

SINNESPHYSIOLOGIE – BEWUSSTSEINSPSYCHOLOGIE - GESTALTPSYCHOLOGIE

Gustav Theodor Fechner: Anfänge der Experimentalpsychologie
1801-1887

Naturphilosophie: alles hat eine Seele

- > psychophysischer Parallelismus
- > Psychophysik: "Messung seelischer Empfindungen"

innere neuronale Vorgänge + Erleben <i>heute: Kognitions- u. Neurowissenschaften</i>	äußere physikalischer Reiz + Erleben <i>(Messen, Experimentieren > Reizveränderung?)</i>
--	---

> Weber-Fechner-Gesetz: zur Leistungsfähigkeit von Sinnesorganen

Herrmann von Helmholtz: Antivitalisteneid
1821-1294

Physik vom Reiz zum Sinnesorgan	Physiologie vom Sinnesorgan in den Nervenapparat
Psychologie einheitliche Erfahrung trotz unterschiedlicher Wahrnehmungskanäle	

Wilhelm Wundt: Leipziger Schule, erstes experimentelles Psychologielabor
1832-1920

Selbstbeobachtung unter strengen experimentellen Bedingungen

- > mit Messung
- > wie werden Sinneseindrücke erfahren und verarbeitet?
- = Umwandlung von Sinnesreizen in Bewusstseinsinhalte

Bewusstsein = Vorstellen, Fühlen, Wollen

> Apperzeption = "Hinzu(wahr)nehmung" > zielgerichtete Willenshandlung > Voluntarismus	Sammeln von einzelnen Eindrücken zu einem einheitlichen Erleben > Assoziationspsychologie > Elementarismus
--	--

Herrmann Ebbinghaus: Gedächtnisforschung
1850-1909

Gesetze des Verhaltens und Vergessens: Lernkurve und Vergessenskurve

- > erster Konzentrations- u. Leistungstest für Kinder
- > Prinzipien der Assoziationspsychologie (z.B. Ähnlichkeit/Kontrast)
- > Elementarismus

Wilhelm Dilthey: verstehende/geisteswissenschaftliche Psychologie (Spranger, Jaspers)
1833-1911

"Verstehen statt Erklären"

- > Lebensphilosophie = das Leben ist mehr als die Summe seiner Einzelercheinungen
- > ganzheitlicher Ansatz: Strukturalismus

Max Wertheimer: Berliner/Frankfurter Schule > Gestaltpsychologie (W.Köhler, K.Koffka)
1880-1943

psychische Phänomene = organisiertes, strukturiertes Ganzes

(vgl. Ehrenfels "Gestaltqualität" z.B. von Musik)

- > "Übersummenhaftigkeit" > Holismus
- > Gestalteinheiten als ursprüngliche Grundeinheiten der Psyche

Phi-Phänomen

Koffka: Wahrnehmungsgestalten > Handlungsgestalten (Ziel+Mittel)
> Köhler: Schimpansenversuche Lewin: Feldtheorie

PSYCHOANALYSE

Sigmund Freud: Tiefenpsychologie
1856-1939

Psychologie des Unbewussten

- > Psychoanalytische Verfahren und Traumdeutung
- > "Redekur": unbewusstes bewusst machen und verarbeiten

Wiener psychoanalytische Vereinigung, Mittwochsgesellschaft Berggasse 19

Bewusstes	orale	Penisneid	Libido	Es	Triebe
Vorbewusstes	anale	Ödipuskomplex	Thanatos	Ich	Realitätsprinzip
Unbewusstes	genitale Phase	Verdrängung		Über-Ich	Schuldgefühle

Alfred Adler: Individualpsychologie
1870-1937

Mensch als Einheit (nicht einzelne Triebe oder Instanzen)

- = modernes Menschenbild in Therapie, Beratung, Praxis
- > Bedürfnis nach Sicherheit, Geltung, Selbstverwirklichung
- > Minderwertigkeitsgefühl > Kompensation > Überkompensation > Neurose
- > Analyse des Lebensplans u. der Persönlichkeitsideale > Neuorientierung

Carl Gustav Jung: Analytische Psychologie
1875-1960

Komplextheorie

Komplex = Kernstück + entsprechend angezogene Aspekte (Gefühle, Gedanken...)

