

# **Psychologie**

von

Prof. Dr. Detlef Fetchenhauer

2., vollständig überarbeitete Auflage

Verlag Franz Vahlen München

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort – Eine Gebrauchsanweisung für den Leser . . . . .	V
Danksagungen . . . . .	VII
<b>Kapitel 1 Was ist eigentlich Psychologie und wie beeinflusst die Steinzeit unser Verhalten? . . . . .</b>	<b>1</b>
Einladung zur Psychologie . . . . .	3
Was ist Psychologie? . . . . .	5
Eine kurze Geschichte der Erde und der Menschheit . . . . .	5
Die Theorie der natürlichen Selektion von Charles Darwin . . . . .	9
Grundlagen der modernen Evolutionspsychologie . . . . .	13
Proximate versus ultimate Erklärungen . . . . .	14
Die Vergangenheit erklärt die Gegenwart . . . . .	15
Exkurs: Warum gibt es heute so wenige Kinder? . . . . .	16
Warum Evolution nichts mit Moral zu tun hat . . . . .	17
Ist Evolutionspsychologie nichts anderes als das Erzählen von Anekdoten? . . . . .	18
Let's talk about Sex – zur Bedeutung sexueller Selektion . . . . .	20
Sexuelle Selektion und Unterschiede zwischen Frauen und Männern . . . . .	22
Evolutionspsychologie – Sackgasse oder Königsweg? . . . . .	23
Die Entwicklung der Menschheit (Erich Kästner) . . . . .	24
Kurz und gut . . . . .	25
Studentenfutter . . . . .	25
<b>Kapitel 2 Wenn du denkst, du denkst ... Zur Psychologie von Kognitionen und Bewusstsein . . . . .</b>	<b>27</b>
Welche kognitiven Fähigkeiten unterscheiden den Menschen von anderen Spezies? . . . . .	29
Sprache . . . . .	30
Empathie . . . . .	32
Phantasie . . . . .	34
Von Schweizer Armeemessern: Modulare Intelligenz . . . . .	35
Heuristiken und kluge Daumenregeln . . . . .	37

Exkurs: Ein Beispiel für eine adaptive Heuristik – Einfädeln auf der Autobahn 39

Warum haben Menschen ein Bewusstsein? ..... 40

Knifflige Fragen: Das Leib-Seele-Problem und die Frage der Willensfreiheit. . . . . 45

    Das Leib-Seele-Problem und die Relevanz neurologischer Forschung . . . . . 46

    Gibt es einen freien Willen? . . . . . 48

    Ausblick . . . . . 49

Kurz und gut . . . . . 50

Studentenfutter . . . . . 50

**Kapitel 3 Eine Frage des Gefühls – zur Psychologie von Emotion und Motivation . . . . . 51**

Über das grundsätzliche Verhältnis von Motiven und Emotionen . . . . . 53

Wie lassen sich verschiedene Emotionen unterscheiden? . . . . . 55

    Zur Subjektivität von Emotionen . . . . . 56

Was wollen wir? . . . . . 57

    Nichtsoziale Motive . . . . . 58

    Soziale Motive . . . . . 60

    Intrinsische versus extrinsische Motivation . . . . . 62

    Explizite versus implizite Motive . . . . . 64

Warum unser Motivsystem kein Dampfkochtopf ist . . . . . 66

Anfangs wollt ich fast verzagen... Warum auch starke Gefühle nicht von Dauer sind . . . . . 67

Warum Menschen keine Sonnenuhren sind . . . . . 69

Kurz und gut . . . . . 72

Studentenfutter . . . . . 72

**Kapitel 4 Anlage versus Umwelt – wie viel menschliches Verhalten ist gelernt? . . . . . 73**

Der Schneider von Ulm und die Verheißung der Tabula rasa . . . . . 75

Behavioristische Lerntheorien . . . . . 77

    Pawlow und das Phänomen der klassischen Konditionierung . . . . . 78

    Die Theorie des instrumentellen Konditionierens . . . . . 79

    Exkurs: Angewandte Lernpsychologie – jedes Kind kann schlafen lernen. . . 82

    Die sozial-kognitive Lerntheorie von Bandura . . . . . 83

Zur Kritik am Behaviorismus . . . . . 86

    Zur Modularität der Lernfähigkeit . . . . . 86

Die Stimulusabhängigkeit von Lernkurven . . . . . 88  
 Warum einige Stimulus-Reaktionsverbindungen sehr schnell gelernt werden 89

