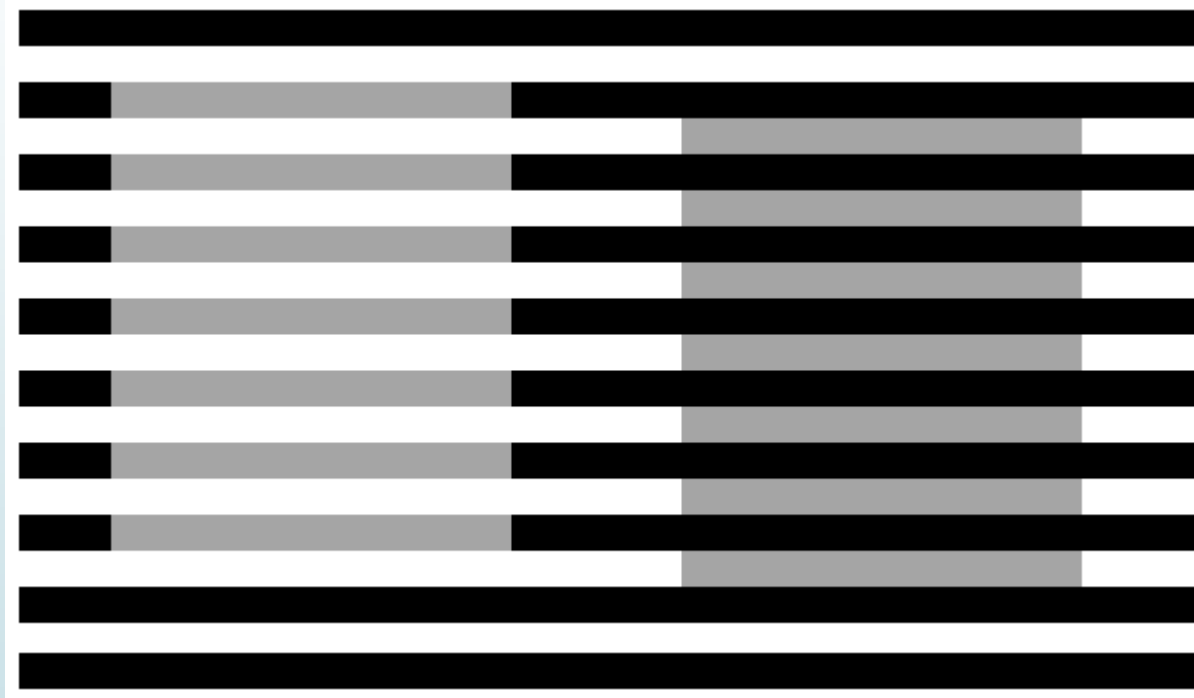


Organisation von Wahrnehmung

Evolutionäre Sicht	Gestaltgesetze	Konstanzen	Bewegung, Zeit
Kausalität	Figur-Grund	Größe	Verschmelzung
Mustererkennung	Nähe	Form	
Wesentliches	Ähnlichkeit	Farbe, Helligkeit	
Gestalten	Geschlossenheit	Tiefe	
	Kontinuität		Drei Sekunden



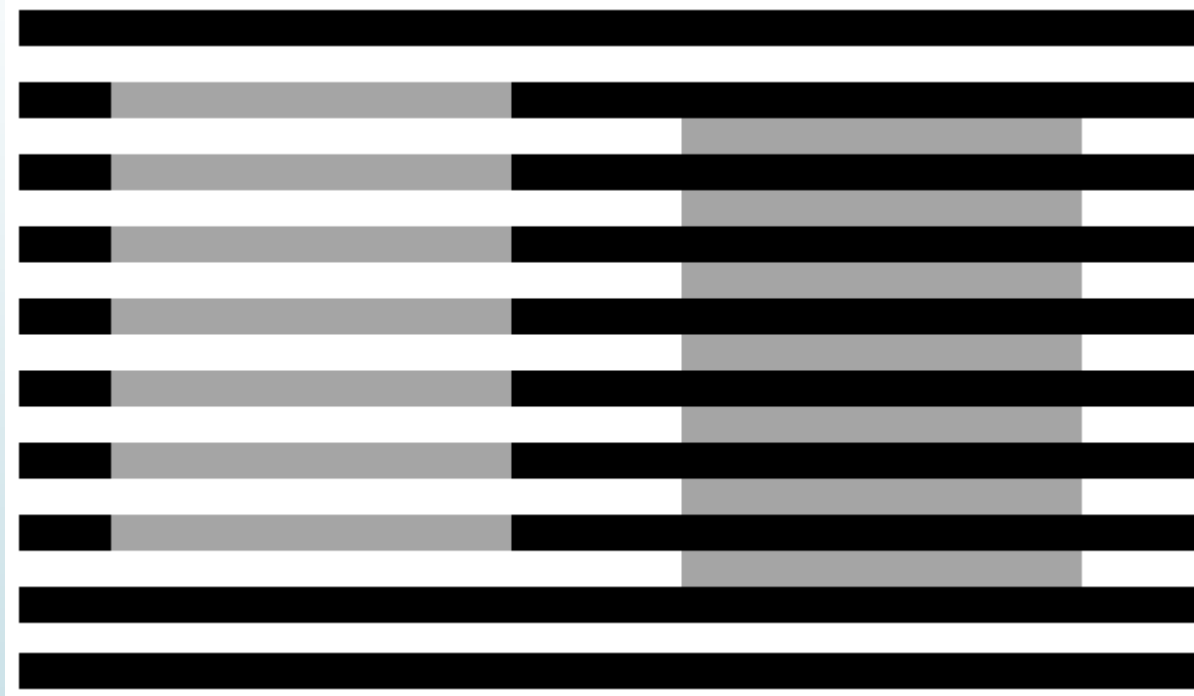
Bezugsrahmen (3 Folien)