- > je größer ein Komplex, desto mehr Energie
- > vom Bewusstsein abgespaltener "Brenn- u. Knotenpunkt der Seele"
- > mit schöpferischer Wirkung oder als Zwangsidee

Sinn des Lebens: Verbindung von Gegensätzen

- > Animus + Anima + (nichtgelebter) Schatten
- > Selbst = Einheit der Persönlichkeit

Archetypen = gemeinsame Symbole / Urbilder des kollektiven Unbewussten

8 Grundtypen: introvertiert - extrovertiert + Unterkategorien

Melanie Klein: Kinderpsychoanalyse
1882-1960

Objekt(beziehungs)theorie, projektive Identifikation

- > Kind liebt und hasst seine Bezugspersonen,
seine Erfahrungen mit diesen werden zu inneren Objekten
= Vorstellungen von sich und der Welt
- > erkennbar in der "Spielanalyse"

Karen Horney: Neopsychoanalyse
1885-1952

Streben nach Geborgenheit

- > Bedeutung von Sicherheit u. Vertrauen in der Familie
- > sonst neurotische, fehlangepasste Verhaltensweisen auf der Suche nach
Liebe, Anerkennung, Macht, Leistung

gegen Freuds Frauenbild:

"Minderwertigkeitsgefühl" (Penisneid?) der Frau als Resultat der Unterdrückung durch den
"gebärneidigen" Mann

Harald Schutz-Hencke: Neoanalyse
1892-1953

Hemmung statt Verdrängung

erzieherische und sozialpsychologische Einflüsse hemmen Menschen
in seinem Streben nach Liebe, Besitz, Geltung

Anna Freud: Pädagogik u. Kinderpsychoanalyse
1895-1982

kindliche Verhaltensstörungen

als Folge fehllaufender oder stockender Entwicklungen

> Analyse und Erziehung zur Sublimierung (gegen radikale psychoanalytische Deutung)

Wilhelm Reich: Körpertherapie
1897-1957

Sexualverdrängung als gesellschaftliche Fehlentwicklung

- > in nicht sozialistischen Systemen
- > "Charakterpanzer" aufgrund gesellschaftlicher Unterdrückung
- > körperliche Verspannungen
- > psychosomatische Medizin, körperorientierte Behandlungsmethoden
- > Bioenergetik

Erich Fromm: Frankfurter Schule / Kritische Theorie
1900-1980

Gesellschaftscharakter

= verinnerlichte gesellschaftliche Prägungsmuster

- > Verbindung zwischen Gesellschaft + Psyche
- > mit positiven +negativen Wirkungen
- > Bedürfnis des Menschen nach Beziehung zu anderen und zur Welt
- > Verwurzelung, Identität

Konsumkritik: Sein vor Haben

Erik H. Erikson: Psychoanalyse u. Entwicklungspsychologie
1902-1994

Identitätsfindung

- > über Lösung von "lebensphasentypischen" Konflikten
- > Chancen und Risiken von 8 Entwicklungsphasen

Heinz Kohut: Selbstpsychologie
1913-1981

"gesunder Narzissmus"

- > Selbstbestätigung zur Entwicklung des Selbst

Jaques Lacan: Psychoanalyse u. Sprachwissenschaft
1901-1981

Struktur des Unbewussten

- > wie Struktur der Sprache
- > Sprache / Symbole als Tor in die innere und äußere Wirklichkeit

LERN- u. KOGNITIONSPSYCHOLOGISCHE ANSÄTZE

Iwan P. Pawlow: Physiologie
1849-1936

Klassisches Konditionieren

- > über Reflexe

Edward L. Thorndike: Psychologischer Pragmatismus (W. James, "Stream of consciousness")
1874-1949

instrumentelles Konditionieren

- > "Problembox"
- > Zusammenhang von Wissen und Verhalten
- > Lernen über Versuch und Irrtum

John B. Watson: Behaviorismus
1879-1957

Psychologie als Vorhersage und Kontrolle von menschlichem Verhalten

- > starker pädagogischer Fortschrittsglauben
- > Umwelt statt Anlage > gleiche Chancen bei entsprechender Erziehung
- > der perfekte Mensch?

