

15. Auflage

Nolting • Paulus

# Psychologie lernen

Eine Einführung und Anleitung



**BELTZ**

# 1 Was sind »psychologische« Fragen?

Was sind Fragen, mit denen sich die Psychologie beschäftigt? Wann und wodurch ergeben sie sich? Worin unterscheiden sie sich von denen anderer Wissenschaften?

## 1.1 Psychisch – psychologisch – Psychologie

»Psychologie« ist kein Fremdwort mehr. Der Buchmarkt bietet reichlich Lektüre zur Information. Ein großer bundesweiter Versandhändler listet allein über 65 000 lieferbare Fach- und Sachbücher. Psychologinnen und Psychologen werden auch kaum noch wie Exemplare einer exotischen Gattung betrachtet, denn viele Menschen begegnen ihnen in Beratungsstellen, sozialen Diensten, Kliniken, Volkshochschulen, Medien usw. Auch ist die Verwendung des Wortes »psychologisch« durchaus geläufig (z. B. »das psychologisch wichtige Tor vor Ende der ersten Halbzeit im Fußball«). Dennoch würde es den meisten Menschen schwerfallen, zu sagen, was »psychisch«, »psychologisch« oder »Psychologie« bedeutet.

Geht man vom Wort »Psychologie« aus, dann bezeichnet es die Lehre von der »Seele« oder »Psyche«. Beide Begriffe werden aber in der Psychologie kaum noch verwendet. Einmal, weil sie traditionell durch andere Wissenschaften begrifflich vorbelastet sind (Philosophie, Theologie). Vor allem aber deshalb, weil durch diese Begriffe suggeriert wird, es gebe eine Substanz, eine Art »seelisches Organ«, eben die »Seele«. Ob dies so ist, lässt sich wissenschaftlich nicht überprüfen. Was man dagegen beobachten und damit der wissenschaftlichen Analyse unterziehen kann, sind menschliches »Erleben« und »Verhalten«.

Vom *Erleben*, verstanden als unmittelbare innere Erfahrung, können Menschen berichten; sie können z. B. ihre Gefühle, Vorstellungen, Wünsche mitteilen. Außenstehende können das Erleben anderer Menschen nicht direkt beobachten. Sie sehen nur körper-

liche Reaktionen, die man mit dem Erleben in Zusammenhang bringen kann: Weint jemand, könnte man schließen, er sei traurig; denkbar wären aber auch Schmerz oder Freude. Man sieht hier schon eine grundsätzliche Schwierigkeit: Eindeutige Schlüsse vom Verhalten auf das Erleben anderer Personen sind nicht möglich.

Das *Verhalten* ist der Selbstbeobachtung *und* der Fremdbeobachtung zugänglich. Es umfasst zuerst einmal die für jedermann sichtbaren körperlichen Bewegungen (z. B. ein Mann beobachtet sich beim Rasieren im Spiegel, ein Kind wirft sich brüllend auf den Boden; ein Junge lächelt ein Mädchen an). In der Regel sind es relativ komplexe körperliche Äußerungen wie Sprechen, Mimik, manuelle Tätigkeiten etc., doch können auch einzelne Reaktionen Gegenstand psychologischer Forschung sein (Atmung, Herzschlag, Magenschmerzen, Reflexe etc.). Zunehmend sind auch physiologische Korrelate des Erlebens und Verhaltens wie neuronale, hormonelle oder biochemische Prozesse Gegenstand psychologischer Forschung, insbesondere in der Biologischen Psychologie. Je nach wissenschaftlichem Standort und nach Fragestellung richtet sich der Blick in der psychologischen Analyse eher auf Erlebnisaspekte oder Verhaltensaspekte oder auch beide (s. *Tafel 1*). Von manchen Autoren wird »Verhalten« als Oberbegriff für alle psychischen Vorgänge benutzt, der dann das Erleben mit einschließt. Wir halten einen solchen Wortgebrauch aber für verwirrend und wenig sinnvoll.

### **Wie man Psychologie verstehen kann**

Hermann Ebbinghaus (1850-1909), ein früher Wegbereiter der kognitiv-psychologischen Forschung und Begründer der Gedächtnispsychologie (s. auch S. 139) definiert sie in seinem Buch »Grundzüge der Psychologie« (1902/1908, S. 1f.) beispielhaft vom *Erleben* her: »Die Psychologie ist die Wissenschaft von den *Inhalten und Vorgängen des geistigen Lebens* oder, wie man auch sagt, »die Wissenschaft von den *Bewusstseinszuständen* und den *Bewusstseinsvorgängen*«. Die Psychologie hat es, wenn man dies kurz ausdrückt, mit den Gegenständen der Innenwelt zu tun, im Gegensatz zur Physik im weitesten Sinne als

der Wissenschaft von den Gegenständen der räumlichen und materiellen Außenwelt.«

Floyd L. Ruch & Philip G. Zimbardo (1975, S. 24), der anglo-amerikanischen Tradition des Behaviorismus folgend (S. 213), stellten in ihrem Standardwerk der Psychologie (»Psychology and Life«) noch allein das *Verhalten* in den Vordergrund: »Psychologie ist die Wissenschaft vom *Verhalten der Lebewesen*«. Zwanzig Jahre später gibt Zimbardo (1995) im gleichen Buch (5. Aufl., S. 4) nun eine Definition, die sowohl Verhalten als auch Erleben umfasst: »Der Gegenstand der Psychologie sind *Verhalten, Erleben und Bewusstsein* des Menschen, deren Entwicklung über die Lebensspanne und deren innere (im Individuum angesiedelte) und äußere (in der Umwelt lokalisierte) Bedingungen und Ursachen.«

In dem von Astrid Schütz et al. herausgegebenen Lehrbuch »Psychologie« heißt es: »Aufgabe der Psychologie ist es, *menschliches Erleben und Verhalten* zu beschreiben, zu erklären, vorherzusagen und zu beeinflussen« (Wolstein et al., 2015, S. 24).

