

## 1. Behaviorismus

### 1.1 John Watson

→ **Begründer des Behaviorismus**

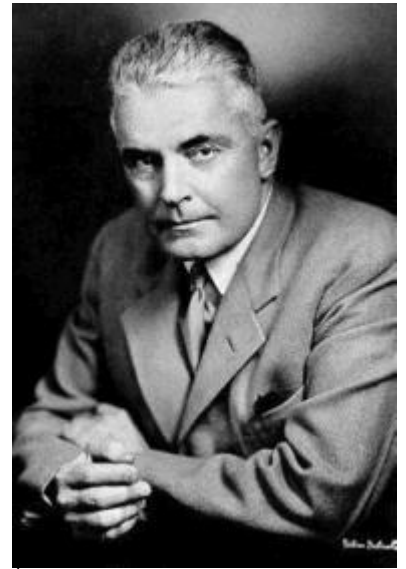
**Hauptwerk** Watsons („Behaviorismus“):

→ niemand hat Seele jemals berührt oder gesehen oder ist mit ihr in Verbindung gekommen

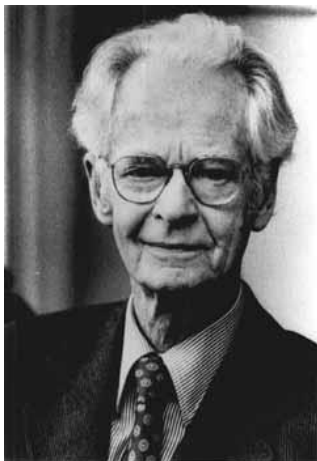
Versuch einer „**Psychologie ohne Psyche**“



Lediglich **Beobachtbares** darf zur Psychologie gehören. Das, was nicht beobachtbar ist, ist demnach auch nicht relevant.



### 1.2 Burrhus Frederic Skinner



→ **Nachahmer** von John Watson

→ experimentierte mit Ratten und Tauben im „**Verhaltenskäfig**“

Versuch, Erkenntnisse und Theorien auf Mensch zu übertragen

**Forderung:** Psychologie, die streng an Naturwissenschaft orientiert ist! (Auf das, was man sehen und messen kann, beschränkt)

2

→ zu **objektiven Tatsachen** gehören lediglich **Verhaltensweisen**



**Verhalten** = Ergebnis eines Lernprozesses, der nach Reiz-Reaktions-Mechanismus (Stimulus-Response) verstanden wird.

<sup>1</sup> <http://allpsych.com/biographies/images/watson.gif>

<sup>2</sup> <http://www.crystalinks.com/skinner.jpg>

### 1.3 Meinung behavioristischer Theoretiker

□ **Übertragbarkeit** der Ergebnisse aus Tierversuchen auf Mensch durchaus **denkbar**

→ zwischen **Mensch und Tier** nur minimale **strukturelle Unterschiede**

**Problem: Reduktionismus**

□ Jeder Mensch wird mit **gleichem Grundinventar** geboren („black box“)

→ unterschiedliche Umweltreize = unterschiedliche Verhaltensweisen

→ Differenzierung nach Belohnung und Bestrafung = Ableitung von Persönlichkeits- und Charaktereigenschaften

□ **Ursache** für Verhalten = **Reiz** ( !! Nicht der freie Wille !! )

**Problem: vieles spricht für freien Willen, nach dem Mensch entscheidet**

**Behaviorismus** = objektiv beobachtbare Reizsituationen und folgende Reaktionen; geht davon aus, alles **Verhalten sei erlernt und kann verlernt werden**

## 2. Tiefenpsychologie versus Behaviorismus

Tiefenpsychologie	Behaviorismus
Freud: Betrachtung des Menschen von <b>innen</b> heraus	<b>Skinner: innerliche Prozesse spielen keine Rolle</b> (Mensch = Tier; Reaktionen sind gleich)
<b>Erforschung</b> Bewusstseinszustände (Liebe, Hass usw.) <b>durch Analyse</b> innere Erfahrungen (z.B. Traumdeutung)	→ wird <b>abgelehnt</b> , da nicht objektiv nachweisbar
Erforschung unbewusster Triebregungen, geistiger Prozesse, Wertvorstellungen	→ alles lediglich sentimentale Produkte der Unwissenheit
Freud: Mensch ist ein emotional handelndes Wesen	<b>Skinner: Menschenbild</b> aus Ansatz der Belohnungssucht
<b>Vorwurf an Behaviorismus:</b> Mensch wird entmenschlicht und willenlos, da er einer Ratte gleichgesetzt wird	<b>Vorwurf an Tiefenpsychologie:</b> Methoden tragen zu keiner Therapie bei → verzögern sie, da keine „Umerziehung“ stattfindet