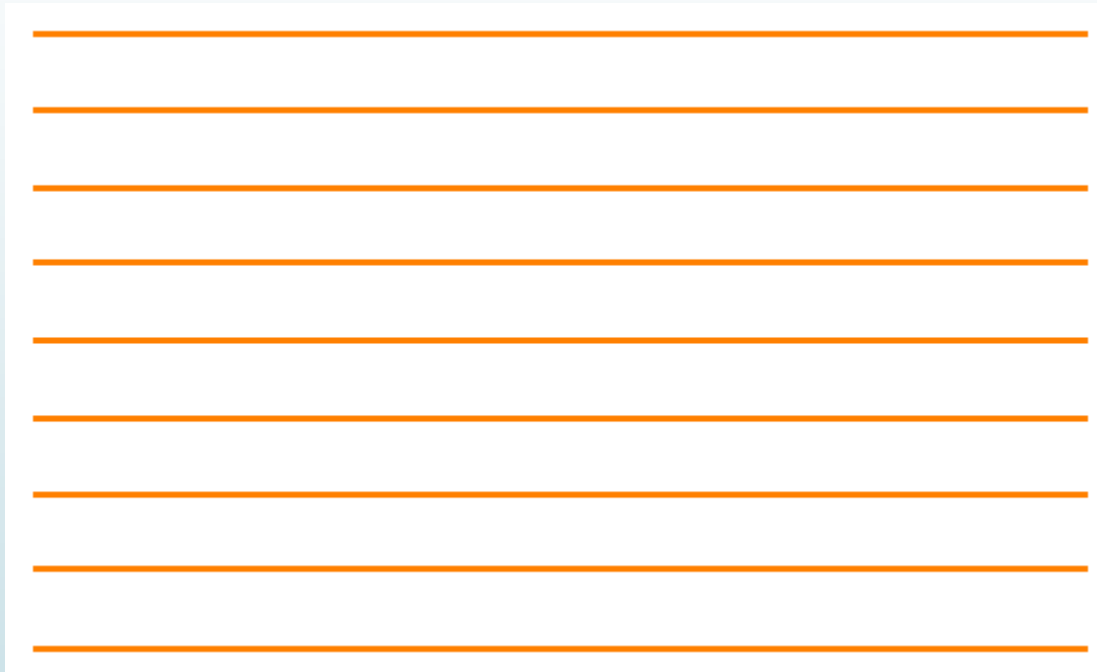
Bezugsrahmen



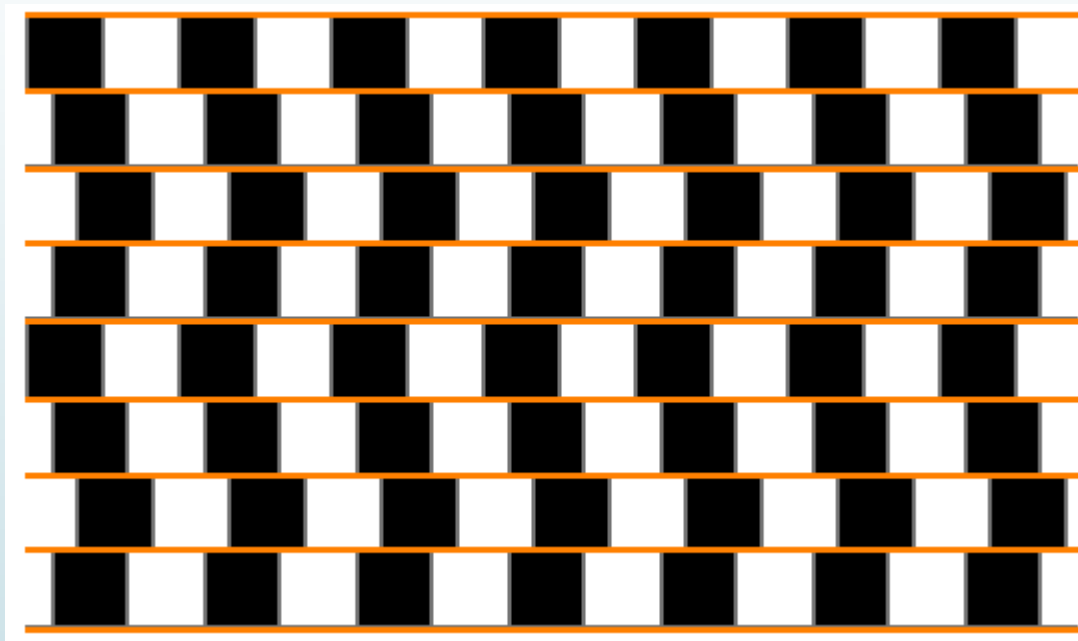
Bezugsrahmen



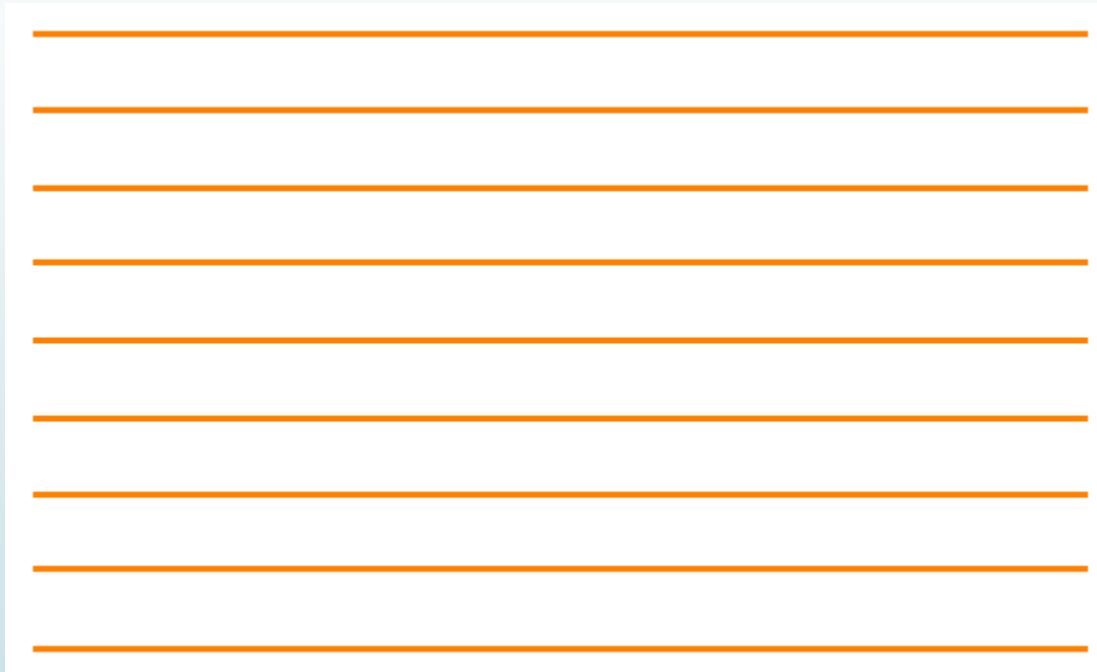
Bezugsrahmen (3 Folien)