Auch David G. Myers (2014, S. 6) berücksichtigt in seinem Standard-Lehrbuch »Psychologie« sowohl *Erleben* als auch *Verhalten* in der Gegenstandsbestimmung. Nach ihm wird »die Psychologie heute als die Wissenschaft vom *Verhalten* und von den *mentalenen Prozessen* definiert.«

Neuere Entwicklungen in der Psychologie, die auch die biologischen Grundlagen von psychischen Vorgängen betrachten, werden von Michael Gazzaniga, Todd Heatherington & Diane Halpern (2017, S. 23) aufgegriffen: »Wissenschaftliche Psychologie ist die Anwendung der wissenschaftlichen Methode auf die Untersuchung von *Geist, Gehirn und Verhalten*.«

*Tafel 1:* Beispiele für Definitionen der Psychologie

Kommt man mit den Begriffen »Verhalten« und »Erleben« überhaupt aus, um den Gegenstand der Psychologie zu benennen? Gehören zum psychischen Geschehen nicht auch »unbewusste« Vorgänge, die nicht eigentlich »erlebt« werden? Zweifellos: Die Sinnesorgane nehmen

manche Informationen »unbemerkt« auf; viele alltägliche Aktivitäten laufen als Routine ohne bewusste Kontrolle ab, und ein Mensch kann aus Motiven handeln, die ihm selbst nicht klar sind. Einige Psychologen, vor allem tiefenpsychologisch orientierte, nehmen sogar eine eigene, abgegrenzte Region psychischer Vorgänge an, die als »das Unbewusste« bezeichnet wird. Andere sehen zwischen »bewusst« und »unbewusst« fließende Übergänge, ein Mehr oder Weniger an »Bewusstheit«. Wie dem auch sei: Da nicht-bewusste psychische Vorgänge für die Psychologie nur insoweit von Interesse sind, als sie das Erleben und Verhalten bestimmen, kann man es bei diesen beiden Begriffen belassen, um ihren Gegenstand zu benennen; denn als erklärender »Hintergrund« sind die nicht-bewussten Prozesse indirekt mit einbezogen. Vorsichtshalber werden wir allerdings in diesem Buch oftmals von »inneren psychischen Prozessen« statt von »Erleben« sprechen, um dem Missverständnis vorzubeugen, dass mit der »Innenwelt« nur klar bewusste psychische Vorgänge gemeint seien.

Da Menschen sich nicht *nicht* verhalten können und ständig innere psychische Prozesse ablaufen, haben alle Sachverhalte, an denen Menschen beteiligt sind, immer auch einen *psychischen Aspekt*. Ob er bei der Betrachtung des Sachverhaltes berücksichtigt wird, ist eine andere Frage. So können physiologische Vorgänge im Körper (z.B. Herzschlag, Blutdruck, Muskelanspannung) vollkommen unabhängig vom psychischen Geschehen betrachtet werden oder auch in Zusammenhang mit ihm.

Manche Sachverhalte werden durch die *Art der Blickrichtung* zu Sachverhalten mit psychischem Aspekt. Das Haus, das in sich zusammenstürzt, der Apfel, der vom Baum fällt – diese Sachverhalte sind zunächst physikalischer Art. Aber: Der Hausbesitzer, der weinend vorm zusammengestürzten Haus steht, das Kind, das den Apfel vom Baum fallen sieht – diese Sachverhalte enthalten psychisches Geschehen. Rückt dieses psychische Geschehen ins Blickfeld eines Beobachters, nimmt er eine *psychologische Perspektive* ein. Ihn interessiert, was die beobachteten Personen erleben und wie sie sich verhalten. Welche Sachverhalte ein Mensch aus psychologischer Perspektive betrachtet, hängt offensichtlich auch mit dem theoretischen Vorverständnis des Beobachtenden zusammen. So werden nicht alle Menschen auf die

Idee kommen – wie in der Astrologie –, Sternbewegungen mit psychischem Geschehen in Verbindung zu bringen!

### **Verhalten aus unterschiedlichen Perspektiven betrachtet**

Beispiel Cybermobbing: Eine Schülerin der Sekundarstufe wird wiederholt und über einen längeren Zeitraum von Mitschülern im Internet beleidigt, verleumdet und bloßgestellt.

#### **Perspektive      Mögliche Fragen**

**Psychologisch:** Welche Auswirkungen hat ein solches Verhalten auf das Erleben und Verhalten der Schülerin? Wie reagieren andere Mitschüler, wenn sie davon erfahren?

**Pädagogisch:** Ist ein solches Verhalten des Schülers mit den Werten und Normen der Schule vereinbar?

**Medizinisch:** Zeigen sich bei der Schülerin Anzeichen psychosomatischer Störungen?

**Juristisch:** Kann die Schülerin oder auch die Schule rechtlich gegen die Mobber vorgehen? Ab wann handelt es sich um strafbare Handlungen?

**Soziologisch:** Ist das Cybermobbing typisch für bestimmte gesellschaftliche Milieus, Schichten etc.?

*Tafel 2:* Ein Verhalten kann sowohl psychologisch als auch aus anderen Perspektiven betrachtet werden.

Zusammenfassend können wir also feststellen: Haben Sachverhalte Erlebens- und Verhaltensaspekte, können sie immer unter psychologischer Perspektive betrachtet, also mithilfe psychologischer Begriffe und Theorien analysiert werden. Sobald Menschen über psychisches Geschehen nachdenken, tun sie etwas Psychologisches – Laien wie Psychologen.