### 3. Die Humanistische Psychologie

→ als **dritter Eckpfeiler** der Psychologie zu Beginn der 60er Jahre entwickelt  
→ auch heute noch regen Zulauf

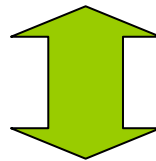
→ bedeutende Namen:

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Abraham Harold Maslow | <input type="checkbox"/> Carl Samson Rogers |
| <input type="checkbox"/> Charlotte Bühler      | <input type="checkbox"/> Victor Emil Frankl |

#### Grundidee:

➔ Behandlung von Transzendenz, Verantwortung, Kreativität und Spiel  
→ in herkömmlichen psychologischen Systemen kaum Platz gefunden

➔ gegen naturwissenschaftlich-positivistisch eingeeengte psychologische Richtungen

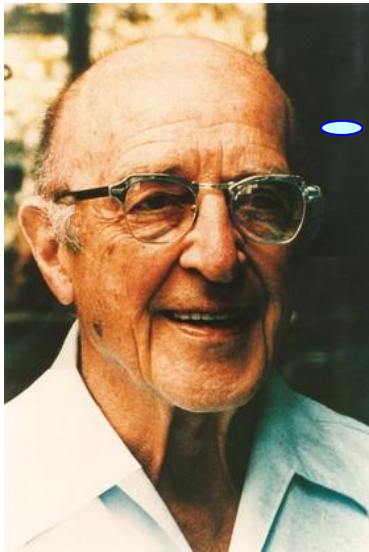


„Ohne das Transzendente und Transpersonale werden wir krank, gewalttätig, nihilistisch oder sogar hoffnungslos und apathisch.“

#### Vorwürfe an akademische Psychologien:

- ✘ verkürztes Menschenbild verkündet längst überholtes Menschenbild  
→ bringt Verderben
- ✘ „Veterinär- und Automatenpsychologien“  
→ Mensch = Tier bzw. Mensch = Maschine
- ✘ **Reiz-Reaktions-Schema** kann freie, schöpferische **Hingabe an ein Lebensziel nicht erklären**
- ✘ höhere Gefühlsregungen als **sublimierte Triebleistungen** abgetan; Leugnung von Transzendenz

### 3.1 Carl Samson Rogers (1902-1987)



→ wandte sich von **psychoanalytischen Konzepten** ab

→ entwickelte Gesprächstheorie ↔ Psychoanalyse

**Mensch:**

**Freies Wesen mit einem guten Kern!**

„klientenorientierte Gesprächstheorie“

3

#### Grundlegendes für sinnvolles Therapiegespräch:

##### ○ Verbalisierung emotionaler Erlebnisinhalte:

**Therapeut** = **einfühlsames** Zuhören

**Klient** = durch gezielte Fragen soll **Klarheit** gewonnen werden  
(Wer bin ich? Was wünsche ich mir? Wie erreiche ich das, was ich mir wünsche?)

##### ○ positive Wertschätzung und emotionale Wärme:

**Klient** = muss sich als **vollwertiger Gesprächspartner** fühlen

→ **Ängste, Abwehrhaltungen, Selbsterniedrigungstendenzen nehmen ab**

→ **Entspannung, Sicherheit und Offenheit nehmen zu**

##### ○ Echtheit und Selbstübereinstimmung:

**Therapeut** = **emotional** auf Klient eingehen

→ muss „ganz er selbst“ sein, d.h. alles, was er sagt, muss echt sein; muss Klient nicht immer zustimmen

##### ○ bevorzugte Methoden:

→ Meditation

→ Autosuggestion (Training des Unbewussten, an etwas zu glauben)

#### **Ähnlichkeit zu christlicher Lehre:**

→ Jesus hat Kranken nicht nieder gemacht, sondern bedingungslos um seiner selbst Willen akzeptiert und sich liebend angenommen

<sup>3</sup> <http://www.person-zentriert.de/images/rogers.jpg>

### **3.2 Victor Emil Frankl (geb. 1905)**



4

#### **Ansatzpunkt**

Menschen mangelt es – materiell  
gesehen- an fast nichts

→ häufig fehlt das Wichtigste:

