

Philip G. Zimbardo
Richard J. Gerrig

Psychologie

Bearbeitet und herausgegeben von
Siegfried Hoppe-Graff und Irma Engel

Unter Mitarbeit von Barbara Keller

7., neu übersetzte und bearbeitete Auflage
mit 213 zum Teil farbigen Abbildungen
und 70 Tabellen



Springer

Inhaltsverzeichnis

Ziele, Ansätze und Methoden der modernen Psychologie	1
1.1 Gegenstand und Ziele	2
1.1.1 Beschreiben	2
1.1.2 Erklären	3
1.1.3 Vorhersagen	5
1.1.4 Verhalten kontrollieren	6
1.1.5 Die Lebensqualität verbessern	6
1.2 Die Entstehung der modernen Psychologie	7
1.3 Aktuelle theoretische Perspektiven	9
1.3.1 Die biologische Perspektive	10
1.3.2 Die psychodynamische Perspektive	11
1.3.3 Die behavioristische Perspektive	12
1.3.4 Die kognitive Perspektive	13
1.3.5 Die humanistische Perspektive	14
1.3.6 Die evolutionäre Perspektive	15
1.3.7 Vergleich der theoretischen Perspektiven: Das Beispiel der Aggression	16
1.4 Psychologie als Beruf	17
1.5 Ein Rahmen für die psychologische Forschung: Methoden	18
1.5.1 Objektivität	18
1.5.2 Reliabilität und Validität	22
1.5.3 Kausalität, Kovariation und zufälliges Zusammentreffen (Koinzidenz)	23
1.6 Datenerhebung und Versuchsplanung	25
1.6.1 Datenerhebung	25
1.6.2 Untersuchungsstrategien und Versuchspläne	32
1.7 Datenanalyse	38
1.7.1 Deskriptive Statistik	40
1.7.2 Inferenzstatistik	45
Zusammenfassung	47
Hinweise zur deutschsprachigen Literatur	52
Übungsfragen	54

Biologische Grundlagen	59
2.1 Vererbung und Verhalten	60
2.1.1 Evolution und Selektion	60
2.1.2 Die Evolution des Menschen	62
2.1.3 Genetische Variabilität	63
2.2 Biologie und Verhalten	65
2.2.1 Das Nervensystem	66
2.2.2 Strukturen und Funktionen des Gehirns	69
2.2.3 Das endokrine System	76
2.3 Das Nervensystem in Aktion	78
2.3.1 Das Neuron	78
2.3.2 Informationsübertragung im Nervensystem	80
2.3.3 Neurale Netzwerke	86
2.4 Spezialisierung der Hirnhemisphären und individuelle Unterschiede	88
2.4.1 Zerebrale Dominanz: Zwei Gehirne oder eines?	88
2.4.2 Lateralisierung: Geschlechtsdifferenzen und individuelle Unterschiede	91
Zusammenfassung	95
Hinweise zur deutschsprachigen Literatur	99
Übungsfragen	99
 Wahrnehmung	 105
3.1 Die Stufen des Wahrnehmungsprozesses	106
3.1.1 Der proximale und der distale Reiz	108
3.1.2 Realität, Mehrdeutigkeit und Täuschungen	109
3.1.3 Theoretische Ansätze in der Wahrnehmungsforschung	112
3.2 Sensorisches Wissen über die Welt	114
3.2.1 Von der physikalischen Energie zu Sinnesempfindungen	115
3.2.2 Psychophysik	116
3.3 Das visuelle System	122
3.3.1 Das Auge des Menschen	123
3.3.2 Verarbeitung in der Retina (Netzhaut)	124
3.3.3 Pfade ins Gehirn	125
3.3.4 Farbwahrnehmung	127
3.3.5 Ausblick: Molekulare Grundlagen des Sehens	129
3.4 Prozesse der Wahrnehmungsorganisation	130
3.4.1 Gliederung in Bereiche	130