Umgekehrt können psychische Sachverhalte, z.B. fahrlässiges Verhalten, auch unter anderen Perspektiven betrachtet werden,

etwa unter juristischen und finanziellen (z. B. »Schmerzensgeld«, s. auch das Beispiel in *Tafel 2*).

## 1.2 Warum stellen Menschen psychologische Fragen?

Wie kommen nun aber Menschen überhaupt dazu, sich psychologische Fragen zu stellen oder psychologische Aussagen zu machen? Eine Grundlage ist wohl, dass Menschen nahezu unvermeidlich auf das Phänomen der Subjektivität stoßen. Wir erkennen, dass unsere Eindrücke von der erlebten Wirklichkeit keine getreuen Abbilder sind. Es muss eine subjektive »Verarbeitung« bzw. »Konstruktion« der Wirklichkeit stattfinden. Offenkundig ist dies z. B. bei den sogenannten optischen Täuschungen. Wir sehen etwas, was real so nicht gegeben ist (s. *Tafel 52*, S. 217). Auch stellen wir manchmal fest, wie unterschiedlich objektiv gleiche Situationen wahrgenommen werden; Zeugenaussagen vor Gericht belegen dies immer wieder. Oder: Kinder werden sich im Laufe der Entwicklung des Unterschiedes von »Wachsein« und »Träumen« bewusst. In diesen Erfahrungen, die uns Menschen darüber belehren, dass wir selbst die Eindrücke der Wirklichkeit wesentlich mitgestalten, liegt wahrscheinlich die generelle Wurzel aller psychologischen Überlegungen und Fragen.

Doch damit bleibt noch offen, mit *welchen* psychologischen Fragen sich Menschen beschäftigen. Die ergeben sich offensichtlich aus den vielfältigen Anforderungen des Lebens. Menschen stellen psychologische Überlegungen an, um sich im Leben zurechtzufinden und Probleme zu bewältigen. Unentwegt gibt es Anlässe für irgendwelche Fragen: »Warum kann ich mich schlecht konzentrieren?«, »Warum ist der Chef heute so schlecht gelaunt?«, »Preist mir der Verkäufer diesen Artikel an, weil er wirklich gut ist oder weil er daran am meisten verdient?«, »Ist die neue Nachbarin so nett zu mir, weil sie mich mag, oder weil sie so ein freundlicher Mensch ist?« Und unentwegt machen wir psychologische Aussagen: »Also, die Gabi würde sicher gut in unsere WG passen«, »Klar könnte Ines die Schule schaffen; sie muss nur wollen«, »Es ist gut, dass Max jetzt Fußball spielt; da lernt man, sich an Regeln zu halten«.

Nahezu unvermeidlich müssen Menschen sich also psychologische Gedanken machen, um Entscheidungen zu treffen, um mit Menschen umzugehen, um einen Rat zu erteilen oder bei einem Streitthema einfach nur mitzureden. Würde man sich keine Gedanken über die Motive eines anderen machen, würde man vielleicht in eine Falle tappen. Würde man nicht einschätzen, ob jemand für eine Arbeit geeignet ist, hätte man später vielleicht viel Ärger und Kosten am Hals. Auch Menschen, die das Wort Psychologie noch nie gehört haben, die vielleicht in einem abgeschiedenen Volksstamm fern jeglicher Schulbildung aufwachsen, auch die denken psychologisch.

Weil der Bedarf so groß ist, sollen schon seit ewigen Zeiten Sprichwörter und Volksweisheiten Orientierungshilfen geben («Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr», «Auf einen groben Klotz gehört ein grober Keil»). Heute bieten Tageszeitungen, TV-Zeitschriften und viele andere Medien Lebensberatung zu Erziehungsproblemen, Ängsten, Mobbing am Arbeitsplatz und den Wegen zum Glück. Wie groß oder klein der »wahre Kern« von Sprichwörtern ist, wie seriös die psychologischen Beiträge in Publikumszeitschriften sind, das ist gewiss sehr unterschiedlich (zu Sprichwörtern s. Frey, 2017). Klar ist allerdings, dass zahlreiche populäre Annahmen, die wie modernes psychologisches Allgemeingut daherkommen, weit von Wissenschaft entfernt sind (etwa: Man könne am Puchingsack »Aggressionen abreagieren«; oder: Man könne visuelle, auditive und andere »Lerntypen« unterscheiden; s. Lilienfeld et al., 2010; Nolting, 2012). Allerdings: Wenn ein ernsthaftes »Problem« entsteht und der alltagspsychologische Fundus nicht weiterhilft, wird vielfach die wissenschaftlich fundierte Psychologie um Rat gefragt.

Dass Menschen nahezu unvermeidlich psychologisch denken, dass sie zudem fühlende und handelnde Wesen sind, gilt übrigens auch dann, wenn sie zum Objekt psychologischer Forschung werden. Dieser Tatbestand unterscheidet die Psychologie als Wissenschaft sehr deutlich von allen Wissenschaften, die es mit passiven Objekten zu tun haben, aber er macht Forschung nicht unmöglich (Lück, 2015; s. auch *Tafel 3*).



### **Menschen denken psychologisch – auch in psychologischen Experimenten**

»Der Gegenstand der Psychologie unterscheidet sich in einer Beziehung ganz fundamental von demjenigen der sog. klassischen Naturwissenschaft. Als Galilei durch empirische Studien die Fallgesetze aufstellte, brauchte er sich nicht darum zu kümmern, was andere Leute über das Fallen von Steinen denken, und er brauchte auch nicht zu befürchten, dass die Steine über sich selbst und ihr Fallen nachdenken, um je nach Ausgang ihrer Überlegungen mal so und mal so zu fallen. Aber genau dies muss der Psychologe im Hinblick auf seinen Gegenstand, den lebendigen Menschen, tun. Sein Gegenstand hat Theorien über sich und andere Menschen, und er leitet aus diesen Theorien Erwartungen ab, die in seine Verhaltenssteuerung einfließen« (Laucken, 1974, S. 231).