**Das persönliche Sinnerlebnis**

- **gegenwärtige Sinnkrise = existenzielles Vakuum**  
→ Mensch, der ständig arbeitet und unter Stress steht, fällt hinein
- wo **Vakuum** ist, gibt es auch etwas, um dies auszufüllen
- häufigste Reaktionen auf Erfahrung von Sinnlosigkeit und Sinnlehre:
  - Flucht in **Drogen und Suchtmittel**
  - Betäubung der Sinnlosigkeitserfahrung durch **objektbezogene Sexualität, überzogene Macht- oder Besitzgier**
  - **übertriebene Kompensation** der Sinnlosigkeit durch Überaktivität (Arbeitswut, Freizeitstress)



„Der Mensch schafft sich, unbewusst, Stressfaktoren, die über kurz oder lang in Frustration und Verzweiflung umschlagen.“

Mensch verwickelt sich in **Teufelskreis:**

**Sinnlosigkeitserfahrung – (Über-)Kompensation – Sinnlosigkeitserfahrung**

<sup>4</sup> <http://www.behavenet.com/capsules/images/franklv.jpg>

**Krankheitsbild laut Frankl:**

→ **noogene Neurose** (Verhaltensstörung, die auf Gefühl von Sinnlosigkeit basiert und sich in Sinnlosigkeitserfahrungen bzw. -reaktionen äußert)

→ **Kennzeichen:**

Sinnlosigkeitsüberkompensation, die sich auch körperlich bemerkbar macht

**Logotherapie (Therapie durch Sinn)**

→ soll **Erkrankungen** im Bereich des Denkens und Sinnhaftigkeit **heilen** (entstanden durch Verdrängung der Sinnfrage)

→ Mensch = mehrdimensionales Wesen

→ Computer → kein Sinn erfassen

**Heilmittel der Logotherapie:**

○ **paradoxe Intention:**

Wiederherstellung des verlorengegangenen Urvertrauens

→ Patient soll das tun, wovor er sich fürchtet

→ bei Sinnlehre: Leere aufgesucht und Mensch setzt sich ihr aus

○ **Dereflexion:**

→ leitet Aufmerksamkeit von dort weg, wo Verkrampfungen hervorgerufen wurden

○ **Existenzanalyse:**

→ Hilfestellung auf Weg zur Suche nach Lebenssinn

**Kritik an Logotherapie:**

➤ **Gefühl der Sinnlehre = Noogene Neurose**

→ auch möglich: Ausdruck **geistiger Müdigkeit**

➤ **nicht jedes Sinnlosigkeitsgefühl ist Neurose**

→ Mensch mit **persönlichem Schicksal** (z.B. Tod) leidet anfänglich unter Sinnlosigkeit

→ kann nicht sofort als krank bezeichnet werden

➤ **Soziokulturelle und gesellschaftliche Faktoren außer Acht gelassen**

→ **sensible Menschen** reagieren z.B. auf Klimabedrohung mit Gefühl der Sinnlosigkeit

➤ **scheinbarer Kreislauf**

→ Mensch wird Neurose unterstellt, krankmachende Umwelteinflüsse (Medien, Wirtschaft, Politik) werden ignoriert

→ **Nichtberücksichtigung äußerer Faktoren**

= Ansatz wird in Frage gestellt

## Humanistische Psychologie – Behaviorismus

Sara Treptau

<b>Abgabe Kopiervorlagen:</b>	12.11.2010
<b>Voraussichtlicher Referatstermin:</b>	29.10.2010
<b>Mitzubringende Materialien:</b>	Plakate, USB-Stick
<b>Vom Lehrer zu besorgende Materialien:</b>	Medienkoffer, Stellwände
<b>Feedback durch:</b>	Sarah Ricken
<b>Zusammenstellung der Kursmaterialien aus:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ehmann, Kurt: Kurswissen Theologie und Psychologie. Klett-Verlag 1993</li><li>• Funkkolleg Psychologie. hr2 Kultur. 2008/09</li><li>• Grundwissen Pädagogik. Pädagogik-Training. STARK-Verlag 1996</li><li>• Grundwissen Psychologie. Psychologie-Training. STARK-Verlag 1998</li></ul>
<b>Literaturliste / Internetliste:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="http://www.behavenet.com/capsules/images/franklv.jpg">http://www.behavenet.com/capsules/images/franklv.jpg</a></li><li>• <a href="http://www.person-zentriert.de/images/rogers.jpg">http://www.person-zentriert.de/images/rogers.jpg</a></li><li>• <a href="http://allpsych.com/biographies/images/watson.gif">http://allpsych.com/biographies/images/watson.gif</a></li><li>• <a href="http://www.crystalinks.com/skinner.jpg">http://www.crystalinks.com/skinner.jpg</a></li></ul>