3.4.2	Figur und Grund131
3.4.3	Geschlossenheit und Gruppierung131
3.4.4	Das Prinzip der guten Gestalt und das Gesetz der Prägnanz133
3.4.5	Integration von Reizkonfigurationen in Bezugsrahmen134
3.4.6	Bewegungs wahrnehmung134
3.4.7	Tiefenwahrnehmung136
3.4.8	Wahrnehmungskonstanzen140
3.5	Die Prozesse der Identifikation und des Erkennens (Einordnens)143
3.5.1	Bottom-up- und Top-down-Verarbeitung143
3.5.2	Einordnen (Erkennen) von Objekten145
3.5.3	Kontext- und Erwartungseinflüsse147
	Zusammenfassung148
	Hinweise zur deutschsprachigen Literatur153
	Übungsfragen153
4	Bewußtsein163
4.1	Inhalte des Bewußtseins163
4.1.1	Bewußtheit und Bewußtsein164
4.1.2	Formen des Bewußtseins165
4.2	Bewußtheit und Aufmerksamkeit166
4.2.1	Modellvorstellungen zur Aufmerksamkeit166
4.2.2	Aufmerksamkeit und nicht bewußte Verarbeitungsprozesse171
4.3	Funktion des Bewußtseins172
4.3.1	Das Leib-Seele-Problem173
4.3.2	Sicherung des Überlebens175
4.3.3	Konstruktion der Realität175
4.3.4	Die Erforschung des Funktion des Bewußtseins176
4.4	Alltägliche Veränderungen des Bewußtseins176
4.4.1	Tagträumen und Phantasieren178
4.4.2	Schlafen und Träumen179
4.5	Bewußtseinsweiterungen186
4.5.1	Hypnose187
4.5.2	Bewußtseinsverändernde Drogen190
	Zusammenfassung195
	Hinweise zur deutschsprachigen Literatur197
	Übungsfragen197

5	Lernen und Gedächtnis	205
5.1	Die Erforschung des Lernens.	206
5.1.1	Was ist Lernen?.	206
5.1.2	Behaviorismus und Verhaltensanalyse.	207
5.2	Klassische Konditionierung: Das Erlernen von Signalen	208
5.2.1	Das Paradigma des klassischen Konditionierens	209
5.2.2	Der Erwerb der konditionierten Reaktion.	211
5.2.3	Konditionierungsprozesse.	212
5.2.4	Anwendungsbereiche der klassischen Konditionierung.	214
5.3	Operantes Konditionieren: Lernen anhand von Konsequenzen.	218
5.3.1	Das Gesetz des Effektes und die experimentelle Verhaltensanalyse.	218
5.3.2	Kontingente Verstärkungen (Verhaltenskontingenzen).	219
5.3.3	Eigenschaften von Verstärkern.	223
5.3.4	Shaping (Verhaltensformung) und Chaining (Kettenbildung).	225
5.4	Neuere Ansätze zum Lernen.	227
5.4.1	Biologie und Lernen.	227
5.4.2	Kognitive Einflüsse auf das Lernen.	229
5.4.3	Beobachtungslernen.	232
5.5	Was ist das Gedächtnis?.	234
5.5.1	Gedächtnisarten.	234
5.5.2	Gedächtnisprozesse.	235
5.6	Sensorisches Gedächtnis.	237
5.6.1	Ikonisches Gedächtnis.	238
5.6.2	Echoartiges (echoisches) Gedächtnis.	239
5.7	Kurzzeitgedächtnis (KZG).	240
5.7.1	Die Kapazitätsbegrenzungen des Kurzzeitgedächtnisses.	240
5.7.2	Wie man sich auf die Kapazität des Kurzzeitgedächtnisses einstellt.	241
5.7.3	Kurzzeitgedächtnis als Arbeitsgedächtnis.	244
5.8	Langzeitgedächtnis (LZG): Die Prozesse des Enkodierens und Abrufens.	244
5.8.1	Abrufhilfen (»retrieval cues«).	245
5.8.2	Kontext und Enkodierung.	248
5.8.3	Die Prozesse der Enkodierung und des Abrufens	250