*Tafel 3:* Auch als Forschungsobjekte machen sich Menschen ihre eigenen Gedanken.

In der wissenschaftlichen Psychologie werden psychologische Fragen gewöhnlich im Licht bestimmter theoretischer Ansätze formuliert. Sie liefern den Bezugsrahmen, in dem die psychischen Phänomene analysiert werden können. Solche theoriebezogenen Betrachtungsweisen werden in Kapitel 6 vorgestellt. Die Annahmen und Begriffe der jeweiligen Betrachtungsweise sind der Kritik und der Überprüfung durch wissenschaftlich akzeptierte Methoden ausgesetzt. Sie ermöglichen dadurch eine Diskussion und Weiterentwicklung der bisherigen Kenntnisse auf rationaler Grundlage.

Da Psychologie als Wissenschaft und Berufstätigkeit in gesellschaftlich-politische Zusammenhänge eingebettet ist, werden psychologische Fragen und ihre Bearbeitung auch von gesellschaftlichen Entwicklungen, vom Wandel der Interessen und Anschauungen mitbestimmt. So regt etwa die öffentliche Diskussion über Drogenmissbrauch, Gewalt oder die Nutzung digitaler Medien von Jugendlichen psychologische Forschungen über das Jugendalter an. Auch aus gesellschaftlichen Praxisfeldern wie Erziehung, Arbeit oder

Gesundheitswesen ergeben sich psychologische Fragestellungen und praktische Anforderungen, die von den Gebieten der »Angewandten Psychologie« aufgenommen werden (s. Kap. 5).

### Lernreflexion

Kommentieren Sie folgende These: Bei den meisten Fächern, mit denen man sich neu beschäftigt (z. B. Fremdsprachen, Mathematik), lernt man mit jeder Lektion *dazu*; bei Psychologie muss man oftmals auch *umlernen*.

## 2 Ordnung in der Vielfalt

In diesem Kapitel möchten wir das Motto »Ordnung ist das halbe Lernen« ein wenig erläutern. Wir begründen, warum es wichtig ist, in der Fülle des Lehrstoffs den Überblick über Kernpunkte zu behalten. Zugleich geben wir eine Vorschau auf eben diese Kernpunkte: Wir stellen in Kurzform die roten Fäden vor, die sich durch alle Inhalte hindurchziehen und daher die Organisierung des Wissens erleichtern können.

### 2.1 Ist Psychologie unübersichtlich? Zur Fülle der Themen, Gebiete, Theorien

Wer sich mit Psychologie befasst, kann angesichts der Themenvielfalt leicht den Eindruck gewinnen, dieses Fach sei wohl uferlos – und in gewisser Weise stimmt das natürlich. Man sieht dies unter anderem daran, dass sich, ähnlich wie in anderen Wissenschaften, kaum ein Psychologe als Experte für die »ganze« Psychologie versteht; alle spezialisieren sich in gewissem Grade auf bestimmte Problemfelder. Das ist normal und unvermeidlich.

Aber es geht nicht nur um die *Menge* der Inhalte, es geht auch um mangelnde *Übersichtlichkeit*. Vielen Studierenden erscheint es schwierig, die Themen der Seminare und Bücher in einen sinnvollen *Zusammenhang* zu bringen. Von wenigen Querverbindungen abgesehen, scheint jedes Seminar und jedes Buch für sich zu stehen, sodass daraus eine lockere Sammlung aus diesen und jenen Kenntnissen entsteht, das Gesamtwissen aber keine klare Ordnung erhält.

Die kann auch schwerlich entstehen, wenn man sich lediglich an behandelten *Themen* orientiert. »Themen« gibt es in beliebiger Zahl, in beliebiger Form und mit beliebigen Inhalten. Sie können sich auf ein Riesengebiet beziehen (»Die psychische Entwicklung des Menschen«) oder auf eine ganz spezifische Frage (»Der Einfluss von Alkohol auf die Rechenleistung«). Jedes einzelne Thema kann in sich

klar geordnet sein. Doch mehrere Themen scheinen in zufälligen Relationen, sozusagen »kreuz und quer« zueinander zu stehen.



Tafel 4: Stichwörter zu einigen Themen der Psychologie – eine unübersichtliche Sammlung, sofern man nicht über Ordnungskriterien verfügt.

Anders ist es schon bei »Gebieten«. Zwar kann der Ausdruck »Gebiet« ähnlich offen verwendet werden wie »Thema«. Aber es gibt durchaus Standardgebiete, die auf Einteilungskonventionen beruhen. Solche Gebiete (oder Teildisziplinen) beziehen sich auf umfassende Schwerpunkte. Zu nennen sind insbesondere:

- ▶ Allgemeine Psychologie, Differenzielle und Persönlichkeitspsychologie, Entwicklungspsychologie und Sozialpsychologie als Grundlagengebiete
- ▶ Klinische Psychologie, Pädagogische Psychologie, Arbeits- und Organisationspsychologie und weitere als Anwendungsgebiete

In beiden Fällen gibt es ein Ordnungskriterium: Die Grundlagengebiete ergeben sich aus fundamentalen Aspekten des psychischen Systems; Anwendungsgebiete hingegen ergeben sich aus Praxisbezü-

gen, in denen Psychologie zur Geltung kommt (s. Kap. 4 und 5). Gemeinsamer Kern sind in allen Fällen Grundprozesse wie Denken, Emotion, Motivation und Verhalten – aber eben unter wechselnden Blickwinkeln.

