

Einführung in die Forschungsmethoden der Psychologie und Psychotherapie

Einheit 3: Paradigmengeschichte - Menschenbild bestimmt Methode

26.04.2023 | Prof. Dr. phil. Stephan Goerigk

Alternative Betrachtung - Wissenschaftsgeschichtlicher Ansatz

Der Begriff des Paradigmas - Struktur wissenschaftlicher Revolutionen (Thomas Kuhn)

- Kuhn: Forschungslogik für Entwicklung von Wissenschaften **nicht entscheidend**
- Schicksal wissenschaftlicher Theorien entscheidet sich **nicht** daran, ob sie falsifiziert werden oder nicht
- **Paradigma:** Überzeugungen, Wertvorstellungen und Techniken, die von Mehrheit der Wissenschaftler akzeptiert sind
- Theorie = Inhalt der Wissenschaft, Paradigma = Inhalt + Praktiken der Wissenschaft (Methoden, Institutionen, Wissensweitergabe)
- **Machtwirkung:** Welche Formate des Erkenntnisgewinns haben Gewicht (Spielregeln der Wissenschaft)

Paradigmen und Perspektiven in der Psychologie

Wer als Werkzeug nur einen Hammer hat, sieht in jedem Problem einen Nagel.

Mark Twain (Law of the instrument)

- Perspektive bestimmt über Sichtweise auf ein Problem
- Paradigma bestimmt Auswahl der Forschungsmethoden und Forschungsgegenstände
- Beispiel Fußballspiel: Fans 2er unterschiedlicher Teams verfolgen dasselbe Spiel

VORSICHT:

- Klar abgegrenzte Ansätze: Gefahr eines "Tunnelblicks"
- Jede Perspektive erweitert holistisches Verständnis menschlicher Erfahrung
- die meisten Psycholog:innen entlehnern heutzutage Konzepte verschiedener Perspektiven und verschmelzen diese (**integrativer Ansatz**)

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

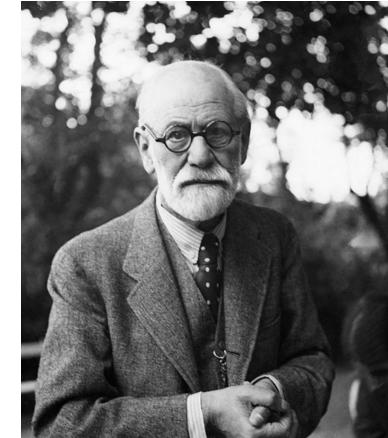
1. Psychodynamische Perspektive
2. Behavioristische Perspektive
3. Humanistische Perspektive
4. Kognitive Perspektive
5. Biologische Perspektive
6. Evolutionäre Perspektive
7. Kulturvergleichende Perspektive

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Psychodynamische Perspektive

Annahmen:

- Verhalten durch starke innere Kräfte motiviert
- ererbte Instinkte + biologische **Trieb**e → psychische Deprivation (Lustprinzip)
- Innere **Konflikte** zwischen gegenläufigen Bedürfnissen
- Deprivation + psych. Erregung + Konflikte → **Energie für Verhalten** (Dampfkesselmodell)
- Trieb/Bedürfnis befriedigt → Ende des Verhaltens