5.8.4	Verbesserung des Gedächtnisses für unstrukturierte Informationen.	253
5.8.5	Metagedächtnis.	254
5.9	Strukturen im Langzeitgedächtnis.	255
5.9.1	Gedächtnisstrukturen.	255
5.9.2	Nutzung von Gedächtnisstrukturen.	260
5.9.3	Erinnern als rekonstruktiver Prozeß.	261
	Zusammenfassung.	264
	Hinweise zur deutschsprachigen Literatur.	267
	Übungsfragen.	268
	Kognitive Prozesse.	275
6.1	Die Erforschung der Kognition.	276
6.1.1	Die »kognitive Wende«.	276
6.1.2	Wege zur Beobachtung kognitiver Prozesse und Inhalte.	277
6.2	Sprechen und Sprachverstehen.	282
6.2.1	Sprachproduktion.	282
6.2.2	Sprachverstehen.	287
6.3	Visuelle Kognition.	291
6.3.1	Visuelle Repräsentationen.	291
6.3.2	Der Gebrauch visueller Repräsentationen.	292
6.3.3	Die Kombination sprachlicher und visueller Repräsentationen.	294
6.4	Problemlösen und Schlußfolgern.	295
6.4.1	Problemlösen.	295
6.4.2	Deduktives Schließen.	299
6.4.3	Induktives Schließen.	301
6.5	Urteilen und Entscheiden.	303
6.5.1	Urteilsheuristiken und Urteilsverzerrungen.	303
6.5.2	Entscheiden.	307
	Zusammenfassung.	311
	Hinweise zur deutschsprachigen Literatur.	313
	Übungsfragen.	314
	Motivation.	319
7.1	Was ist Motivation?.	319
7.1.1	Die Funktion von Motivationsbegriffen.	320

7.1.2	Quellen der Motivation	320
7.1.3	Eine Hierarchie der Bedürfnisse	324
7.2	Sexualität	325
7.2.1	Sexualität im Tierreich	326
7.2.2	Sexualität des Menschen	327
7.3	Aggression und Gewalt	333
7.3.1	Angeborene Aggression	334
7.3.2	Physiologische Grundlagen der Aggression	336
7.3.3	Die Frustrations-Aggressions-Hypothese	336
7.3.4	Aggression als provozierte Bereitschaft	338
7.3.5	Sozial erlernte Aggression	338
7.3.6	Pornographie und Gewalt	341
7.3.7	Dehumanisierung und Aggression	342
7.4	Leistungsmotivation	345
7.4.1	Das Leistungsmotiv	345
7.4.2	Die Attribution von Erfolg und Mißerfolg	346
	Zusammenfassung	350
	Hinweise zur deutschsprachigen Literatur	352
	Übungsfragen	353
8	Emotion, Streß und Gesundheit	359
8.1	Emotionen: Kulturelle Einflüsse und biologische Grundlagen	359
8.1.1	Kulturelle Einflüsse	360
8.1.2	Physiologie der Emotionen	363
8.2	Emotionstheorien	364
8.2.1	Die James-Lange-Theorie der Körperreaktionen	364
8.2.2	Die Cannon-Bord-Theorie der zentralen neuralen Prozesse	364
8.2.3	Die Lazarus-Schachter-Theorie der Bewertung	365
8.3	Die Funktion von Emotionen	367
8.4	Streß	370
8.4.1	Physiologische Streßreaktionen	370
8.4.2	Psychologische Streßreaktionen	375
8.5	Bewältigung (> coping <) und soziale Unterstützung	383
8.5.1	Veränderung kognitiver Strategien	384
8.5.2	Soziale Unterstützung	386
8.6	Aufgaben und Themen der Gesundheitspsychologie	387
8.6.1	Ein biopsychosoziales Modell der Gesundheit	387