Manchmal kann man Aufzählungen wie diese lesen: »... Persönlichkeitspsychologie – Entwicklungspsychologie – Tiefenpsychologie ...« Für Laien ist auf den ersten Blick kaum zu erkennen, dass hier unversehens das Ordnungskriterium gewechselt wird, wenn man die »Tiefenpsychologie« unter die »Gebiete« einreicht. Denn bei ihr handelt es sich um eine theoretische Strömung innerhalb der Psychologie, nicht eigentlich um einen anderen Gegenstandsbereich. Es ist etwa so, als würde man Autos einteilen in: Pkw, Lkw und Mercedes.

Bei solchen *Theorierichtungen* ist das Kriterium nicht der betrachtete Gegenstand, sondern die Auffassung der Forscher, die Theorie zu diesem Gegenstand. Man kann z. B. die Persönlichkeit und die Entwicklung tiefenpsychologisch *deuten* – allerdings auch ganz anders. Diese Konkurrenz verschiedener Richtungen ist vielen Laien weniger bekannt. Manche setzen sogar die Tiefenpsychologie mit Psychologie schlechthin gleich und wissen nicht, dass in der Psychologie, wie sie heute an den Hochschulen gewöhnlich gelehrt wird, andere Richtungen wie der Kognitivismus meist eine viel bedeutendere Rolle spielen. (Alle Richtungen sind allerdings breite Strömungen mit verschiedenen Spielarten; hierzu mehr in Kap. 6.) Darüber hinaus gibt es zahllose »kleine« Theorien zu einzelnen Fragestellungen (z. B. Wahrnehmungstheorien, Lerntheorien). Oftmals sind sie »Ableger« der Grundgedanken einer theoretischen Strömung.

Wer Standardgebiete und Theorierichtungen kennt, kann ihnen viele Themen und Sichtweisen mehr oder minder gut »zuordnen« und macht damit die Fülle der Lerninhalte übersichtlicher. Allerdings: Es ist nur ein »sortierendes« Ordnen, ein Lokalisieren in der Landkarte der Psychologie (»A gehört hierhin, B gehört dorthin«).

Ungelöst bleibt damit aber ein ganz anderes Ordnungsproblem, das man »*Zusammenhaltsproblem*« nennen könnte. Es betrifft die Frage, in welcher Weise zwei Themen A und B miteinander zu tun haben. Sind etwa Aggression und Hilfeleistung »ganz verschiedene«

Themen (wie es auf den ersten Blick scheinen mag) oder haben sie auch Gemeinsamkeiten? Gehören Gruppenprozesse und Lernen einfach nur in verschiedene »Gebiete« der Psychologie oder haben Gruppenprozesse vielleicht auch mit Lernen zu tun? Oder Kommunikation mit Denken? Oder Denken mit Motivation? Und Motivation wiederum mit Aggression und mit Hilfeleistung? usw.

Wenn Themen miteinander »zu tun« haben – in welcher Weise? Sind es verwandte Phänomene? Bedingt das eine das andere? Sind es zwei Seiten desselben Sachverhaltes? Ist das eine ein Teil des anderen? Oder wie? Dies zu erkennen, gehört zum »Zusammenhalt«.

Häufig haben Lernende das Gefühl, mit einem neuen Thema beginne gewissermaßen eine »neue« Psychologie. Dieser Eindruck wird durch das (tatsächlich oder vermeintlich) beziehungslose Nebeneinander von Buch- und Seminarthemen zweifellos oft bestätigt – mit dem Ergebnis, dass das zugehörige Wissen auch im Kopf von Lernenden aufgeteilt bleibt: Hier »Aggression«, dort »Hilfeleistung«; hier Lernprozesse, dort Gruppenprozesse; hier Begriffsbildung, dort Vorurteile, usw. usw. Wenn man diese Inhalte jeweils als separate »Themen« kennenlernt, oder auch dann, wenn man das eine zum Gebiet der »Allgemeinen Psychologie«, das andere zum Gebiet der »Sozialpsychologie« zählt, so passiert es leicht, dass sich viele kleine Psychologien (»Lernpsychologie«, »Gruppenpsychologie« usw.) wie Stücke auf der Wäscheleine nebeneinander aufreihen und der innere Zusammenhalt verloren geht.

Den *muss* es aber geben, denn schließlich sind es dieselben Menschen, die ganz unterschiedliche Dinge tun, und ist es dasselbe »psychische System«, das aggressives ebenso wie helfendes Verhalten, Arbeiten ebenso wie Spielen, individuelles ebenso wie kollektives Handeln ermöglicht. Kann man also mit der Psychologie der Aggression nicht auch etwas für die Psychologie der Hilfeleistung lernen oder umgekehrt? (Schließlich geht es in beiden Fällen um Sozialverhalten.) Kann man nicht sogar durch das eine oder durch das andere Thema Wissen erwerben, das generell nützlich ist, wenn man menschliches Verhalten betrachtet?

In der Tat gibt es einige *übergeordnete Aspekte*, die sich als rote Fäden durch alle denkbaren Inhalte hindurchziehen. Sie betreffen

- (1) den Gegenstand der Psychologie: das psychische System, und
- (2) »Umgang« mit diesem Gegenstand: die psychologischen »Tätigkeiten«.

Indem wir mit den roten Fäden beginnen (statt mit Themen wie Wahrnehmung oder Lernen), begründen wir keine neuartige Psychologie, wohl aber eine von den allermeisten Einführungen abweichende didaktische Aufbereitung. Sie soll den Lernenden das Organisieren des Wissens erleichtern und dadurch den Zusammenhalt und die Übertragbarkeit unterstützen.

