

Psychologie



Was ist Psychologie?

Die Wissenschaft vom Erleben und Verhalten des Menschen – spannend, alltagsnah und voller Aha-Momente!

Was dich im Psychologieunterricht erwartet

Erfahrungen sammeln & verstehen
menschliche Wahrnehmung, Gefühle & Gedanken untersuchen

vielfältige Sichtweisen

Behaviorismus, Kognitivismus, Tiefenpsychologie, ganzheitlich-humanistische Psychologie, Psychobiologie

alltags- und praxisnah

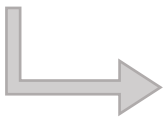
Experimente, Fallstudien, Testverfahren, Diskussionen, Rollenspiele

spannende Themen

Lernen & Gedächtnis, Wahrnehmung, Angst, Persönlichkeit, soziale Gruppen, psychische Gesundheit, Therapieformen, Assessment Center

Typische Fragen im Unterricht

Was siehst du auf dem Bild?



Einige erkennen eine alte, andere eine junge Frau. Im Unterricht finden wir Erklärungen dafür, warum das so ist, und untersuchen, wie unsere Wahrnehmung funktioniert und damit unsere Sicht auf die Welt beeinflusst.

Warum haben manche Menschen Angst vor z. B. Spinnen und andere nicht?

Wie lassen sich Lern- und Gedächtnisleistungen verbessern?

Was beeinflusst und formt unsere Persönlichkeit?

Was sagen Träume über uns aus und warum träumen wir?



Was ist eine Angststörung? Woran erkennt man diese und welche Therapie-möglichkeiten gibt es?

Warum helfen wir anderen manchmal – und manchmal nicht?

Gut zu wissen

- Psychologie ist kein „Therapiekurs“, sondern wissenschaftlich fundierter Unterricht.
- erfordert Neugier, Interesse an psychologischen Themen & kritisches Denken.
- Psychologie kann ab der Oberstufe gewählt werden und gehört zu den gesellschaftswissenschaftlichen Fächern.
- Du kannst es schriftlich oder mündlich wählen.
- Ab der Qualifikationsphase kannst du Psychologie als Grund- oder Leistungskurs wählen. Als Grundkurs kann es auch dein drittes oder viertes Abiturfach sein.

Du findest keine passende Antwort auf deine Fragen zum Psychologieunterricht? Dann sprich uns – Michael Bürger, Kirsten Heckers und Rabea Glimbotzki – gerne an.

psychologische Sichtweisen



Behaviorismus

Beispiel „Liebe“



B. F. SKINNER

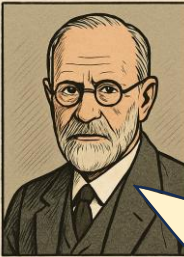


JOHN B. WATSON

Menschliches Verhalten ist eine Reaktion auf einen bestimmten Umweltreiz. Gedanken und Gefühle werden nicht betrachtet. Ein Verhalten kann man durch Belohnung oder Bestrafung formen bzw. verändern.

„Liebe entsteht, weil sich die Partner durch gegenseitige Belohnung erwünschter Verhaltensweisen verstärken.“

Tiefenpsychologie



SIGMUND FREUD

Menschliches Verhalten wird – so Sigmund Freud – durch das Unbewusste geformt. Unser Handeln ist somit Ausdruck unserer unbewussten, inneren Wünsche, Bedürfnisse und Triebe. Wir können unser Verhalten demnach nicht aktiv steuern.

„In der Partnerschaft suchen beide unbewusst die Wiederholung und Heilung früherer Beziehungserfahrungen.“

Kognitivismus



ALBERT BANDURA

Menschliches Verhalten wird von Gedanken und Gefühlen bestimmt. Demnach spielt die Informationsverarbeitung, also die Art und Weise, wie wir Informationen aufnehmen, Dinge wahrnehmen und eigene Erinnerungen abrufen, eine große Rolle. Menschen sind in der Lage sich aktiv mit ihren Gedanken und Gefühlen auseinanderzusetzen und sich entsprechend ihres Ziels zu verhalten.

„Liebe beruht auf den individuellen Deutungen, Erwartungen und Überzeugungen, die beide Partner miteinander verknüpfen.“

ganzheitliche-humanistische Psychologie



CARL ROGERS

Menschliches Verhalten ist durch die eigenen inneren Bedürfnisse und Ziele bestimmt – nicht durch Triebe (wie in der Tiefenpsychologie) oder Umweltreize (wie im Behaviorismus). Jeder Mensch strebt nach Selbstverwirklichung – also danach, die eigenen Talente und Möglichkeiten zu entfalten. Verhalten wird durch den Wunsch nach Wachstum, Sinn, Kreativität und persönlicher Entfaltung geleitet. Der Mensch gilt als frei und selbstbestimmt – er kann Entscheidungen treffen und Verantwortung übernehmen.