8.6.2	Gesundheitsförderung	388
8.6.3	Essen, Hungern und Diät	394
8.6.4	Gesundheit und Persönlichkeit	397
	Zusammenfassung	399
	Hinweise zur deutschsprachigen Literatur	400
	Übungsfragen	401
9	Soziale Einflüsse und Prozesse	409
9.1	Der Einfluß der sozialen Situation auf das Handeln	409
9.1.1	Rollen und soziale Regeln	410
9.1.2	Konformität: Die Wirkung von sozialen Normen und Informationen	412
9.1.3	Nonkonformität und der Einfluß von Minoritäten..	416
9.1.4	Autorität und Gehorsam	417
9.1.5	Hilfeleistung	423
9.2	Die Konstruktion der sozialen Realität	426
9.2.1	Soziale Wahrnehmung	426
9.2.2	Soziale Realität und Einstellungen	433
9.3	Soziale Beziehungen	435
9.3.1	Vorurteile	435
9.3.2	Interpersonale Anziehung (Attraktion).	438
	Zusammenfassung	442
	Hinweise zur deutschsprachigen Literatur	443
	Übungsfragen	444
10	Entwicklung	449
10.1	Aufgaben, Methoden und Konzepte der Entwicklungspsychologie	450
10.1.1	Entwicklung beschreiben	450
10.1.2	Wie man generelle Entwicklungsprozesse erklärt	454
10.1.3	Individuelle Genotypen und die Umwelt	456
10.1.4	Der kulturelle Rahmen der Entwicklung	458
10.2	Ein theoretischer Rahmen zum Verständnis der lebenslangen Entwicklung: Die psychosozialen Entwicklungsstufen nach Erikson	459
10.3	Kognitive Entwicklung in der Kindheit	462
10.3.1	Piagets Auffassung der kognitiven Entwicklung	462
10.3.2	Neuere Ansätze zur kognitiven Entwicklung	466

10.4	Kognitive Entwicklung im Jugend- und Erwachsenenalter	471
10.4.1	Postformales Denken.	471
10.4.2	Kognitive Veränderungen im höheren Erwachsenenalter.	472
10.5	Spracherwerb.	476
10.5.1	Der Kontext des Spracherwerbs.	476
10.5.2	Sprachwahrnehmung	477
10.5.3	Der Erwerb von Wortbedeutungen.	478
10.5.4	Grammatikerwerb.	480
10.6	Sozialisation und sozial-emotionale Entwicklung in der Kindheit	484
10.6.1	Bindung (»attachment«).	484
10.6.2	Der Einfluß der elterlichen Erziehung.	487
10.6.3	Geschlechtsidentität und Geschlechtsrollenerwerb	489
10.7	Entwicklung im Jugend- und Erwachsenenalter.	492
10.7.1	Der Mythos des Jugendalters als »Sturm-und-Drang-Periode«.	493
10.7.2	Identitätsbildung im Jugendalter.	494
10.7.3	Das Erwachsenenalter: Intimität und Generativität	496
10.7.4	Die kulturelle Konstruktion des hohen Lebensalters	498
10.7.5	Der Lebensabend.	500
10.8	Moralentwicklung.	502
10.8.1	Moralisches Urteilen.	503
10.8.2	Moralisches Handeln.	506
	Zusammenfassung	507
	Hinweise zur deutschsprachigen Literatur.	509
	Übungsfragen.	510
11	Persönlichkeit	519
1	11.1 Was ist Persönlichkeit?	520
	11.2 Typologien und Eigenschaftstheorien.	520
	11.2.1 Persönlichkeitstypen	520
	11.2.2 Persönlichkeitseigenschaften	522
	11.2.3 Eigenschaften und Vererbbarkeit.	525
	11.2.4 Erlauben Persönlichkeitseigenschaften Vorhersagen?	527
	11.2.5 Bewertung des Typen-und Eigenschaftsansatzes	529
	11.3 Dynamische Persönlichkeitstheorien.	530
	11.3.1 Grundbegriffe in Freuds psychodynamischer Theorie.	530
	11.3.2 Die Struktur der Persönlichkeit.	533