## 2.2 Erster roter Faden: Grundlegende Aspekte des psychischen Systems

Der Gegenstand der Psychologie ist, allgemein formuliert, das »Verhalten und Erleben« bzw. das »Verhalten und innere psychische Prozesse« wie Wahrnehmen, Denken, Fühlen und Streben (s. Kap. 1). Dies ist das Kerngeschehen, um das es bei jeder psychologischen Aussage geht.

Psychisches Geschehen spielt sich jedoch nicht im luftleeren Raum ab, sondern in konkreten Menschen und konkreten Situationen. Das heißt: Das Verhalten und die inneren Prozesse sind immer auch unterschiedlich je nach Person und Kontext, und diese sind daher als integrale Bestandteile des psychischen Systems zu betrachten. Wenn wir außerdem berücksichtigen, dass Personen selbst nicht statisch sind, sondern sich im Laufe des Lebens entwickeln und weiterentwickeln, kommen wir zunächst zu vier grundlegenden Aspekten des psychischen Systems:

- ▶ aktuelle Prozesse (innere Prozesse und Verhalten)
- ▶ Kontext/Situation
- ▶ Person
- ▶ Entwicklung (der Person)

Der Begriff »System« impliziert, dass alle Aspekte untrennbar zusammengehören, dass sie verschiedene Seiten eines Ganzen sind. Das System muss noch erweitert werden, sobald es nicht nur um *einen* Menschen geht, sondern *zwei* oder mehr Menschen zusammentreffen.

In diesem Fall ist ein weiterer elementarer Aspekt zu beachten, nämlich:

- ▶ interpersonale Bezüge

Mit interpersonalen Bezügen sind Interaktions- und Kommunikationsprozesse oder die Beziehung der Personen zueinander gemeint, also solche Phänomene, die sich keinem Einzelnen der beteiligten Menschen zuordnen lassen, sondern »zwischen« ihnen existieren.

Die genannten Grundaspekte ziehen sich »im Prinzip« wie ein roter Faden durch die gesamte Psychologie hindurch, auch wenn nicht jedes Gebiet und jedes Thema alle diese Aspekte gleichermaßen berührt. Schon an dem Grundaspekt der aktuellen Prozesse – Wahrnehmen, Denken, Emotionen, Motivation und äußeres Verhalten – lässt sich die universelle Bedeutung leicht erkennen. Ob es beispielsweise um das Verhalten eines Patienten, eines Käufers oder einer Lehrerin geht, ob es um Schuleschwänzen, Bergsteigen oder Gewalttätigkeiten geht – in allen Fällen ist das Verhalten irgendwie »motiviert«, in allen Fällen nimmt der betreffende Mensch eine Situation wahr usw.

Auf solche Prozesse hat man daher stets zu achten, wenn man menschliches Verhalten erklären oder auch verändern will. Dass bestimmte Erscheinungen in bestimmten Kontexten zusätzlich *spezielle* Fragen aufwerfen – z. B. *welche* Motivation typischerweise zu Schuleschwänzen, zu Gewaltanwendung oder zu Bergsteigen führt oder mit *welchen* Theorien man Motivationsphänomene am besten erklären kann –, das ist ein wesentlicher Grund für die Vielfalt der Themen.

Eine wichtige Eigenschaft der grundlegenden Systemaspekte ist weiterhin, dass sie *theorieneutral* sind: Es gibt in der Psychologie keine Richtung, die behauptet, dass der eine oder andere Aspekt bedeutungslos sei, dass es z. B. keine personalen Unterschiede gebe oder dass interpersonale Bezüge keine Beachtung verdienen. Nur über die Gewichtung und die inhaltliche Ausfüllung dieser Grundaspekte gibt es durchaus Kontroversen (hierzu s. Abschn. 3.1.2). Als allgemeine, theorieneutrale Gesichtspunkte können sie daher ein gemeinsames Dach über den zahllosen Inhalten, Fragestellungen und



Theorien bilden und somit für Ordnung und Zusammenhalt in der Wissensvielfalt sorgen.

Außerdem geben sie Hinweise für die Aufschlüsselung eines beliebigen Themas oder Praxisbeispiels. Selbst wenn man mit einem Thema überhaupt nicht vertraut ist, kann man stets fragen: Um welches Verhalten und welche inneren Prozesse geht es hier? Welche Rolle spielen dabei Aspekte der jeweiligen Person und auf welchen Entwicklungsbedingungen beruhen sie? Welche Rolle spielen Situationsfaktoren und interpersonale Bezüge? Dies sind also übertragbare Anhaltspunkte für die *Strukturierung* eines psychologischen Themas. Und wenn man sich in der Praxis mit konkreten Fällen beschäftigt, liefern die Grundaspekte *Suchbereiche* für die Diagnose.

Es gibt in der Psychologie allerdings auch Themen, die sich weniger mit inhaltlichen Fragen des psychischen Systems befassen, sondern mit eher formalen oder prozeduralen Fragen. Damit kommen wir zum zweiten roten Faden.

### 2.3 Zweiter roter Faden: Grundlegende Tätigkeiten

Kenntnisse über psychisches Geschehen sind die eine Sache. Doch wie man solche Kenntnisse *gewinnt* und *benutzt*, darüber braucht man ebenfalls Kenntnisse. Hier geht es also darum, was Forscher wie auch Laien im Umgang mit psychologischen Fragen *tun*.