"Little Albert"
Black Box

Burrhus F. Skinner: Verhaltenstherapie
1904-1990

operantes Konditionieren

- > "Skinnerbox"
- > Verstärkungslernen > "wirksames" Verhalten wird belohnt
- > von kontinuierlicher zu intermittierender (mit abnehmender Häufigkeit) Verstärkung

- > Klinische Psychologie > Verhaltenstherapie > Verhaltensmodifikation

Jean Piaget: Genfer Schule, Entwicklungspsychologie
1896-1980

kognitive Entwicklungsforschung

- > Denken, Problemlösen, Schlussfolgern
- > kognitive Strukturen zur mentalen Repräsentation
- > entwickeln sich in Interaktion mit der Umwelt über Reifeprozesse (Anlagen)

Assimilation: Einordnen von Eindrücken in Schema	Akkommodation: Erweitern von Schemata zum Erfassen neuer Eindrücke
---	---

- > Strukturalismus
- > Anfänge des Konstruktivismus
- > kognitive Wende

Lew S. Wygotski: Entwicklungspsychologie, Kulturhistorische Schule
1896-1934

Bezugspersonen

- > Verhalten als Reaktion auf Einflüsse anderer Menschen
- > Internalisierung der "Fähigkeiten" von Bezugspersonen
- > erworbene wissenschaftliche Konzepte statt Reifungsprozessen

Avram Noam Chomsky: sprachwissenschaftlich-psychologische Theorie
1928-?

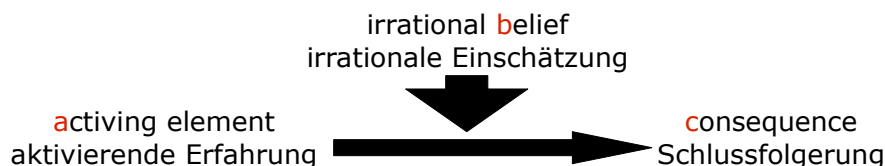
Universalgrammatik

- > angeborene Sprachfähigkeit
- > Sprachgestalten

Albert Ellis: Rational-Emotive-Verhaltenstherapie (REVT)
1913-2007

Veränderung aus Einsicht

- > ABC-Schema: activating element



- > Aufdecken von (12) "irrationalen Grundideen" beim Patienten, dem meist nur A u. B bewusst sind

Aaron T. Beck: kognitive Therapie
1921-?

Selbstbild

- > als Maßstab für Bewertungen + daraus folgende Gefühle
- > seelische Probleme = Folgen falscher Kognitionen
- > Aufdecken u. Bearbeiten von automatisierten Gedanken / Schemata / Kognitionen

Albert Bandura: sozial-kognitive Theorie
1925-?

Lernen durch Beobachtung

- > von prosozialen und antisozialen Verhaltensweisen
- > an Leitbildern und Modellen
- > Bobo-Doll-Studie ("Nachahmungstest": Verhauen einer Puppe)

Modeling-Therapy:

Verwirklichung des eigenen Selbstkonzepts

- > Selbstwirksamkeit durch Vergleich mit "innerem Ideal" als Modell

Martin E.P. Seligmann: Positive Psychologie (ressourcenorientiert)
1942-?

erlernte Hilflosigkeit

- > shuttle-box
- > unangenehme Situation über längere Zeit ohne Handlungsmöglichkeit
- > Lethargie wegen "Kontrollmangel"

HUMANISTISCHE, RESSOURCENORIENTIERTE ANSÄTZE

- > *persönliches Erleben vor Theorie*
- > *Kreativität u. Selbstverwirklichung*
- > *Lebenssinn*

