

DuMont Schnellkurs

PSYCHOLOGIE

Wolfgang Wiedemann

Inhalt

Perspektiven des Seelenlebens

Psychologie überall	8
Zugänge zur Seele	10
Neurobiologie und Evolutionspsychologie	n
Verhaltenspsychologie - wie wir handeln	12
Kognitive Psychologie - wie wir denken	15
Psychodynamische Psychologie - was uns motiviert und treibt	17
Die phänomenologische Psychologie - wie wir etwas erleben	18

^fH^prlr uns verändern: Entwicklungspsychologie

Was heißt Entwicklung?	22
Nature versus Nurture, angeboren oder anerzogen?	22
Reifen Menschen wie die Pflaumen? Das Konzept der Reifung	24
Der kompetente Säugling	25
Unterhalt und Unterhaltung: Was Kinder brauchen	26
Kaputte Kindheit, kaputtes Leben?	27
Entwicklungen	29
Wie lernt man lernen? Kognitive Entwicklung	29
Anständig wird man nicht geboren: Die Entwicklung der Moral	32
Entwicklung der Beziehungen	35
Einflüsse	40
Erziehung: Kinder geraten trotzdem gut	40
Ganz der Papa! - Identifikation	42
Von Schlampen und Emanzen, Machos und Weicheiern:	
Geschlechterrollen	43
Die Reihenfolge ist wichtig	46
»Pubertät ist, wenn die Eltern schwierig werden«	46
Krise in Variationen: Das Leben	48
Burnout - eine neue Krankheit oder Gesundheit?	50

B U H ⁹ " 7Vöm tan** WM! Vergessen

Vom Lernen und Vergessen	52
Die Pawlowschen Experimente	52
Wissenschaft zum Fürchten: Der kleine Albert	54
Die Macht der Belohnung: Operante Konditionierung	54
Lob: Auf die Dosierung kommt es an	56
Das Aha-Erlebnis	58
Gedächtnis	60
Kurzzeit- und Langzeit-Gedächtnis	66
Wie lässt sich das Gedächtnis verbessern?	69

Inhalt

Was uns treibt, was uns bewegt: Motivation und Emotion

Was ist der Mensch? Vernünftig, mechanisch oder triebhaft?	70
Die Mechanik des Lebendigen: Instinkte	71
Triebtäter: Bedürfnisse befriedigen	72
Alles im Grünen Bereich: Das Konzept der Homöostase	72
Halb zog sie ihn, halb sank er hin: Anreize - »Incentives«	73
Theorie in der Praxis	
Hunger: Fakten zum Fressen	74
Schlimmer als Heimweh: Durst	80
Sex: Gehört er zum täglichen Brot?	81
Der Tod im Leben: Aggression	91
Erst das Fressen: Maslows Bedürfnispyramide	101
Persönlichkeit - was ist das?	102
»Das Ich ist ein körperliches«	102
Typen von Seelen	104
Typen, die man messen kann: »Traits«	105
Wie man sich bettet, so liegt man: »self generated environments«	107
Basic Instinct: Psychoanalytische Persönlichkeitstheorie	108
Der Eisbergmensch	108
Die drei Etagen der Seele: Es, Ich, Über-Ich	109
Sich die Angst vom Leib halten: Die Abwehrmechanismen	113
Erogene Zonen: Die Entwicklung der Persönlichkeit	114
Wer sind wir nun wirklich? Vom Sex zum Selbst	117
Selbstverwirklicher oder Vorbilder?	117
Hier bin ich Mensch, hier darf ich's sein: Kongruenz-Erleben	118
Himmel auf Erden: Bedingungslose Annahme	120
Wonach die Seele lebenslänglich hungert: Selbst-Psychologie	121
Die Evolutionspsychologie: Der Kerl mit der Keule aus der Höhle	122
Der Sinn der Weltgeschichte?	
Viele Kinder und für jedes nur das Beste!	123
Männer sind für eheliche Treue - was ihre Frauen betrifft	124
Warum Frauen nicht einparken und Männer nicht zuhören können:	
Zwei andere Erklärungen	125
Die Sexualität der Frau: Freuds »Dark Continent«	127
Die Mütter sind's, die Mütter! - Objektbeziehungstheorie	128

Der ganz normale Wahnsinn: Frustration	130
Grundkonflikte des Lebens	130
»Greife lieber zur HB«: Reaktionen auf Frustrationen	132
Mit der Angst fertigwerden: Abwehrmechanismen und Coping	137
Stress lass' nach!	144
Seelische Erkrankungen	148
Neurosen	152
Psychosen	156
Persönlichkeitsstörungen	157
Boderline- Störung	159
<i>Exkurs: Was hilft? - Therapieformen</i>	160
- Analytische Psychotherapie	160
- Tiefenpsychologisch fundierte und psychodynamische Therapie	161
- Verhaltenstherapie	161
- Weitere Therapieformen	162
Unter uns: Sozialpsychologie	
Gruppen verändern Menschen	164
Der fundamentale Attributionsfehler	164
Schon Zuschauen hilft - aber wann?	164
Deindividuation und Entmenschlichung	165
... und alle haben nur zugeschaut: Der »bystander effect«	167
Variationen von Gehorsam	168
Was Institutionen aus uns machen: Das Stanford Prison Experiment	
Warum wir auf wen fliegen: Die Psychologie der Liebe	177
Was passiert, wenn wir uns verlieben?	181
Spielarten der Liebe	182
, Eine trianguläre Theorie der Liebe	182
liebe aus der Steinzeit	183
»Marmor, Stein und Eisen bricht...«	188
Sibliographie	186
ster	188
IUildnachweis	190