Eine abschließende Würdigung des Behaviorismus . . . . . 90

Der Kulturpessimismus der Evolutionspsychologie und der Abschied von den  
 Utopien . . . . . 92

Kurz und gut . . . . . 93

Studentenfutter . . . . . 94

**Kapitel 5 Eine kurze Einführung in die Wissenschaftstheorie . . . . . 95**

Was ist eigentlich eine (gute) Theorie? . . . . . 97

Deduktive und induktive Logik . . . . . 101  
 Die Logik von deduktiven Beweisen . . . . . 101  
 Induktive Logik und ihre Probleme . . . . . 102

Sir Karl – die Wissenschaftstheorie von Karl Popper . . . . . 104  
 Falsifikationismus . . . . . 105  
 Hat Popper das Induktionsproblem wirklich gelöst? . . . . . 107  
 Das Duhem-Quine-Problem . . . . . 109

Was für eine gute Theorie irrelevant ist . . . . . 112

Exkurs: Wissenschaftler und Künstler . . . . . 114

Kurz und gut . . . . . 116

Studentenfutter . . . . . 117

**Kapitel 6 Psychologie als Wissenschaft . . . . . 119**

Wissenschaftstheoretische Besonderheiten der Psychologie . . . . . 121  
 Zur Messung latenter Konstrukte . . . . . 122

Was sind psychologische Daten? . . . . . 124  
 Selbstauskünfte (Befragungen) . . . . . 124  
 Angaben von Informanten . . . . . 125  
 Objektive Daten . . . . . 126  
 Beobachtungsdaten . . . . . 126  
 Zur Kombination verschiedener Datenquellen und Forschungsmethoden . . 129

Exkurs: Was ist ein Korrelationskoeffizient? . . . . . 130

Korrelative versus experimentelle Forschung . . . . . 132  
 Mögliche Interpretationen korrelativer Zusammenhänge . . . . . 132  
 Die Logik und die Vorteile des Experiments . . . . . 134  
 Grenzen des Experiments . . . . . 136

Zur Replizierbarkeit psychologischer Studien . . . . .	137
Kurz und gut . . . . .	139
Studentenfutter . . . . .	139
<b>Kapitel 7 Offenbarung oder nur Einbildung – warum glauben Menschen an Gott?</b> . . . . .	141
Religion als Thema der Psychologie . . . . .	143
Gibt es Gott? . . . . .	144
Rationale Theologie . . . . .	145
Offenbarungstheologie . . . . .	146
Agnostizismus versus Atheismus . . . . .	149
Zur psychologischen Erklärung von Religiosität . . . . .	150
Ist Religiosität adaptiv? . . . . .	150
Religion als evolutionäres Nebenprodukt . . . . .	153
Der menschliche Geist als Kontingenzsuchmaschine . . . . .	153
Bestätigungsfehler . . . . .	155
Die Wahrnehmung übernatürlicher Agenten . . . . .	156
Eigenschaften von Göttern . . . . .	157
Die Bausteine religiöser Glaubenssysteme . . . . .	159
Warum Menschen an eine unsterbliche Seele glauben . . . . .	160
Religion, Wissenschaft und Aberglaube . . . . .	161
Kurz und gut . . . . .	162
Studentenfutter . . . . .	163
<b>Kapitel 8 Liegt alles in den Genen? Zur Psychologie der Persönlichkeit</b> . . . . .	165
Was versteht man unter Persönlichkeit? . . . . .	167
Die Big Five . . . . .	168
Emotionale Stabilität (Neurotizismus) . . . . .	170
Extraversion . . . . .	171
Offenheit für Erfahrungen . . . . .	172
Verträglichkeit . . . . .	173
Gewissenhaftigkeit . . . . .	173
Grenzen der Big Five . . . . .	175
Intelligenz . . . . .	175
Woher stammen Persönlichkeitsunterschiede zwischen Menschen? . . . . .	179
Zur Logik der Verhaltensgenetik . . . . .	179