Bezugsrahmen



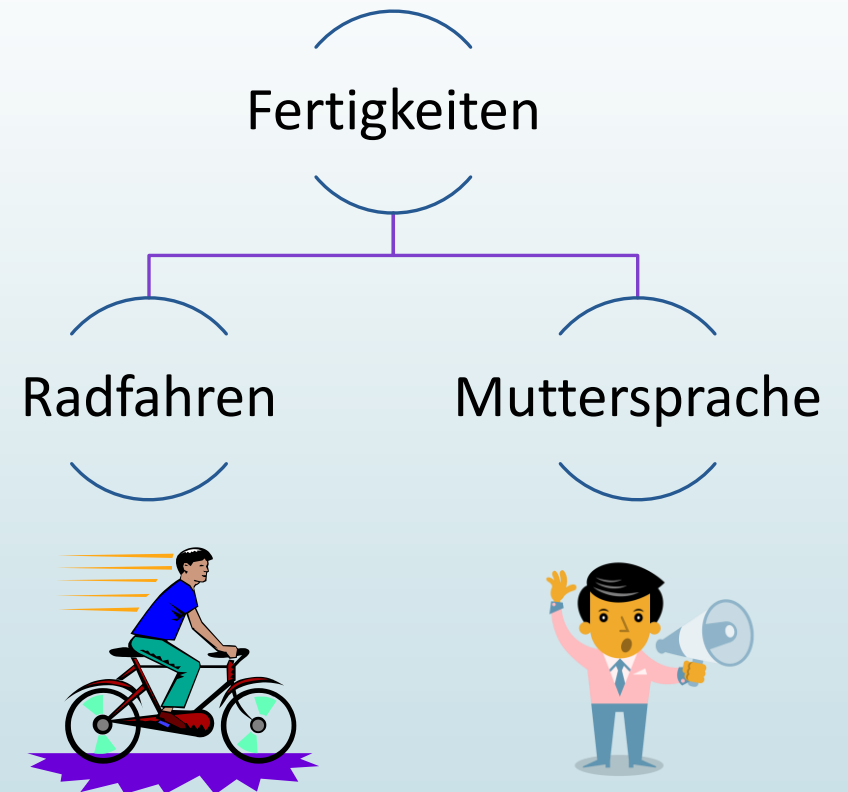
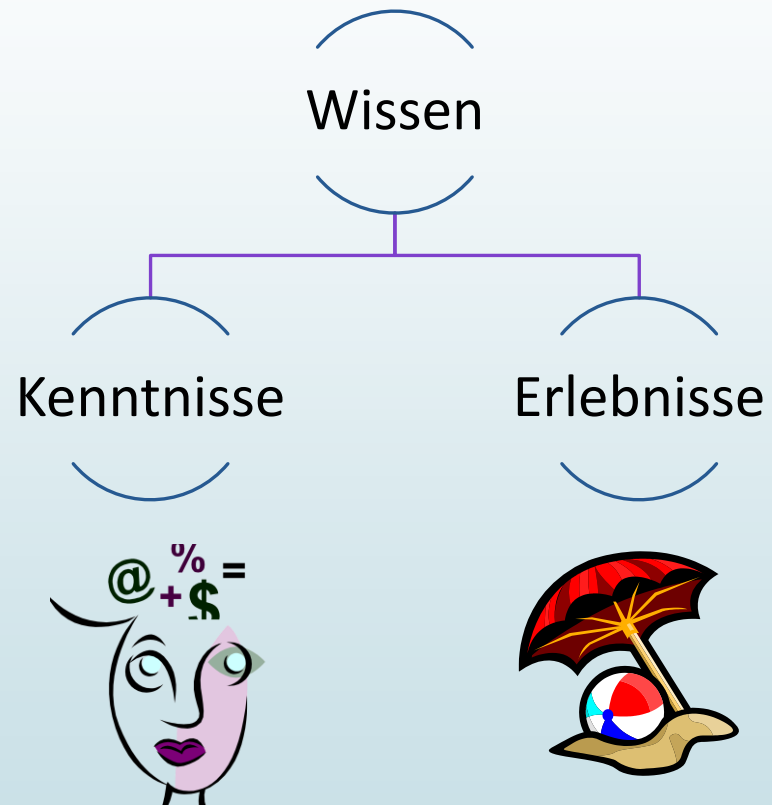
Bezugsrahmen



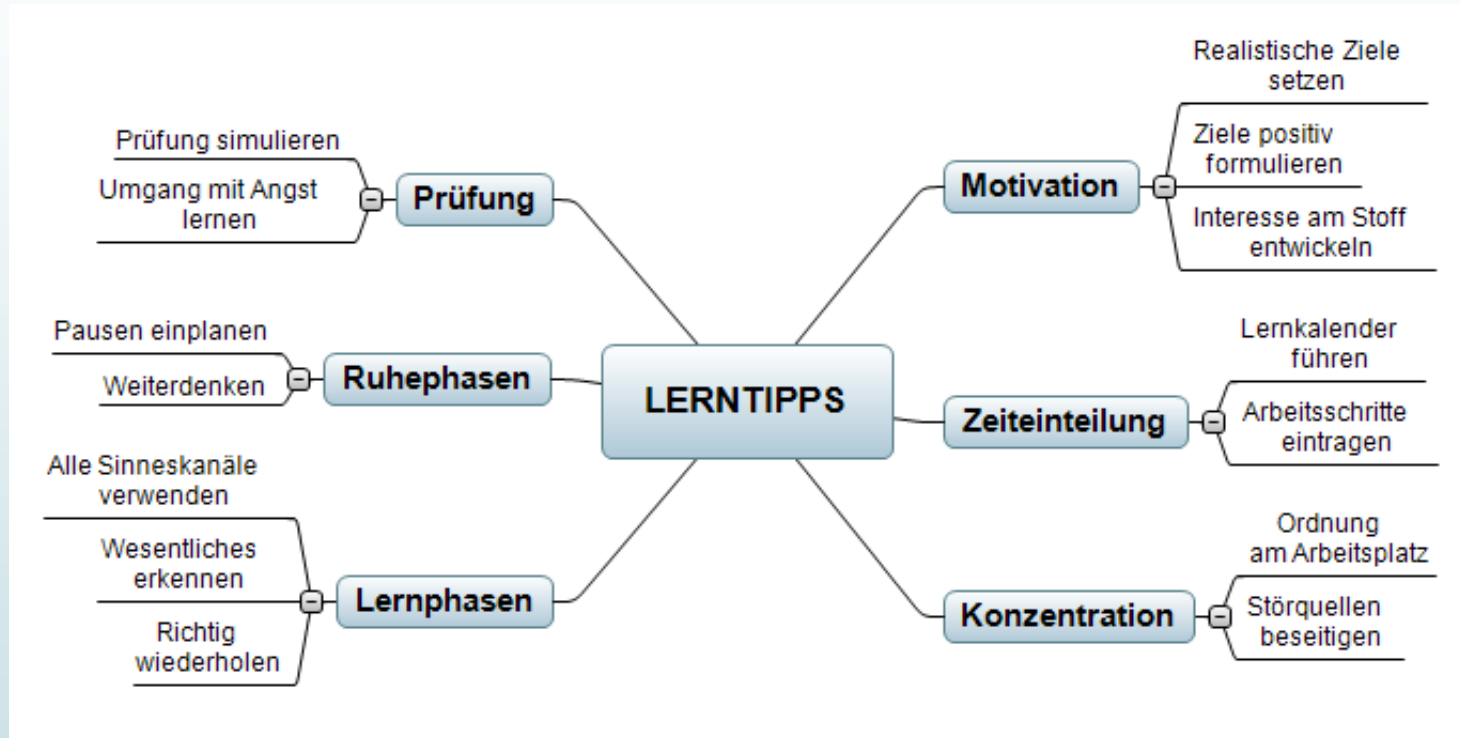
Was braucht das Gedächtnis?