11.3.3	Verdrängung und Abwehr	533
11.3.4	Die Psychoanalyse nach Freud	534
11.3.5	Bewertung der dynamischen Persönlichkeitstheorie Freuds	536
11.4	Humanistische Theorien	537
11.4.1	Der personenzentrierte Ansatz von Carl Rogers	538
11.4.2	Bewertung der humanistischen Theorien	538
11.5	Kognitive und sozialkognitive Persönlichkeitstheorien.	539
11.5.1	Eine kognitive Persönlichkeitstheorie: Kellys Theorie der persönlichen Konstrukte.	540
11.5.2	Die sozialkognitive Persönlichkeitstheorie Walter Mischeis	541
11.5.3	Die sozialkognitive Persönlichkeitstheorie Albert Banduras	542
11.5.4	Bewertung der kognitiven und sozialkognitiven Theorien.	545
11.6	Theorien über das Selbst	545
11.6.1	Der dynamische Aspekt von Selbstkonzepten	546
11.6.2	Selbstwertgefühl und Selbstdarstellung.	547
11.6.3	Bewertung der Theorien des Selbst.	549
11.7	Persönlichkeitstheorien im Vergleich	549
	Zusammenfassung	550
	Hinweise zur deutschsprachigen Literatur.	551
	Übungsfragen.	552
12	Diagnostik und Intelligenzforschung	557
12.1	Was ist Diagnostik?	558
12.2	Gütekriterien und Arten diagnostischer Information.	559
12.2.1	Gütekriterien	559
12.2.2	Informationsquellen	563
12.3	Erforschung und Diagnostik der menschlichen Intelligenz	565
12.3.1	Die Geschichte der Intelligenzmessung	566
12.3.2	Intelligenztheorien	569
12.3.3	Intelligenz und Kreativität	573
12.3.4	Gebrauch und Mißbrauch des Intelligenzquotienten (IQ).	574
12.4	Persönlichkeitsdiagnostik	579
12.4.1	Objektive Tests.	579
12.4.2	Projektive Tests.	584

12.4.3 Bewertung der Persönlichkeitsdiagnostik	586
12.5 Politische und ethische Probleme der angewandten Diagnostik	587
Zusammenfassung	588
Hinweise zur deutschsprachigen Literatur	590
Übungsfragen	591

13 Klinische Psychologie: Psychische Störungen

erkennen und verstehen601
13.1 Was sind psychische Störungen?602
13.2 Die Klassifikation psychischer Störungen603
13.2.1 Ziele der Klassifikation604
13.2.2 DSM-IV und ICD-10604
13.2.3 Die Entwicklung der diagnostischen Kategorien des DSM-IV606
13.3 Wichtige Kategorien psychischer Störungen606
13.3.1 Persönlichkeitsstörungen608
13.3.2 Dissoziative Störungen609
13.3.3 Sexuelle Störungen610
13.3.4 Angststörungen612
13.3.5 Affektive Störungen616
13.3.6 Schizophrenien (schizophrene Störungen)619
13.4 Erklärungsansätze623
13.4.1 Modelle psychischer Störungen623
13.4.2 Modellintegration zur Erklärung der Schizophrenie625
13.5 Probleme und Folgen der Etikettierung psychischer Störungen629
13.5.1 Das Problem der Objektivität629
13.5.2 Das Problem der Stigmatisierung631
Zusammenfassung633
Hinweise zur deutschsprachigen Literatur635
Übungsfragen636

14 Klinische Psychologie: Therapieren 643

14.1 Der Kontext der Therapie643
14.1.1 Die wichtigsten Ziele und Therapieformen643
14.1.2 Eintritt in die Therapie645
14.1.3 Helfer und Therapeuten645