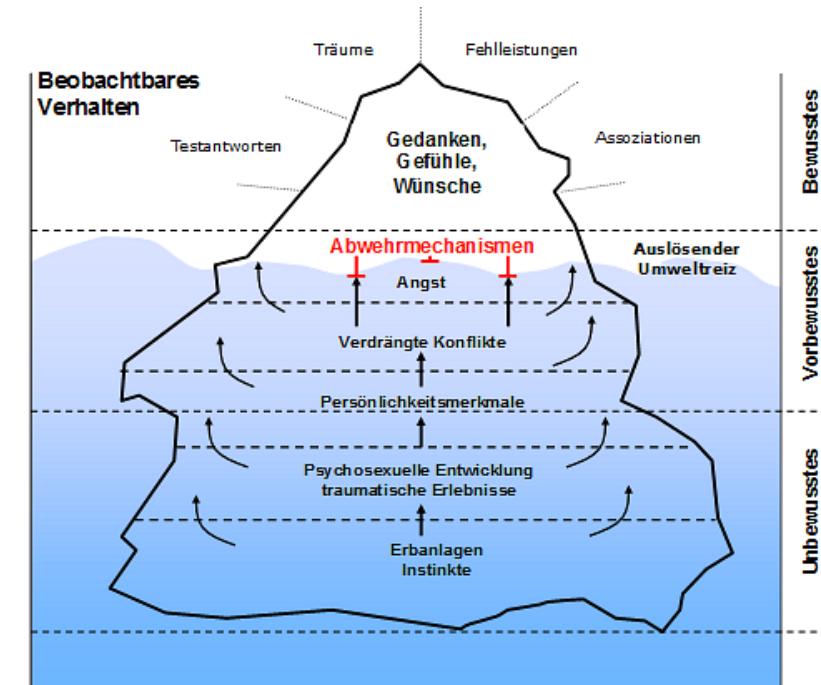
Sigmund Freud (1856-1939)

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Psychodynamische Perspektive

Eisbergmodell des Bewusstseins (Freud):

- Ableitung aus Strukturmodell der Psyche (Ich, Es, Über-Ich)
- Laut Freud 80–90% psychischer Prozesse unbewusst
- Im Unterbewusstsein liegen Ängste, verdrängten Konflikte, traumatischen Erlebnisse, Triebe und Instinkte
- Nur Bewusstes (über der Wasseroberfläche) beobachtbar

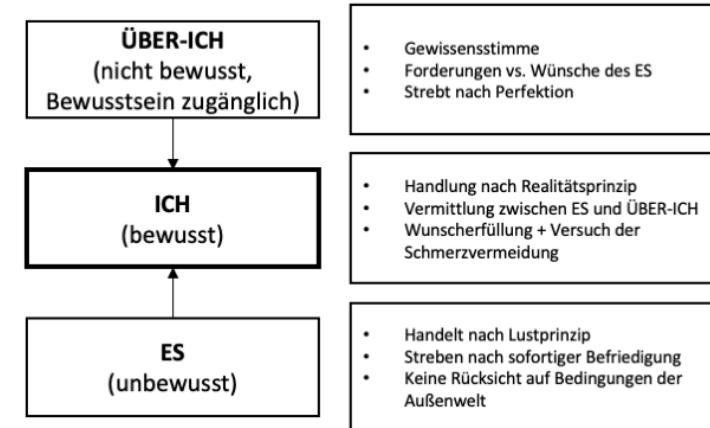


Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Psychodynamische Perspektive

Beispiel **Drei-Instanzen-Modell** (aka topisches Modell):

- Modell der Psyche des Menschen
- Besteht aus 3 Instanzen unterschiedlicher Funktionen:
 - Es
 - Ich
 - Über-Ich
- ES und wesentliche Teile des ÜBER-ICH sind **unbewusst**



Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Psychodynamische Perspektive

Beispiel Konfliktmodell:

- Immer wieder gibt es **Konfliktsituationen** im Leben
- in der Regel aus finden wir aber aus Konfliktsituationen heraus
- in manchen Konflikten lassen wir jedoch kein „Sowohl-als-auch“ zu (Freud: **Grundkonflikt**)
- Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik (OPD) unterscheidet 8 **Konflikttypen** (in abgeschwächter Form bei fast jedem vorhanden)
- Diese Konflikte laufen i.d.R. **unbewusst** ab
- Konfliktverhalten: passiv-selbstbezogener vs. aktiv-objektbezogener Modus
- **Annahme der psychodynamischen Therapie:** Konfliktlösung führt zu Symptombewältigung