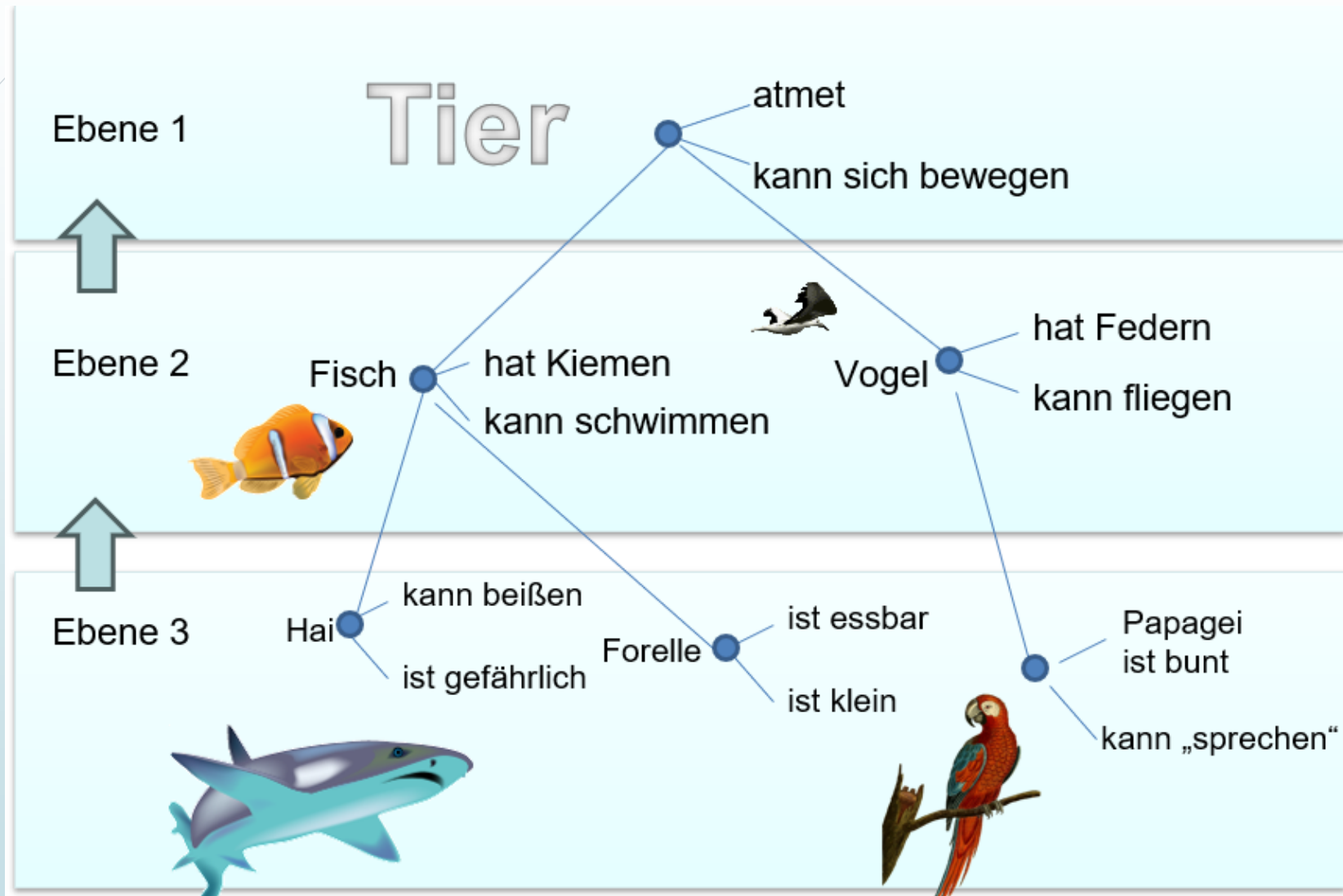
Langzeitgedächtnis



Praktische Lerntipps



Semantisches Netzwerk



Klassische Konditionierung



Corel Draw 6 – 1996
(Lizenz Lahmer)

uS
unkonditionierter Stimulus (Reiz)
Futter

uR
unkonditionierter Response (Reaktion)
Speichelfluss

Lernphase: nS, dann uS
neutraler Stimulus und
unkonditionierter Stimulus
Glocke und Futter

uR
unkonditionierter Response (Reaktion)
Speichelfluss

cS
konditionierter (erlernter) Stimulus
Glocke

cR
konditionierter Response (Reaktion)
Speichelfluss

Operante Konditionierung

Die operante Konditionierung verstärkt ein zufälliges Verhalten (primär durch Belohnung).



Publisher – 2000 (Lizenz
Lahmer)

VERHALTEN
zufällige Rechtsbewegung

KONSEQUENZ
Belohnung durch Futter

Formen der Verstärkung

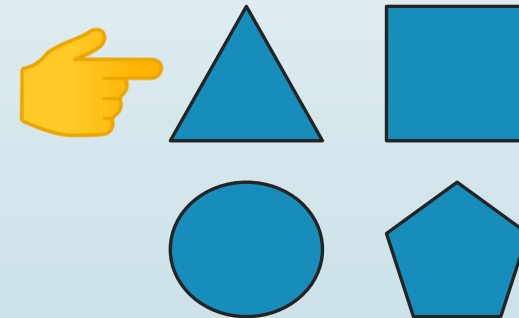
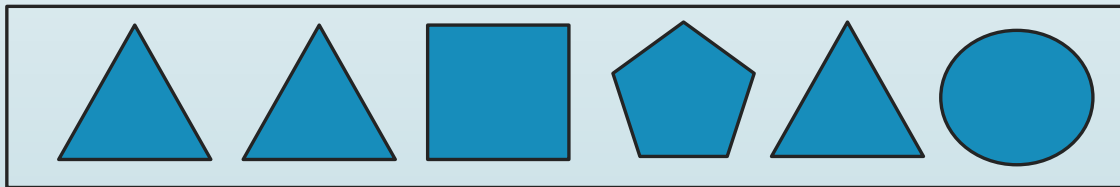
- positive Verstärkung (Lob)
- negative Verstärkung (Androhung einer negativen Konsequenz)
- Bestrafung
- Löschung, Extinktion (Verhalten wird nicht beachtet)



Gewöhnung: Mere-Exposure-Effekt

Robert Zajonc (1923–2008) zeigte den Versuchspersonen eine Reihe von Objekten; eines davon kam mehrmals vor. Die Versuchspersonen wählten anschließend das Objekt, das sie vorher öfters gesehen hatten:

Vertrautes wird also bevorzugt.