14.1.4	Der kulturelle Rahmen der Therapie646
14.2	Psychodynamische Therapien647
14.2.1	Die Psychoanalyse Sigmund Freuds647
14.2.2	Die Entwicklung der Psychoanalyse nach Freud651
14.3	Verhaltenstherapien652
14.3.1	Gegenkonditionierung653
14.3.2	Kontingenzmanagement656
14.3.3	Therapie auf der Grundlage des sozialen Lernens658
14.3.4	Generalisierungstechniken661
14.4	Kognitive Therapien661
14.4.1	Kognitive Verhaltensmodifikation661
14.4.2	Veränderung unangemessener Überzeugungen663
14.5	Existentialistisch-humanistische Therapien665
14.5.1	Klientenzentrierte Therapie665
14.5.2	Gruppentherapien666
14.5.3	Paar- und Familientherapie668
14.6	Ist Psychotherapie wirksam?669
14.6.1	Methoden und Methodenprobleme bei der Bewertung der Effektivität von Therapien669
14.6.2	Die Entwicklung besserer Therapien670
14.6.3	Präventionsstrategien673
	Zusammenfassung674
	Hinweise zur deutschsprachigen Literatur676
	Übungsfragen677

**15 Erziehungsstile und Erziehungsprozesse: Eine Einführung
in ausgewählte Teilbereiche der Pädagogischen Psychologie 683**
Siegfried Hoppe-Graf

15.1	Das Feld der Pädagogischen Psychologie683
15.1.1	Ziele und Aufgaben der Pädagogischen Psychologie684
15.1.2	Zur Geschichte der Pädagogischen Psychologie als Wissenschaft685
15.1.3	Die Beziehung der Pädagogische Psychologie zu anderen psychologischen Teilfächern686
15.1.4	Tätigkeiten und Berufsfelder von pädagogischen Psychologen687
15.2	Elterliche Erziehungsstile690
15.2.1	Spielt die elterliche Erziehung eine Rolle?691
15.2.2	Welcher Erziehungsstil ist die günstigste Entwicklungsbedingung?692

15.2.3 Warum ist die autoritative Erziehung überlegen? . . . 696

15.3 Erziehungseinflüsse auf die Internalisierung von Normen
und Werten 697

15.3.1 Hoffmans Theorie des Einflusses
der elterlichen Erziehung
auf den Prozeß der Internalisierung 697

15.3.2 Erweiterungen und Revisionen der Theorie 698

15.4 Elterliche Erziehung und die Entwicklung
aggressiven Verhaltens 702

15.4.1 Das Early-Starter-Modell 705

15.4.2 Elterliche Einflüsse auf die Genese
von Problemverhalten: Längsschnittbeobachtungen
an Kindern und Erwachsenen 707

15.5 Ausblick: Neue Themen und Herausforderungen
der Pädagogischen Psychologie 709

15.5.1 Neue Themen 709

15.5.2 Neue Herausforderungen 709

Zusammenfassung 710

Hinweise zur deutschsprachigen Literatur 713

Übungsfragen 715

16 Arbeits-, Betriebs- und Organisationspsychologie:

Die Arbeitswelt gestalten 719
Barbara Keller

16.1 »Arbeit ist das halbe Leben ...«: Das Gebiet
der Arbeits-, Betriebs- und Organisationspsychologie
(ABO-Psychologie) 720

16.2 Warum arbeiten wir, und was haben wir davon?
Arbeitsmotivation und Arbeitszufriedenheit 721

16.2.1 Theorien der Arbeitsmotivation 721

16.2.2 Arbeitszufriedenheit 728

16.2.3 Belastung und Streß 730

16.3 Veränderte Arbeitsbedingungen 732

16.3.1 Neue Technologien 732

16.3.2 Flexible Arbeitszeitgestaltung 734

16.3.3 Arbeitslosigkeit 737

16.4 Psychologie in Organisationen 744

16.4.1 Organisationsform und Organisationsstruktur 744

16.4.2 Teams, Gruppen und Qualitätszirkel - Chancen
und Probleme 746

16.4.3 Führung	750
16.4.4 Wenn der Arbeitsplatz zum Kampfplatz wird: Mobbing	753
16.5 Arbeit und Persönlichkeit: Auswahl und Auswirkungen . . .	755
16.5.1 Personalauswahl	755
16.5.2 Arbeit und Persönlichkeitsentwicklung	761
Zusammenfassung	768
Hinweise zur deutschsprachigen Literatur	770
Übungsfragen	772
Glossar	781
Literatur	803
Sachverzeichnis	875
Quellenverzeichnis	901