Es lassen sich mehrere grundlegende Tätigkeiten unterscheiden, die in Lehrbüchern manchmal unter »Aufgaben der Psychologie« zu finden sind, nämlich:

- ▶ **Beschreiben:** Wie verhält sich Kind X gegenüber seinen Mitschülern? Welches sind die Leistungsstärken und -schwächen von Bewerberin Y?
- ▶ **Erklären:** Welchen Einfluss hat hier die elterliche Erziehung? Sind die Leistungsschwächen ein Zeichen mangelnder Fähigkeiten?
- ▶ **Vorhersagen:** Wird Herr X es schaffen, sich das Rauchen abzugewöhnen? Wird Bewerberin Y eine gute Büroleiterin sein?
- ▶ **Beeinflussen/Verändern:** Wie lässt sich die soziale Kompetenz des Kindes fördern? Welche Fortbildungen sollte der neue Kollege mitmachen?

- **Bewerten:** Ist das Verhalten von X »angemessen« oder »unangemessen«? Soll Tüchtigkeit oder Zufriedenheit das vorrangige Erziehungsziel sein?

Es ist nicht möglich, mit psychologischen Fragen umzugehen, ohne eine dieser Tätigkeiten auszuüben. Allerdings müssen nicht alle gleichzeitig zum Zuge kommen. Beschreiben und Erklären sind aber fast immer dabei und bilden auch die Basis für die anderen Aktivitäten.

Einschränkend ist zu sagen, dass in Fachbüchern das Bewerten gewöhnlich nicht als Aufgabe der wissenschaftlichen Psychologie genannt wird. Wir fügen es aber hinzu, weil es sich gar nicht vermeiden lässt. Man wertet z. B. schon dann, wenn man einen wissenschaftlichen Erklärungsversuch für »angemessen« oder eine Therapiemethode für »ungeeignet« hält.

Andere Aktivitäten sind einer der genannten Grundtätigkeiten zuzuordnen oder sind eine Kombination aus mehreren von ihnen. So fällt pädagogische Förderung ebenso wie Therapie unter die Rubrik »Beeinflussen/Verändern«, und das Diagnostizieren ist meist eine Verbindung aus dem Beschreiben (»Kollege X äußert sich fast nie«) und dem Erklären (»X hat Angst vor Kritik«). Das Forschen schließlich kann sich aus allen Aktivitäten zusammensetzen.

Ebenso wie die grundlegenden Aspekte des psychischen Systems können die Grundtätigkeiten eine *Leitlinie* für den Umgang mit Fallbeispielen oder unbekanntem Themen bieten. So beginnt man bei einem Problemfall in der Praxis meist mit einer Beschreibung des Problems, sucht dann nach Erklärungen und leitet daraus eventuell Veränderungsmaßnahmen ab. Nach der derselben Abfolge lässt sich auch die Darstellung vieler Themen strukturieren. In Kapitel 7 werden die fünf Tätigkeiten ausführlicher besprochen. Sie stecken aber unvermeidlich auch schon in den »inhaltlichen« Kapiteln über das psychische System, über die Gebiete und die Richtungen.

## 2.4 Das Wissen für Zusammenhalt und Übertragbarkeit organisieren

Die beiden roten Fäden, insbesondere der erste mit den grundlegenden Aspekten des psychischen Systems, bilden den Kern unseres didaktischen Konzeptes, das wir Integrative Didaktik nennen und auf die Förderung psychologischer Kompetenzen zielt (Nolting, 1985). *Kompetenz* ist zwar kein scharf umgrenzter Begriff, aber die Nutzung bzw. der Transfer von Wissen bei der Bewältigung neuer Anforderungen ist fraglos ein entscheidendes Merkmal. (Für einen differenzierten Überblick zu kompetenzorientierter Psychologiedidaktik s. Geiß, 2016). Durch die Art der Wissensorganisation das vielfältige Transferieren zu erleichtern, ist also das Anliegen dieser Einführung.

Verständlicherweise organisiert man sein Fachwissen gerne so, wie man es vorfindet. Und was allen Lernenden auf Schritt und Tritt begegnet, sind eben »Gebiete«, »Themen«, »Themenbereiche«. Daran orientieren sich Seminare und Lehrbücher, Prüfungsanforderungen, Lehrstuhlbezeichnungen und die Ordnung in Bibliotheksregalen. Da derartige Aufgliederungen so selbstverständlich sind, so unvermeidlich und so zweckmäßig, ist nicht leicht zu erkennen, welcher Pferdefuß in ihnen steckt: Sie sind wenig geeignet für die Organisation des Wissens über psychisches Geschehen! Und dies aus zwei Gründen:

- (1) Nach Gebieten und Themen organisiertes Wissen ist *dem Gegenstand »psychisches System« nicht angemessen*, denn dieses gliedert sich natürlich nicht in Themen und Gebiete! Sobald man es mit »ganzen Menschen« zu tun hat – ob in der Praxis oder der Theorie – muss man das Gesamtsystem im Blick behalten und vielfältige Aspekte miteinander verbinden, die in Forschung und Lehre gewöhnlich separat erörtert werden. Ausdrücke wie »Gebiet« und »Themenbereich« suggerieren schon vom Wort her eine Flächenvorstellung, ein Nebeneinander von Arealen, und bilden kognitive Muster für die Einordnung psychologischer Sachverhalte (»In welches Gebiet gehört dieses Problem?«). Das Verbindende geht dabei allzu leicht

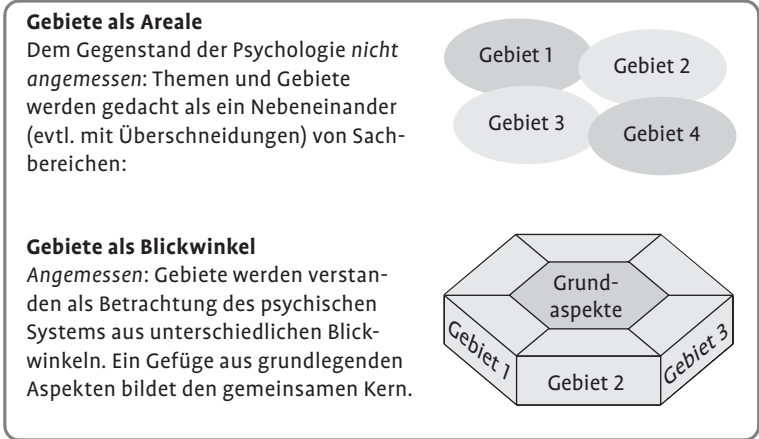
verloren. Es ist etwa so, wie wenn sich ein Mediziner mit der Niere, der Atmung, der Leber usw. beschäftigt, aber nicht mit dem Stoffwechsel als übergreifendem System.