Kognitive Lerntheorien

Der Mensch ist ein einsichtiges Wesen, das für seine Lebensplanung Ordnungsrahmen und Wissensstrukturen benötigt.

*Strukturen fördern
sinnvolles Lernen.*

*Entdeckendes Lernen
erleichtert das
Behalten.*



*Lernen ist
anstrengend.*

*Ordnungsrahmen
schaffen Einsicht.*

*Intrinsische
Motivation ist der
halbe Erfolg.*

Publisher – 2000 (Lizenz
Lahmer)

Menschenbilder und Lerntheorien

Behaviorismus: Menschen durch Umwelt determiniert

- Klassische Konditionierung: Reiz – Reaktion
- Operante Konditionierung: Verstärker

Kognitivismus: Menschen als einsichtige Wesen

- Strukturen
- Entdecken-Lassen

Soziokonstruktivismus: Menschen konstruieren, interagieren

- Lernen am Modell: soziales Lernen, Vorbilder
- Konstruieren und Interagieren: Dialog mit der Umwelt



Kreativitätstest

Ellis P. Torrance (1915–2003) entwickelte einen Kreativitätstest. Personen wird beispielsweise ein Bild vorgelegt, das weiterentwickelt werden soll. Gemessen wird, wie viele Ideen zum ursprünglichen Bild entwickelt werden.



Position in der Gruppe



Aggressionstheorien

- Instinkttheorie und Deindividuation:
Aggression als angeborener Instinkt, der sich zur Territorialverteidigung entwickelt hat
- Frustrations-Aggressions-Hypothese:
Aggression als erlerntes Verhalten, das durch Frustrationserlebnisse ausgelöst wird
- Modelltheorie:
Aggressives Verhalten wird vor allem nachgeahmt, wenn der Aggressor belohnt wird.



Vier Ohren

Sachinhalt:
Worüber informiere ich?
Worüber brauche ich
Information?

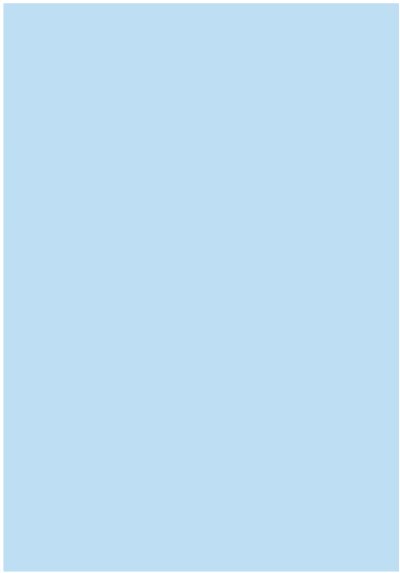
Beziehungsebene:
Wie stehe ich zu dir?
Was halte ich von dir?



Selbstkundgabe: Was
gebe ich von mir
selbst preis?

Appell:
Wozu möchte ich
dich veranlassen?

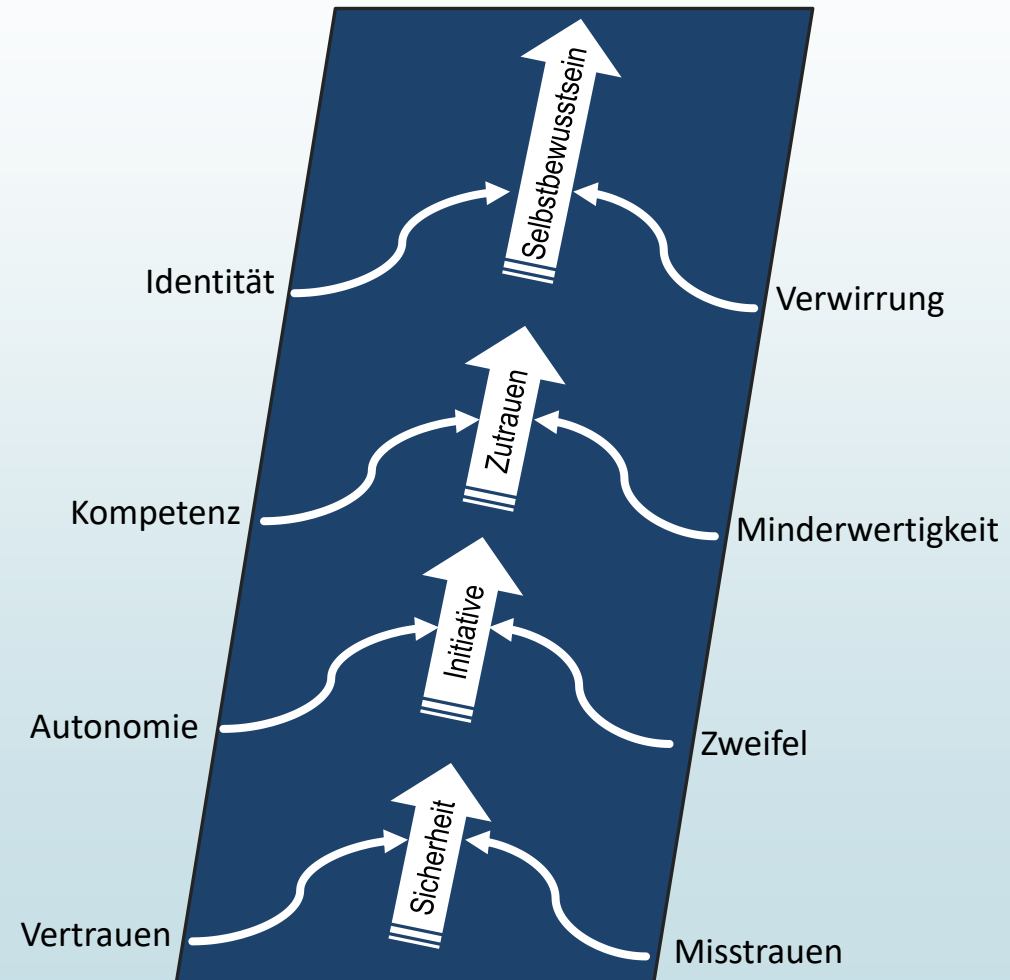
Faktoren der Entwicklung

- 
- **Endogene Faktoren** sind angeborene Fähigkeiten, die Entwicklungsprozesse auslösen und in Gang halten: Wachstum, Bewegung, Fähigkeit zur Sprache.
 - **Exogene Faktoren** sind Umwelteinflüsse, die die Entwicklungsprozesse unterstützen: Angebote zum Spielen, Fördern der Motorik.
 - **Autogene Faktoren** sind Kräfte, mit denen ein Individuum von sich aus seine Entwicklung mitbestimmt: Lächeln, Aktivität etc. *Der Mensch ist ein agierendes, aktives Wesen!*



