

Jens Förster

**WARUM WIR TUN
WAS WIR TUN**

**Wie die Psychologie
unseren Alltag bestimmt**

DROEMER

Inhalt

**Einleitung -
Ins pralle Leben**
9

Teil I
Psychologie - Was ist das eigentlich?
13

»Mein Job? Versuchen, Menschen zu verstehen.«	14
1 Versuchen, Sinn zu machen	15
2 Psychologie im Wandel	24
3 Alltagspsychologie und ihre Disziplinen	31
4 Was treibt uns Menschen an?	34
5 Die wissenschaftliche Methodik der Psychologie	43

Teil II
**Die Grundpfeiler der Psychologie:
Denken, Fühlen, Verhalten**
53

Das ABC der Psyche	54
6 Wie wir lernen, erinnern und vergessen - Kognition und Gedächtnis	57
7 Was wir fühlen und warum - Stimmung und Emotionen	77
8 Warum wir planen, handeln und bewerten - Motivation	90
9 Wenig schaurig, dafür schnell: Das Unbewusste	110

Teil III
Alltagspsychologie -
Themen, Bereiche und Problemfelder
133

Was wir untersuchen	134
10 Alles Ratio, oder was? - Einstellungen, Urteilen und Entscheiden	135
11 Ich weiß, wer du bist - Personenbeurteilung	157
12 Wir und »die« - Vorurteile und Diskriminierung	181
13 Ich und mein Rudel - Gruppen, Normen, Konformität	208
14 Wer bin ich, und warum? - Das Selbst	237
15 Wer steuert, wenn nicht ich? - Selbstregulation	273
16 Was will ich? - Lebensziele und Glück	299
17 Was kann ich? - Intelligenz und Kreativität	340
18 Wer mit wem, und warum? - Beziehungen	374
19 »Verstehe ich das richtig?« - Kommunikation	409
20 Der Mensch ist des Menschen Feind und Freund - Aggression und <u>Hilf</u> everhalten	452

Schluss -
Jeder sieht es anders, und keiner weiß, warum
483

Anhang
493

Danksagung	495
Literatur	497
Anmerkungen	498
Bildnachweis	511