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Psychodynamische Perspektive

Beispiel: 8 Konflikttypen nach OPD:

1. Abhängigkeit versus Autonomie
2. Unterwerfung versus Kontrolle
3. Versorgung versus Autarkie
4. Selbstwert versus Objektwert
5. Egoistische versus prosoziale Tendenzen
6. Odipal-sexueller Konflikt
7. Identität versus Dissonanz
8. eingeschränkte Konflikt- und Gefuhlwahrnehmung

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Psychodynamische Perspektive

Beispiel Abwehrmechanismen (Anna Freud, Auswahl):

- Verdrängung
 - Triebregungen ins Unbewusste verdrängen
- Reaktionsbildung
 - auf Trieb durch das Gegenteil reagieren
- Regression
 - Rückzug auf eine frühere Entwicklungsstufe
- Verleugnung
 - Realität in Bedeutung nicht anerkennen
- Vermeidung
 - Triebregungen werden umgangen
- Verschiebung
 - Triebregungen auf andere Objekte übertragen
- Spaltung
 - Inkompatibles auf mehrere Objekte verteilen
- Verneinung
 - Negierung eines Sachverhalts
- Projektion
 - Selbstanteile anderen Personen zuschreiben
- Intellektualisierung
 - Entfernung durch Abstraktionsbildung und theoretisches Analysieren
- Sublimierung
 - Triebwünsche durch gesellschaftlich höher bewertete Ersatzhandlungen ersetzen

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Psychodynamische Perspektive

- Beobachtungsgegenstand ist **unbewusst** → Zugang zum Unbewussten herstellen
- **Herausforderung:** Umgehung der **Zensur** des psychischen Apperats
- **Ziel:** Aufdeckung unbewusst gebliebener / gewordener Prozesse

Methoden der psychodynamischen Perspektive:

- Freie Assoziation
- Hypnose
- Traumanalyse
- Widerstandsanalyse
- Theorieorientierte Deutung

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Psychodynamische Perspektive

Freie Assoziation (Methode der freien Einfälle):

- Methode der psychoanalytischen Selbsterfahrung
- Analysand soll Einfällen zu Personen, Ereignissen, Träumen oder Symbolen völlig freien Lauf lassen
- Äußerungen **nicht zensieren**, auch wenn sie unpassend, unangenehm, sittenwidrig, unsinnig oder unwichtig erscheinen
- **Grundregel** der Freud'schen Behandlungstechnik
- Psychoanalytiker begegnet Assoziationen mit **frei schwebender Aufmerksamkeit**

Beispiel-Video

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Psychodynamische Perspektive

Freie Assoziation (Methode der freien Einfälle):

Setting:

- Assoziation im Liegen (Förderung der Regression, Verringerung der Zensur)
- ohne Blickkontakt
- Dem Schlafen nachempfundene Position zur Reduktion der Spannung im Körper
- Analytiker:in sitzt hinter Patient:in (Gefühl unbeobachtet zu sein)
- Zu Beginn: „Arbeitsvertrag“ in Form der Grundregel → Assoziationen vorbehaltlos und ohne bewusste Zensur zur Sprache bringen

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Psychodynamische Perspektive

Hypnose:

- **Ziel:** Erreichen einer hypnotischen **Trance**
- vorübergehend geänderte Aufmerksamkeit und tiefe Entspannung → **Reduktion der Zensur**
- Auto- oder Selbsthypnose vs. Fremd- oder Heterohypnose
- während Hypnose erhält Proband:in ggf. verbale Anweisungen (**Suggestionen**), die direkt auf das Unbewusste wirken sollen
- **Posthypnotische Suggestionen:** Suggestionen, die nach Auflösung der Hypnose (Exduktion) noch wirksam sind
- Vermeintlicher neurowiss. Beleg für reduzierte Zensur: bildgebende Verfahren → Aktivität bestimmter Gehirnareale selektiv reduziert