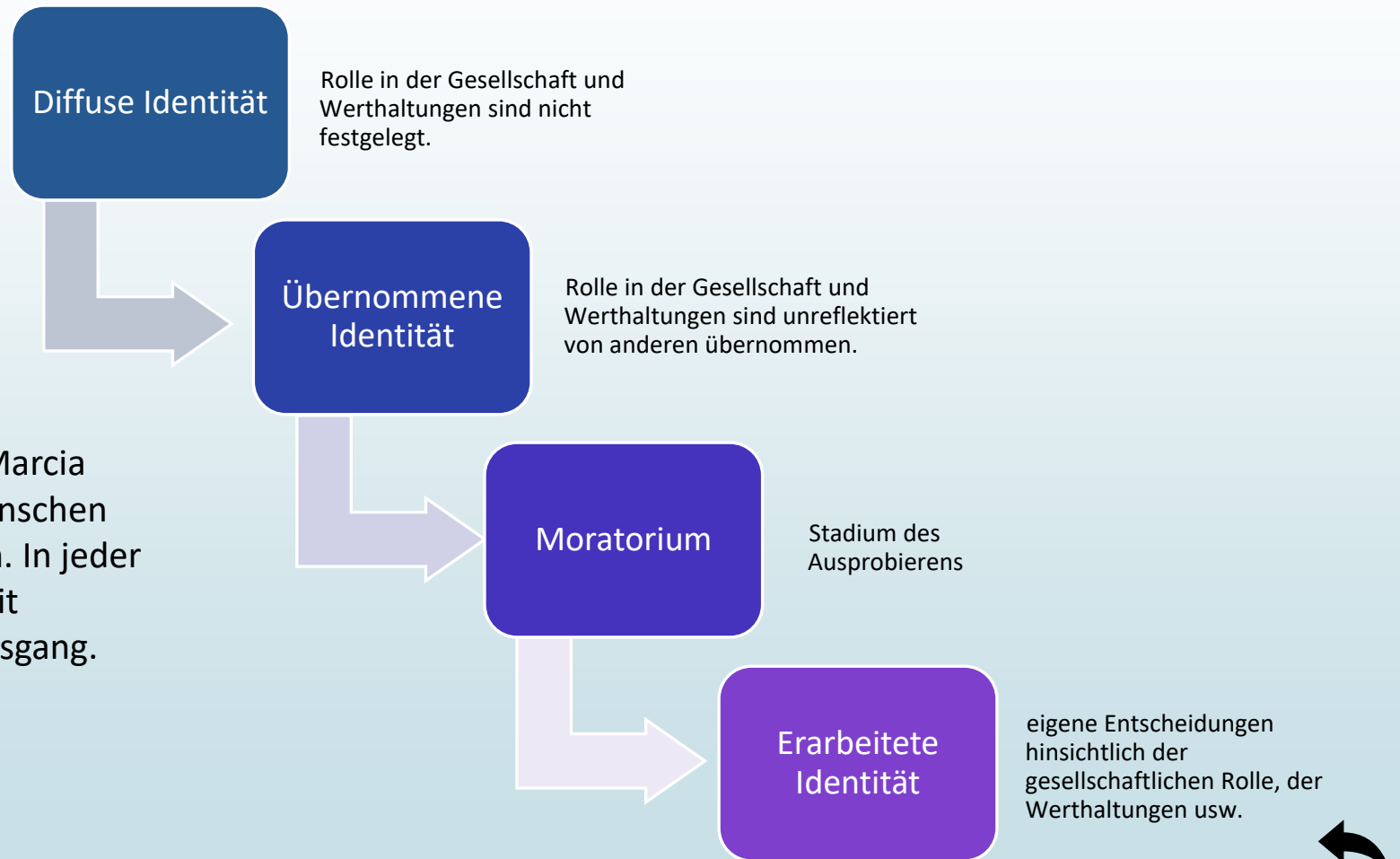
Psychosoziale Entwicklung

Nach Ansicht von Erik Erikson (1902–1994) durchlaufen Menschen verschiedene Entwicklungsstufen. In jeder Stufe gibt es einen Konflikt mit positivem oder negativem Ausgang.



Identität

Laut der Theorie von James Marcia (1902–1994) durchlaufen Menschen verschiedene Identitätsstufen. In jeder Stufe gibt es einen Konflikt mit positivem oder negativem Ausgang.



Kognitive Entwicklung nach Piaget

Sensumotorische Stufe (0–2)

Reflexhandlungen
Unterscheidung „Ich – Umwelt“
Reaktionen auf Stimuli
Objektrepräsentanz

Praeoperationale Stufe (2–7)

symbolische Aktivitäten
egozentrische Sicht der Realität
Leben im Hier und Jetzt

Konkret-operationale Stufe (7–12)

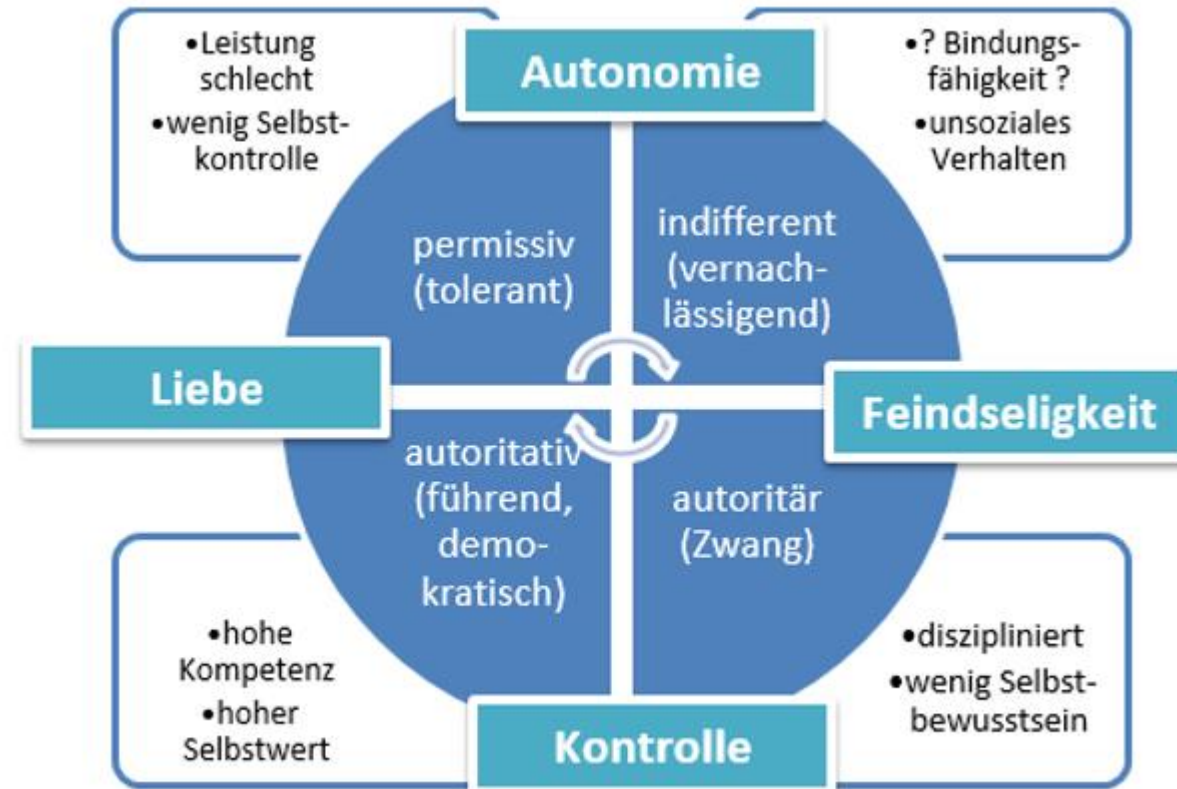
Prinzip der Konstanz
Kombination, Austauschbarkeit
relationale Begriffe