Jakob L. Moreno: "Philosophie der Begegnung"
1889-1974

Gruppentherapie, Psychodrama, Soziometrie

- > "Seelenhandlung": gemeinsames Stegreifrollenspiel zur Bearbeitung sozialer Probleme
- > soziale Befragung zur Einteilung in passende soziale Gruppen z.B. in Gefängnissen

Charlotte Bühler: Entwicklungspsychologie, Lebenslaufforschung
1889-1974

Lebenssinn

- > Bedürfnisbefriedigung
- > schöpferisches Tun
- > Anpassung
- > innere Ordnung

Fritz Perls: Gestalttherapie
1893-1970

"geistig-seelischer Stoffwechsel"

Figur

- > offene Gestalt = Bedürfnis
- > physische u. psychische Kontaktaufnahme mit Umwelt
- > befriedigtes Bedürfnis = geschlossene Gestalt

Störungen bei vermiedenem oder unvollendetem Kontakt = offene Figuren

- > Entwickeln von Bewusstheit für eigenen Bedürfnisse:
Was tust du? -Was fühlst du? -Was möchtest du? -Was vermeidest du? -Was erwartest du?

Milton H.Erickson: Hypnotherapie
1901-1980

Aktivierung von Selbstheilungskräften

Carl R.Rogers: klientenzentrierte Psychotherapie
1902-1987

Mensch als Experte in eigener Sache

- > Vertrauen in Selbstentfaltungskraft
- > Selbstaktualisierungstendenz
- > "Spiegeln" zum Aufdecken und Bearbeiten von
- > mangelnder Kongruenz zwischen realem und idealem Selbstkonzept

Viktor E.Frankl: Logotherapie / Existenzanalyse
1905-1997

sinn- und wertorientierte Psychotherapie

- > Sinnlosigkeit als größtes Problem des Menschen
- > Gesprächsführung durch hilfreiche Fragen statt Vorgaben: Hebammenmethode
- > paradoxe Intention / Intervention (Machen / Herbeiführen des Befürchteten)
- > Dereflexion (Probleme ignorieren /ausgleichen durch angenehme Tätigkeiten /Vorstellungen)

→ Hilarion Petzold:
Integrative Therapie
> Tiefenpsychologie
> Verhaltenstherapie
> Körpertherapie
und andere...

Abraham A. Maslow: Motivationspsychologie
1908-1970

Bedürfnispyramide



Eric Berne: Transaktionsanalyse
1910-1970

"Games People Play" (Spiele der Erwachsenen)

- > Kind-Ich und Erwachsenen-Ich als Teil der Persönlichkeitsstruktur
- > Auswirkung auf Kommunikationsmuster und Lebensplan
- > Auftauchen beider "Ichs" in der sozialen Interaktion
 - *parallel: (Kind-Kind, Erwachsener-Erwachsener oder Kind-Erwachsener in ergänzender Weise)
 - *gekreuzt: (Kind-Erwachsener)
 - *verdeckt: (sieht nach einer "Ich-Art" aus, ist aber von der anderen beeinflusst)

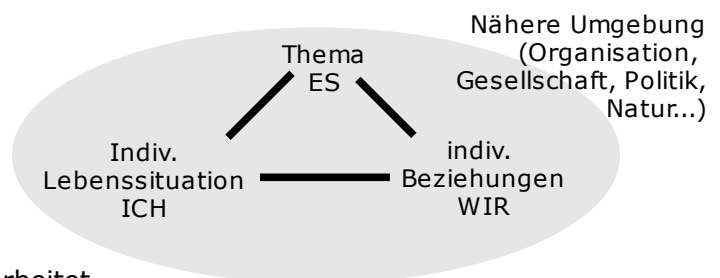
Ruth C.Cohn: Themenzentrierte Interaktion
1912-?