- (2) Nach Gebieten und Themen organisiertes Wissen *ist nicht flexibel übertragbar*. Wenn das Verbindende fehlt, passiert es leicht, dass man Wissen zu einem bestimmten »Thema« nicht auf ein anderes »Thema« übertragen kann, obwohl beide gemeinsame Aspekte enthalten. Durch die thematische Einbettung gerät nämlich aus dem Blick, welche Aspekte »über-thematisch« und damit an sich übertragbar sind. Das Wissen wird aktiviert, wenn das vertraute Thema dran ist, nicht aber, wenn es anders lautet – ein typischer Fall von »trägem Wissen« (vgl. Renkl, 1996).

**Was ist nun die Konsequenz?** Wie kann man beim Wissenserwerb dafür sorgen, dass Zusammengehöriges zusammengehalten und Übertragbares als übertragbar erkannt wird? Die Antwort lautet: Man sollte sich bei der Organisation des Wissens *nicht* vorrangig an der Strukturierung des *Wissenschaftsfeldes* (Psychologie) orientieren, sondern an der – angenommenen – Struktur des *Gegenstandes*, also des psychischen Systems!

Tut man dies, so wird man zwar auch weiterhin auf Gebiete und Themen nicht verzichten können, aber sie gewinnen einen anderen Charakter: Statt eines Areals sind sie dann Betrachtungsweisen bzw. *Blickwinkel* (s. *Tafel 5*, S. 37). Vor allem die folgenden kommen häufig vor:

- ▶ Man betrachtet vertiefend bestimmte Ausschnitte des Systems (Subsysteme), z. B. die Wahrnehmung oder die Emotionen.
- ▶ Man betrachtet grundlegende Systemaspekte wie die Entwicklung oder personale Unterschiede.
- ▶ Man betrachtet das Gesamtsystem aus bestimmten Praxisperspektiven: Was ist besonders relevant für die Erziehung von Kindern, für die Rechtsprechung usw.?
- ▶ Man betrachtet es aus bestimmten theoretischen Perspektiven, z. B. aus psychoanalytischer oder kognitivistischer Sicht.



Tafel 5: Formen der Organisation psychologischen Wissens. Das vorliegende Buch will dazu anleiten, psychologisches Wissen um eine Struktur aus grundlegenden Aspekten herum aufzubauen.

Was man als »Thema« bezeichnet, ist meist eine Problemstellung unter einem dieser Blickwinkel oder aus mehreren gleichzeitig (z. B. Emotionsentwicklung aus kognitivistischer Sicht). Sofern es nicht um einzelne Subsysteme geht, beleuchtet ein Thema in der Regel das Gesamtsystem (»ganze Menschen«) *in Hinblick* auf einen bestimmten Tatbestand: z. B. dass ein Mensch schlecht lernt (Thema: Lernschwierigkeiten), dass er sozial ängstlich und gehemmt ist (Thema: Schüchternheit) oder dass er im Straßenverkehr als Rowdy auffällt (Thema: Fahreignung).

Auch wenn man Gebiete und Themen als Blickwinkel statt als Areale versteht, könnte es dennoch passieren, dass man in erster Linie deren Unterschiede sieht, der gemeinsame Kern hingegen verblasst. Deshalb sollte man sie umgekehrt auch *vom gemeinsamen Kern aus* betrachten. Mehr noch: Um beim Lernen von Psychologie für Übertragbarkeit und Zusammenhalt zu sorgen, sollte der gemeinsame Kern eine hierarchisch höhere Stellung erhalten.

Der zuvor skizzierte erste rote Faden (s. Abschn. 2.2) zu den grundlegenden Aspekten des psychischen Systems eignet sich als solch ein übergeordneter Bezugspunkt, weil er aus Inhalten besteht,

die *grundlegende* Bedeutung haben, also immer zu beachtende Aspekte psychischen Geschehens betreffen, und weil diese Inhalte keine additive Sammlung bilden, sondern ein *integriertes Gefüge*.

Der zweite rote Faden (s. Abschn. 2.3) betrifft ebenfalls etwas Grundlegendes, nämlich elementare Tätigkeiten, aber sie bilden kein integriertes Gefüge.

Grundgerüste zu komplexen Wissensbereichen werden häufig als *Makrostrukturen* bezeichnet und gelten als wesentlich für das Verstehen, Behalten und Übertragen. *Ein entscheidendes Lernprinzip ist es nun, das Wissen um die Makrostrukturen herum anzusiedeln*, das heißt, neue Inhalte immer wieder auf sie zu beziehen. Dies ist ein Prinzip, in dem so bekannte Forscher wie Jerome Bruner (1970) und David Ausubel (1980) übereinstimmten, obwohl sie ansonsten kontroverse Ansichten zu Lehrverfahren vertraten (entdecken lassen versus darbieten). Nach Art einer Spirale kehrt dann bereits Bekanntes auf höheren Stufen wieder – differenzierter oder in neuen Kontexten. Der Aufbau des Buches folgt diesem Prinzip. Systematisch geschieht dies von Kapitel 3 bis Kapitel 6.