Formal-operationale Stufe

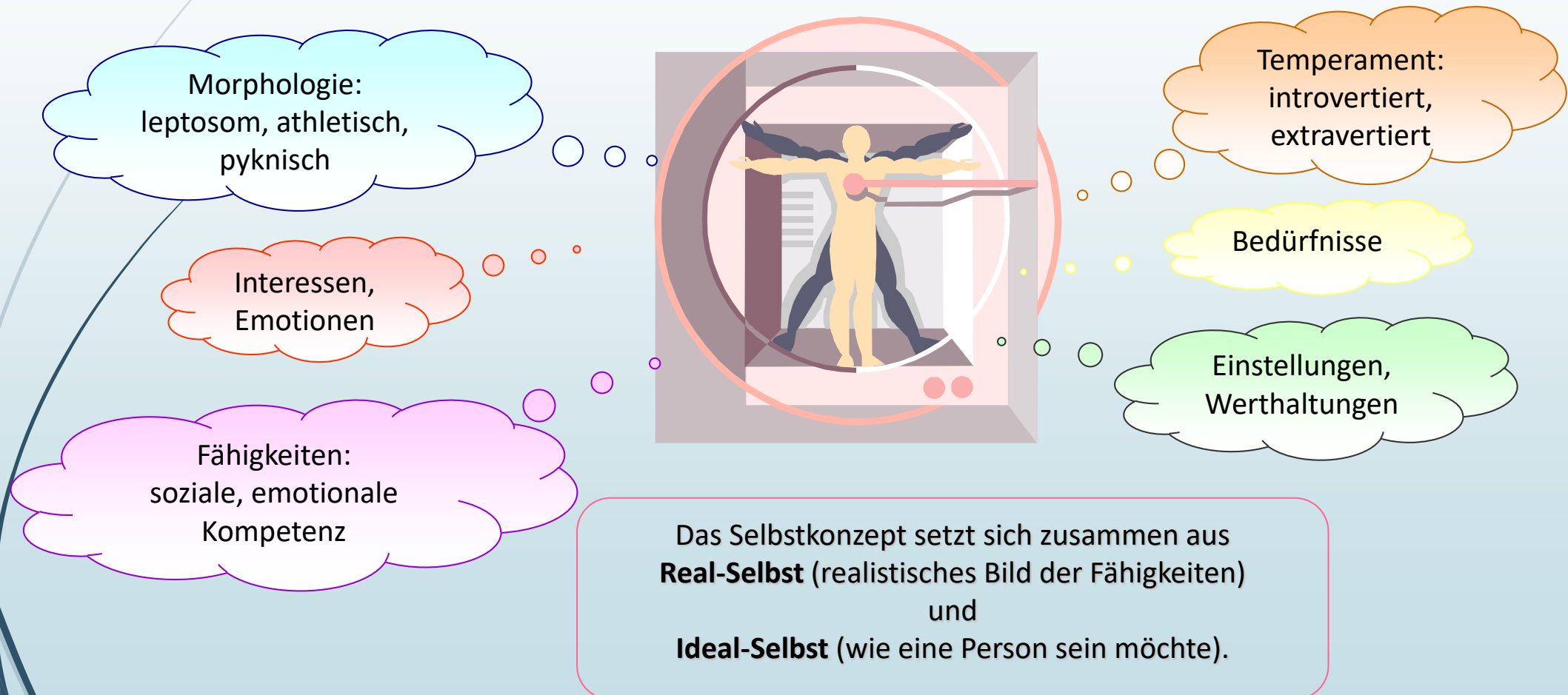
logische Denkfähigkeit
deduktive Denkformen
Hypothesenbildung
zweckfreies Denken