Eine alternative Erklärung für den Einfluss der Gene auf unsere Persönlichkeit . . . . .	182
Zur Interaktion von Anlage und Umwelt . . . . .	184
Zum Zusammenhang von Persönlichkeit und Verhalten . . . . .	185
Exkurs: Auf der Suche nach Spitzenleistungen . . . . .	186
Kurz und gut . . . . .	189
Studentenfutter . . . . .	189
 <b>Kapitel 9 Psychische Störungen – wenn die Seele krank ist . . . . .</b>	 191
Verrückte, Spinner, Psychos. Was ist eine psychische Störung? . . . . .	193
Beispiele psychischer Störungen . . . . .	194
Abhängigkeitsstörungen . . . . .	195
Affektive Störungen . . . . .	195
Angst- und Zwangsstörungen . . . . .	197
Posttraumatische Belastungsstörungen . . . . .	198
Somatoforme Störungen . . . . .	198
Essstörungen . . . . .	199
Psychotische Störungen . . . . .	200
Zur Häufigkeit psychischer Störungen . . . . .	200
Sind Sie psychisch gesund? Ein Selbsttest mit vier Fragen . . . . .	203
Exkurs: Freiwillig aus dem Leben scheiden? . . . . .	205
Gemeinsamkeiten psychischer Störungen . . . . .	206
Warum? Erklärungen psychischer Störungen . . . . .	209
Psychische Störungen aus evolutionärer Perspektive . . . . .	212
Die Mismatch-Hypothese . . . . .	213
Psychische Störungen als übertriebene Adaptationen . . . . .	214
Kurz und gut . . . . .	216
Studentenfutter . . . . .	216
 <b>Kapitel 10 Können Männer wirklich nicht zuhören?     Zur Psychologie der Geschlechterunterschiede . . . . .</b>	 217
Bestseller in der Bahnhofsbuchhandlung . . . . .	219
Worin unterscheiden sich Männer und Frauen? . . . . .	220
Empathie und Fürsorglichkeit . . . . .	221
Ehrgeiz und Kompetivität . . . . .	222
Selbstbewusstsein und Assertivität . . . . .	224
Aggressivität und Gewalt . . . . .	225

Risikobereitschaft . . . . .	225
Mozart versus Jack the Ripper . . . . .	225
Sozialkonstruktivistische Erklärungen für Geschlechterunterschiede . . . . .	227
Evolutionspsychologische Erklärungen für Geschlechterunterschiede . . . . .	229
Die bio-soziale Theorie von Eagly und Wood . . . . .	229
Empirische Studien zur Überprüfung konkurrierender Theorien . . . . .	231
Geschlechterunterschiede in der Furcht vor Kriminalität . . . . .	231
Der Einfluss des Menstruationszyklus auf die weibliche Psyche . . . . .	233
Partnerwahlpräferenzen und weibliche Teilhabe an der Macht . . . . .	235
Warum die Wahrheit wie so oft in der Mitte liegt . . . . .	237
Kurz und gut . . . . .	239
Studentenfutter . . . . .	239
<b>Kapitel 11 Indianer und Chinesen – welchen Einfluss hat Kultur auf unser Verhalten?</b> . . . . .	241
Kultur unter der psychologischen Lupe . . . . .	243
Wie lässt sich „Kultur“ definieren? . . . . .	244
Eigenschaften von Kulturen . . . . .	244
Zentrale Werte versus veränderbare Praktiken . . . . .	245
Kulturen ändern sich nur langsam . . . . .	246
Kulturen sind unhinterfragbare Wahrheiten . . . . .	247
Gibt es so etwas wie universelle Werte? . . . . .	248
Wie viel Einfluss hat Kultur auf das Verhalten von Menschen? . . . . .	249
Kultur aus evolutionärer Perspektive . . . . .	250
Wodurch lassen sich Kulturen unterscheiden? . . . . .	252
Machtdistanz . . . . .	253
Femininität versus Maskulinität . . . . .	254
Unsicherheitsvermeidung . . . . .	255
Individualismus versus Kollektivismus . . . . .	256
Langzeit- versus Kurzzeitorientierung . . . . .	259
Genussorientierung versus Zurückhaltung . . . . .	261
Klima und Kultur . . . . .	262
Dänen lügen nicht – finanzielle Ehrlichkeit und interpersonales Vertrauen . . . . .	265
Zusammenfassung . . . . .	267
Kurz und gut . . . . .	268
Studentenfutter . . . . .	268