Living Learning (lebendiges Lernen)

Mensch

- > als geschlossene Einheit
- > und als Teil des Ganzen

- *jeder ist für sich selbst verantwortlich
- *Störungen haben Vorrang und werden bearbeitet
- *Ich-Botschaften
- *keine Verallgemeinerungen
- *Informationsfragen mit Erklärung des eigenen Interesses
- *wenig Interpretation des anderen, Verbalisieren eigener Reaktionen



SYSTEMISCHE ANSÄTZE

Virginia Satir: Familientherapie
1916-1988

komplexe Verflechtungen innerhalb der Familie hinter einem "identifizierten Patienten"

inkongruente Kommunikation als Ursache:

- > beschwichtigen, anklagen, rationalisieren, ablenken
- > störende Deutungs- und Handlungsmuster im "System" Familie
- > Reframing: neue Interpretationsrahmen

Mara Selvini Palazolli: strategische Familientherapie
1916-1999

Aufbrechen von festgefahrenen, krankmachenden Strukturen
durch gezielte Widersprüche und paradoxe Intervention

zirkuläres Fragen

- > "Was glaubst du, was dein Vater denkt, wenn deine Mutter...?"

positive Konnotation

- > Aufdecken von Strukturen durch positives Verbalisieren mit paradoxen Inhalten
("Es ist sehr nützlich, dass du so aggressiv bist, weil...")

Paul Watzlawick: radikaler Konstruktivismus
1921-2007

"Man kann nicht nicht kommunizieren"

Kommunikationstheorie und Psychotherapie

- > Wirklichkeit wird nicht im Gehirn abgebildet, sondern "konstruiert" (vgl. Piaget)
- > Konstruktionen 1.Ordnung (wissenschaftlicher Konsens) und 2.Ordnung (individuell)
- > Aufdecken von Fehlkonstruktionen bei "Versagen" der Konstruktion (vgl. Popper)
- > Sprache als Mittel der Verständigung über Konstruktionen
- > Beziehung (symmetrisch / komplementär oder hierarchisch) bestimmt den Inhalt

double bind = verbundene, aber widersprüchliche Aussagen, die den Empfänger verunsichern

Helm Stierlin: Klassische Heidelberger Familientherapie
1926-?

generationenübergreifend

- > bezogene Individuation (Selbstwerdung): Unter-, Ko-, Überindividuation
- > Bindung / Ausstoßung (Trennung von Generationen)
- > Delegation (verborgene, unbewusste Aufträge / Rollenzuweisungen)
- > Vermächtnis, Verdienst (Aufträge und Erfüllung)
- > Gegenseitigkeit (Verfestigung der Rollen als systemerhaltende Funktion)

Jürg Willi: Paartherapie
1934-?

Kollusionsmodell

- > Partnerwahl in der Hoffnung, dass der Partner die eigenen Probleme löst
- > unbewusstes Zusammenspiel:
gegenseitiger Ausgleich
- > Aufrechterhaltung von Störungen
statt Entwicklung

PERSÖNLICHKEITS- und INTELLIGENZFORSCHUNG

Alfred Binet: Psychometrie
1857-1911

→ Galton, Cattell, Ebbinghaus

quantitative Erfassung psychischer Merkmale

- > Testreihen zur Diagnose von Entwicklungsverzögerungen bei Kinder
- > Lebensalter minus Leistungsalter = Rückstand
- > keine Aussage über angeborene Intelligenz,
nur über aktuelle Leistungsunterschiede

William Stern: Differentielle Psychologie / Persönlichkeitspsychologie
1871-1938

"Wollen was man kann - können, was man will"

- > Persönlichkeit entwickelt sich zwischen Begabung und Umwelteinflüssen

Richtungsdispositionen <i>Interessen, Neigungen</i>	Rüstungsdispositionen <i>Fähigkeiten</i>
--	---

- > Was macht das Besondere an einer Person aus? Wie kann man es messen?
- > Psychodiagnostik zur Schul- und Berufsberatung

$$IQ = \frac{\text{Intelligenzalter}}{\text{Lebensalter}} \times 100$$

Psychologie als Schnittpunkt der Bio-, Geistes- und Sozialwissenschaften

Louis L. Thurstone: Intelligenzforschung, Einstellungsforschung
1887-1955

multiple Faktorenanalyse
Kritik am zu einfachen Modell von

Charles E. Spearman: *zusammenhängende Fähigkeiten?*
--> *Faktorenanalyse: wenige übergeordnete Faktoren statt vieler, einander überschneidender Eigenschaften*

eine Eigenschaft =

<i>gemeinsamer Generalfaktor</i>	<i>individueller Begabungsfaktor</i>
--------------------------------------	--