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Psychodynamische Perspektive

Traumanalyse:

- Traumgeschehen als wichtige Informationsquelle über unbewusste Erlebensweisen
- Freud: "Die Traumdeutung" - (Via regia lat.: der Königsweg) zur Kenntnis des Unbewussten
- Im Traum: Manifestation verdrängter **aktueller/infantiler Wünsche**
- Wünsche werden durch Trauminhalte in **entstellter Form** als erfüllt dargestellt
- **Entstellung:** direkte Erfüllung wäre für Träumer unangenehm und würde Schlaf stören
- Trauminhalt: **Kompromiss** zwischen den zu erfüllenden Wünschen und der Zensur

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Psychodynamische Perspektive

Wissenschaftliche Methode:

- Theoriebildung durch Vergleich von Einzelfallstudien (Kasuistiken)

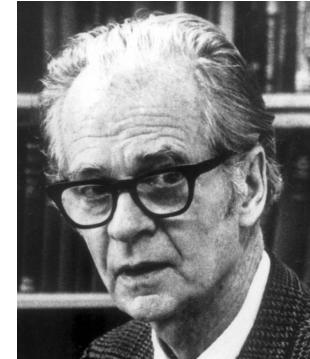
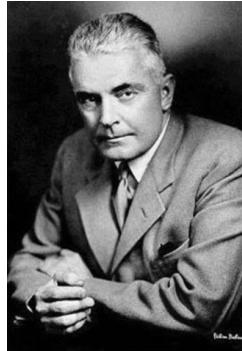
Freud Beispiel-Text: Der kleine Hans

- Sprachliche Metaphorik für unbewusste Phänomene (Freud Literaturnobelpreis)
- Hermeneutik: Verstehender Ansatz
- Experimenteller Ansatz: z.B. Assoziationsstudien von C. G. Jung
- Forschung im Sinne qualitativer Interviewmethoden (z.B. qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring)
- Übertragung psychodynamischer Konzepte auf empirische Wissenschaft (z.B. experimenteller Vergleich von psychoanalytischen Therapievarianten)

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Behavioristische Perspektive

- Verhalten ohne Introspektion oder Einfühlung untersuchen
- Gegner der psychoanalytischen Richtung (v.a. USA)
- „objektive Methode“: alles Verhalten in **Reiz → Reaktion** zerlegen
- **Gehirn = Black Box** (antwortet auf Reiz automatisch mit Reaktion)
- Verhalten entsteht durch Erlernen von Reiz-Reaktions-Mustern
- **Link zum Erklärungsvideo**



John Watson (1878-1958) und B. F.
Skinner (1904-1990)

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Behavioristische Perspektive

Paradigmen der behavioristischen Lernpsychologie:

klassische Konditionierung

Phase	Reiz	Reaktion
Kontrollphase	Neutraler Reiz (NS)	Keine spezifische Reaktion
Kontrollphase	Unbedingter Reiz (UCS)	Unbedingte Reaktion
Lernphase	Neutraler Reiz (NS) + Unbedingter Reiz (UCS)	Unbedingte Reaktion
Lernergebnis	Bedingter Reiz (CS)	Bedingte Reaktion

- [Link zum Erklärungsvideo](#)

operante Konditionierung

Valenz	Darbietung	Keine Darbietung
	Konsequenz dargeboten	Konsequenz fällt weg
Angenehme Konsequenz	positive Verstärkung	negative Bestrafung
Unangenehme Konsequenz	positive Bestrafung	negative Verstärkung

- [Link zum Erklärungsvideo](#)

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Behavioristische Perspektive