<b>Kapitel 12 Warum Logik oftmals nicht weiterhilft – normative versus deskriptive Entscheidungstheorie</b> . . . . .	269
Normative Entscheidungstheorie . . . . .	271
Die Prospekt-Theorie . . . . .	275
Die Gewichtung von Wahrscheinlichkeiten . . . . .	276
Die Wertefunktion und die Bedeutung von Framingeffekten . . . . .	277
Wie schätzen Menschen Wahrscheinlichkeiten? . . . . .	279
Wissen Menschen eigentlich, was sie wollen? . . . . .	282
Die Vorhersage zukünftiger Emotionen . . . . .	282
Die Erinnerung an vergangene Ereignisse . . . . .	283
Warum wir vom Leben nichts lernen können . . . . .	286
Die Qual der Wahl . . . . .	286
Warum normative Modelle nicht immer weiterhelfen . . . . .	289
Hübsche Männer und Gebrauchtwagen: Sequentielle vs. simultane Entscheidungen . . . . .	290
Interdependente Entscheidungen – Rationalität in einer irrationalen Welt . . . . .	291
Zusammenfassung und Ausblick . . . . .	293
Kurz und gut . . . . .	293
Studentenfutter . . . . .	294
<b>Kapitel 13 Odysseus und die Sirenen – warum wir manchmal das Falsche tun, obwohl wir wissen, was das Richtige ist</b> . . . . .	295
Was ist ein Selbstkontrollproblem? . . . . .	297
Selbstkontrolle als intertemporales Problem . . . . .	301
Strategien zur Stärkung der eigenen Selbstkontrolle . . . . .	303
Selbstkontrolle als Persönlichkeitsmerkmal . . . . .	305
Selbstkontrolle und Lebenserfolg . . . . .	305
Kleine Kinder und die Fähigkeit zum Belohnungsaufschub . . . . .	306
Selbstkontrolle und Kriminalität – die Theorie von Gottfredson und Hirschi . . . . .	308
Selbstkontrolle und sexuelle Gewalt . . . . .	309
Selbstkontrolle und staatliche Intervention . . . . .	312
Selbstkontrolle aus evolutionärer Perspektive . . . . .	314
Selbstkontrolle und die Frage nach dem Selbst . . . . .	315
Kurz und gut . . . . .	316
Studentenfutter . . . . .	317



<b>Kapitel 14 Is there anybody out there?</b>	
<b>Wie Menschen ihre soziale Umwelt sehen</b> . . . . .	319
Grundlegende Perspektiven sozialer Wahrnehmung . . . . .	321
Naiver Realismus und Egozentrismus . . . . .	321
Konstruktivismus versus evolutionäre Erkenntnistheorie . . . . .	325
Erkennen versus Durchwurschteln – wie Menschen ihren Alltag bestehen . . . . .	328
Exkurs: Wie ökonomische Laien die Wirtschaft sehen . . . . .	330
Wahrnehmung und Erwartung . . . . .	333
Warum hat der das getan? Zur Psychologie von Attributionen . . . . .	335
Internale versus externale Attributionen . . . . .	336
Selbstwertdienliche Attributionen . . . . .	340
Kurz und gut . . . . .	340
Studentenfutter . . . . .	341
<b>Kapitel 15 Is there anybody in there?</b>	
<b>Warum es so schwer ist, sich selbst zu erkennen</b> . . . . .	343
Wer bin ich? . . . . .	345
Selbsterkenntnis: Wollen wir das überhaupt? . . . . .	347
Das Erkennen eigener Fähigkeiten und Defizite . . . . .	348
Warum erkennen inkompetente Menschen ihre Unfähigkeit nicht? . . . . .	350
Warum unterschätzen kompetente Menschen ihre Fähigkeiten? . . . . .	351
Warum lernen Menschen nicht aus ihren Erfahrungen? . . . . .	351
Der Better-than-Average-Effekt . . . . .	353
Der Kern unseres Selbst . . . . .	354
Unser Leben als Geschichte . . . . .	354
Bewusstes versus unbewusstes Selbst . . . . .	357
Wie gelangen wir zu besserer Selbsterkenntnis? . . . . .	358
Introspektion . . . . .	358
Feedback durch andere . . . . .	360
Beobachtung unseres eigenen Verhaltens und Schluss auf unsere Motive . . . . .	362
Systematische Variation unserer eigenen Umwelt . . . . .	363
Lohnt sich Selbsterkenntnis? . . . . .	364
Kurz und gut . . . . .	366
Studentenfutter . . . . .	367