--> detailliertere Faktorenanalyse:

z.B. Intelligenz (7): Zahlenumgang, verbales Verständnis, Raumvorstellung, Gedächtnis, schlussfolgerndes Denken, Wortflüssigkeit, Auffassungsgeschwindigkeit

Gordon Willard Allport: Persönlichkeitspsychologie
1897-1967

ideografische Technik

→ Stern, Spranger, Dilthey

> aus detaillierten Einzelstudien zu allgemeinen Schlussfolgerungen

> Persönlichkeitstheorie: Funktionale Autonomie
= Verfolgen von Idealen des Selbstbildes

--> **StimulusOrganismusReaktion**

= Ausbildung von ererbten Wesenszügen

in Auseinandersetzung mit/Abhängigkeit von Umwelt

(gegen Behaviorismus: **Stimulus-Reaktion**)

Raymond B. Cattell: Wesenszugtheoretiker
1905-1998

21 verhaltensprägende Eigenschaften bipolarer Ausprägung

> z.B. bescheiden-bestimmt solide-sorglos zweckorientiert-gewissenhaft

> Verhalten geprägt von *Grundwesenszügen *sozialen Rollen *aktueller Befindlichkeit

<i>fluide Intelligenz ererbte Fähigkeit</i>	<i>kristalline Intelligenz erworbenes Wissen</i>
---	--

Hans J. Eysenck: Wesenszugforschung
1916-1997

2 Persönlichkeitsdimensionen:

	Emotionale Stabilität	Emotionale Labilität
Extroversion	<i>Sanguiniker</i>	<i>Choleriker</i>
Introversion	<i>Phlegmatiker</i>	<i>Melancholiker</i>

vgl. Hippokrates

später +Psychotizismus (Aggressivität, Gefühlskälte, Egozentrik) -> "3-Faktoren-Theorie"
> Fragebögen: Maudsley-Persönlichkeits-Inventar
Eysenck-Persönlichkeits-Inventar

> Frage nach biologischen Grundlagen für Persönlichkeitdimensionen

SOZIALPSYCHOLOGISCHE ANSÄTZE

Kurt Lewin: Feldtheorie, topologische Psychologie, Gruppendynamik
1890-1947

Aktionsforschung und Handlungsforschung

= Theorie + gesellschaftliche Anwendung

- > Gestaltpsychologie als Grundlage
- > Individuum + Lebensraum (Dinge, Menschen) = Gestalt = Feld
- > Bewegung (geistige u. körperliche) "durch das Feld" zur Zielerreichung = Lokomotion

Alexander und Margarete Mitscherlich: Psychoanalyse und Sozialforschung
1908-?

"Die Unfähigkeit zu trauern"

- > kollektive Abwehrmechanismen (am Beispiel Nationalsozialismus)

Horst E.Richter: Psychoanalyse und systemischer Ansatz
1923-?

Rollenzuweisungen als narzistische Projektion des Zuweisenden

- > psychoanalytisch: Emanzipation von Eltern
- > sozialanalytisch: Unabhängigkeit von Institutionen

Stanley Milgram: Sozialpsychologie
1933-1984

vgl. Zimbardo *Gefängnisexperiment*

"Im Namen des Gehorsams" (Obedience To Authority)

> weder innere Überzeugung noch Persönlichkeit sind ausschlaggebend,
sondern die äußere Situation

"Kleine-Welt-Phänomen": jeder ist mit jedem über höchstens 6 Stationen verbunden

Paul Ekman: Ausdruckspsychologie
1934-?

neuro-kulturelle Theorie

> kulturübergreifende "Sprache des Gesichts"

> 7 allgemeingültige Gesichtsausdrücke:

* Furcht * Ekel * Freude * Überraschung * Verachtung * Ärger * Trauer

> FACS (FacialActionCodingSystem) zum Messen von Gesichtsbewegungen