„In der Partnerschaft verwirklichen beide ihr Potenzial und erfahren authentische Begegnung von Mensch zu Mensch.“

Psychobiologie



DAVID BUSS

Menschliches Verhalten wird von biologischen Aspekten (z. B. Hormone, Gene, Neurotransmittern) bestimmt. Beispielsweise nehmen Hormone wie Cortisol („Stresshormon“), Testosteron (Sexualhormon) oder Oxytocin („Kuschelhormon“, wichtig für soziale Bindungen) Einfluss auf unser Verhalten. Auch evolutionäre Aspekte spielen eine Rolle, weshalb Verhalten auch auf Überlebensvorteile hindeutet. Beispielsweise ist die Angst vor Raubtieren, da diese einen töten können, sinnvoll, um das eigene Überleben zu sichern.

„Partnerschaft ist das Ergebnis neurochemischer Prozesse, die Bindung, Lust und Fürsorge steuern.“

psychologische Sichtweisen



Behaviorismus

Beispiel „Angst“



B. F. SKINNER

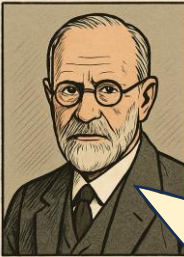


JOHN B. WATSON

Menschliches Verhalten ist eine Reaktion auf einen bestimmten Umweltreiz. Gedanken und Gefühle werden nicht betrachtet. Ein Verhalten kann man durch Belohnung oder Bestrafung formen bzw. verändern.

„Angst ist eine erlernte Reaktion auf bestimmte Reize, die durch Konditionierung aufrechterhalten wird.“

Tiefenpsychologie



SIGMUND FREUD

Menschliches Verhalten wird – so Sigmund Freud – durch das Unbewusste geformt. Unser Handeln ist somit Ausdruck unserer unbewussten, inneren Wünsche, Bedürfnisse und Triebe. Wir können unser Verhalten demnach nicht aktiv steuern.

„Angst ist das Symptom verdrängter innerer Konflikte, die ins Bewusstsein zu drängen drohen.“

Kognitivismus



ALBERT BANDURA

Menschliches Verhalten wird von Gedanken und Gefühlen bestimmt. Demnach spielt die Informationsverarbeitung, also die Art und Weise, wie wir Informationen aufnehmen, Dinge wahrnehmen und eigene Erinnerungen abrufen, eine große Rolle. Menschen sind in der Lage sich aktiv mit ihren Gedanken und Gefühlen auseinanderzusetzen und sich entsprechend ihres Ziels zu verhalten.

„Angst entsteht aus verzerrten Gedankenmustern und der Bewertung von Situationen als bedrohlicher, als sie sind.“

ganzheitliche-humanistische Psychologie



CARL ROGERS

Menschliches Verhalten ist durch die eigenen inneren Bedürfnisse und Ziele bestimmt – nicht durch Triebe (wie in der Tiefenpsychologie) oder Umweltreize (wie im Behaviorismus). Jeder Mensch strebt nach Selbstverwirklichung – also danach, die eigenen Talente und Möglichkeiten zu entfalten. Verhalten wird durch den Wunsch nach Wachstum, Sinn, Kreativität und persönlicher Entfaltung geleitet. Der Mensch gilt als frei und selbstbestimmt – er kann Entscheidungen treffen und Verantwortung übernehmen.

„Angst ist ein Signal für blockiertes Wachstum und die Sehnsucht nach authentischer Selbstverwirklichung.“

Psychobiologie



DAVID BUSS

Menschliches Verhalten wird von biologischen Aspekten (z. B. Hormone, Gene, Neurotransmittern) bestimmt. Beispielsweise nehmen Hormone wie Cortisol („Stresshormon“), Testosteron (Sexualhormon) oder Oxytocin („Kuschelhormon“, wichtig für soziale Bindungen) Einfluss auf unser Verhalten. Auch evolutionäre Aspekte spielen eine Rolle, weshalb Verhalten auch auf Überlebensvorteile hindeutet. Beispielsweise ist die Angst vor Raubtieren, da diese einen töten können, sinnvoll, um das eigene Überleben zu sichern.

„Angst ist das Resultat physiologischer Aktivierung im limbischen System, gesteuert durch Botenstoffe wie Adrenalin.“