<b>Kapitel 16 Das komplexe Verhältnis von Einstellungen und Verhalten – nur wer sich ändert, bleibt sich treu</b> .....	369
Was sind Einstellungen? .....	371
Warum man aus Einstellungen nicht auf Verhalten schließen kann .....	373
Die Theorie des geplanten Verhaltens .....	374
Multideterminiertheit von Handlungen .....	375
Spezifische versus abstrakte Einstellungen .....	375
Elaboriertheit von Einstellungen und die Rolle eigener Erfahrungen .....	377
Viele Einstellungen sind unbewusst .....	377
Moralische Einstellungen .....	379
Grundlegende Aussagen der Dissonanztheorie .....	382
Wann tritt Dissonanz auf? .....	383
Schlussfolgerungen aus der Dissonanztheorie .....	385
Rechtfertigung des Aufwands .....	386
Dissonanztheorie und die Moralität unseres Verhaltens .....	387
Commitment und Dissonanz .....	390
Das Leben ist nicht konsequent ... ..	391
Kurz und gut .....	392
Studentenfutter .....	393
<b>Kapitel 17 Von Kölnern und Düsseldorfern – über Stereotype, Vorurteile und soziale Identitäten</b> .....	395
Wir und die anderen .....	397
Die motivationale Perspektive .....	400
Theorie der sozialen Identität .....	400
Terror-Management-Theorie .....	402
Die ökonomische Perspektive .....	405
Das Ferienlagerexperiment von Sherif et al. ....	405
Rationale Diskriminierung auf Arbeitsmärkten .....	407
Die kognitive Perspektive .....	408
Die evolutionäre Perspektive .....	412
Zum Umgang mit Stereotypen und Vorurteilen .....	414
Stereotype als Informationen über das eigene Selbst .....	414
Attributionale Ambiguität .....	415
Bedrohung durch Stereotype .....	416
Kurz und gut .....	418

Studentenfutter . . . . .	418
<b>Kapitel 18 Die Furcht vor dem Alleinsein oder „Die Hölle, das sind die anderen“. Warum sind Menschen soziale Wesen? . . . . .</b>	<b>419</b>
Der Mensch – ein Herdentier . . . . .	421
Das Bedürfnis nach Zugehörigkeit . . . . .	422
Ostrazismus . . . . .	424
Konformität . . . . .	425
Reziprozität . . . . .	428
Soziale Dilemmata . . . . .	430
Die Psychologie des Vertrauens . . . . .	433
Zusammenfassung . . . . .	437
Kurz und gut . . . . .	438
Studentenfutter . . . . .	438
<b>Kapitel 19 Von Vätern und Metzgern: Wie soziale Rollen, soziale Normen und sozialer Status unser Handeln bestimmen . . . . .</b>	<b>439</b>
Sozial normal – Was sind soziale Normen? . . . . .	441
Injunktive versus deskriptive Normen . . . . .	442
Warum befolgen Menschen eigentlich soziale Normen? . . . . .	444
Herkunft und Veränderung sozialer Normen . . . . .	448
Soziale Rollen und wie sie uns beeinflussen . . . . .	450
Verschiedene Konzeptionen sozialer Rollen . . . . .	450
Das Stanford-Gefangenenexperiment . . . . .	452
Rollenkonflikte . . . . .	453
Rollen als Be- und Entlastung . . . . .	454
Sozialer Status . . . . .	455
Status, Macht und sozialer Einfluss . . . . .	456
Konsequenzen des sozialen Status . . . . .	456
Zusammenfassung . . . . .	457
Kurz und gut . . . . .	458
Studentenfutter . . . . .	458

<b>Kapitel 20 Dr. Jekyll und Mr. Hyde – zur Psychologie von Gut und Böse</b> .....	459
Warum sind Menschen aggressiv? .....	462
Warum Professoren sich so selten prügeln .....	465
Aggression als kontingentes Verhalten .....	466
Das Märchen von den „edlen Wilden“ .....	467
Frauen, Männer und Gewalt .....	467
Altruismus versus Eigennutz .....	469
Theorien zur Erklärung (scheinbar) altruistischen Verhaltens .....	471
Das Diktatorspiel .....	473
Das Commitment-Modell von Frank .....	474
Zur Psychologie von Fairness und Gerechtigkeit .....	475
Distributive Gerechtigkeit .....	475
Prozedurale Gerechtigkeit .....	477
Das Leben als Fußballspiel .....	478
Der Mensch zwischen Moralität und Scheinheiligkeit .....	479
Zusammenfassung .....	481
Kurz und gut .....	482
Studentenfutter .....	482
<b>Literaturverzeichnis</b> .....	483
<b>Quellenverzeichnis</b> .....	525
<b>Sachverzeichnis</b> .....	531