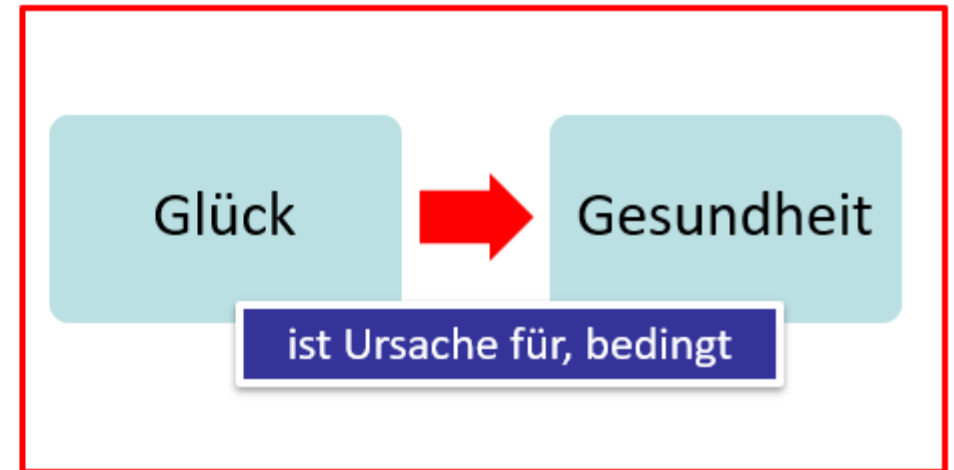
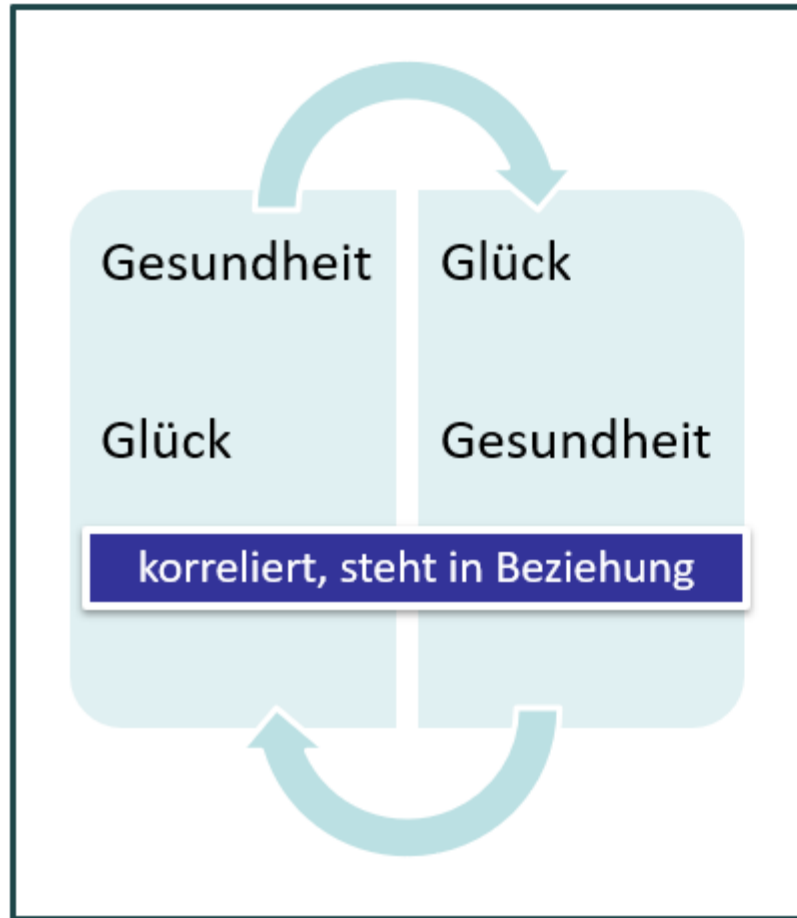
Erziehungsstile



Aspekte der Persönlichkeit



Korrelation - Kausalität



Freud: Psychischer Apparat



- *Das Bewusste:* manifeste Inhalte, jederzeit abrufbar.
- *Das Vorbewusste:* alles das, was zwar nicht ad hoc bewusst ist, aber ohne besondere Anstrengung ins Bewusstsein treten kann.
- *Das Unbewusste:* In der Tiefenpsychologie wichtig ist das verdrängte Unbewusste. Viele Bewusstseinsinhalte werden aus wichtigen Gründen ins Unbewusste abgeschoben, weil sie für das Bewusstsein peinlich, unerträglich, unerwünscht sind. Der Beweggrund für die Verdrängung ist das Unlustmotiv.

Frankl: Logotherapie

Selbsttranszendenz

- Ganz Mensch ist der, der sich selbst übersieht und im Dienst an einer Sache oder einem Menschen seine Erfüllung sieht.

Existenzanalyse als Hilfe zur Lebensfindung

- Biographie: Welche vergangenen Belastungen sind für mein derzeitiges Leben hinderlich?
- Erhellung der Kompetenzen: Welche Sinnhorizonte erweitern mein Lebenskonzept?

Logotherapie als Perspektive

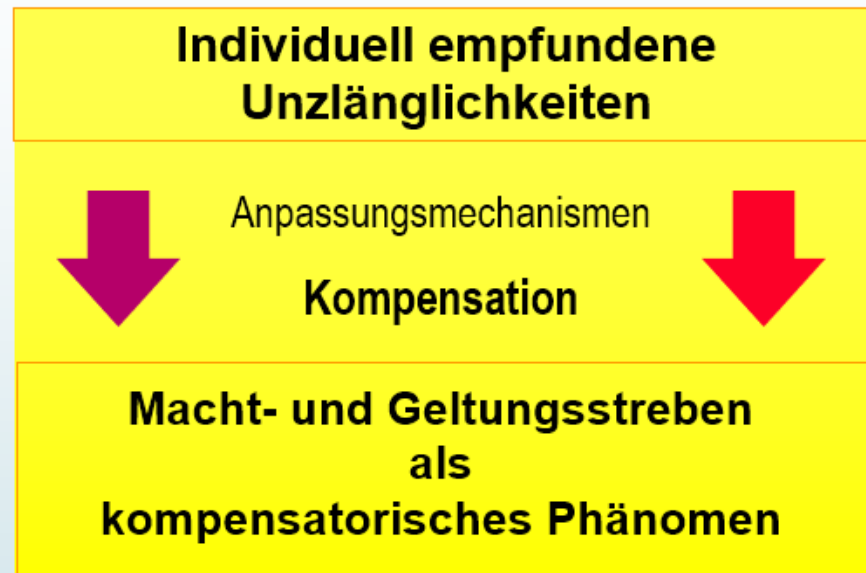
- Hilfe auf der Suche nach Sinn: Im Sinn verwirklicht sich der Mensch, er wächst über sich hinaus.
- Klärung des Wozu: Im Dialog mit dem Therapeuten sollen die Perspektiven erhellt werden, wie die Welt vom Patienten gesehen werden kann.
- Förderung der Fähigkeit zur Selbstdistanzierung und Selbsttranszendenz.



C. G. Jung: Persönlichkeitsmodell



Adler: Individualpsychologie (2 Folien)



Gemeinschaftsgefühl als Gegenmotiv

- zwischenmenschliche Kooperation
- soziale Bezüge
- psychosoziales Engagement

→ **Geglückte Kompensation:** Person fühlt sich psychisch stabil.

→ **Überkompensation mit positiver Tendenz:** Person korrigiert Schwäche direkt durch besondere Anstrengung oder kompensiert den einen Mangel durch besondere Leistung in einem anderen Bereich.

→ **Überkompensation mit negativer Tendenz:** Übertriebenes Macht- u. Geltungsstreben.

→ **Neurotische Kompensation:** Die Umgebung wird mit einer Schwäche tyrannisiert.

Adler: Lebensplan und Therapie

Übergeordnetes Ziel

- Fähigkeit zu Arbeit, Liebe, Mitmenschlichkeit

Auffinden des Lebensplans

- Verbale und nonverbale Informationen:
Erinnerungen, Träume, Assoziationen, Mimik etc.

Gespräch

- Wohlwollend, erklärend,
Aufzeigen sozialer Bezüge



Primärtherapie: Urschrei



**Primärbedürfnisse wurden
in der Kindheit nicht erfüllt.
Blockaden unterdrücken
das reale Selbst**



**Ausleben des
Primärschmerzes im
Urschrei. Blockaden
werden gelöst**



**Gefühle werden
ermöglicht,
Freiheit wird
erlangt**



Diagnose von Störungen (ICD-11)