Methoden des Behaviorismus: Experimentelle Verhaltensanalyse

- Streng wissenschaftliche **Laborexperimente**
- Selbstbeobachtung wird **abgelehnt**
- untersucht funktionale Zusammenhänge zwischen dem Verhalten und der Umwelt (**Reiz-Reaktions-Muster**)
- **Ziel:** Verhalten zu beschreiben, zu erklären, vorherzusagen und zu kontrollieren
- datenbasierter **induktiver Ansatz**
- **Topografie** des Verhaltens = von außen beobachtbares Verhalten
- **Funktion** des Verhaltens = Zusammenhang zwischen Verhalten und Umweltereignis

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Behavioristische Perspektive

Methoden des Behaviorismus: Experimentelle Verhaltensanalyse

- Funktionsanalyse (**ABC-Modell**): Modell zur Beschreibung von operanten Abläufen

A (antecedent):

- vorausgehende (antezidente) Funktionen des Verhaltens

B (behavior):

- das Verhalten (behavior) und damit alles was ein Organismus tut (latent und manifest)

C (consequence):

- alle (verstärkenden oder bestrafenden) Konsequenzen des Verhaltens

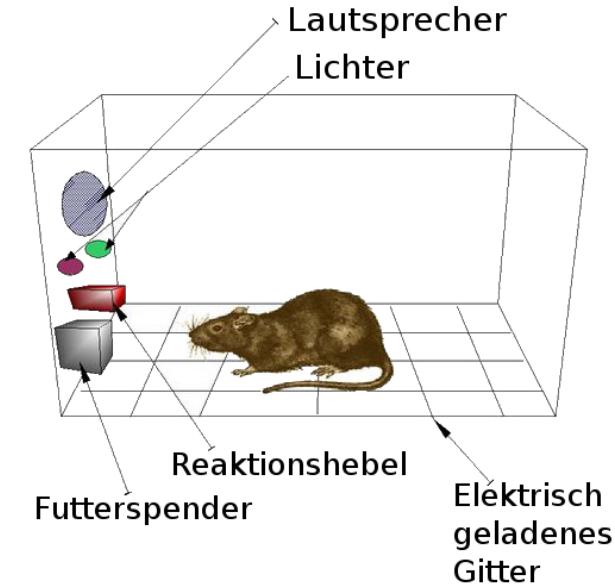
WICHTIG: Kontrolle äußerer Störeinflüsse auf den ABC-Mechanismus

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Behavioristische Perspektive

Methoden des Behaviorismus: Beispiel **Skinner-Box**

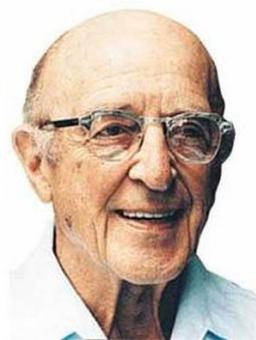
- reizarmer Käfig für ein Testtier zum Erlernen neuartigen Verhaltens
- standardisiert und weitgehend automatisiert
- keine unnatürliche Einschränkung, keine Versuchsleitereffekte



Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Humanistische Perspektive

- Menschen sind
 - aktive Geschöpfe
 - von Grund auf gut
 - verfügen über Freiheit der Wahl
- **Self-actualization** (Selbstverwirklichung - Drang das eigene Potential umfassend zu verwirklichen)
- Relevanz eigener **Wertevorstellungen**
- Ansatz: tiefes **Verstehenwollen** des Individuums
- Mensch als empfindendes soziales Wesen
- **Link zum Erklärungsvideo**



Carl



Rogers (1902-1987) und Abraham
Maslow (1908-1970)

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Humanistische Perspektive

Methoden:

- **Holistische** Herangehensweise und Betonung **qualitativer Forschungsmethoden** (siehe Folgevorlesung)
- Wissen über Geist, Körper und Verhalten vor dem Hintergrund sozialer und kultureller Faktoren (Literatur, Geschichte, Künste)
- **Hermeneutischer Zirkel** (Auslegekunst, Interpretationskunst)
 - beginnend mit Grundverständnis (häufig Texte, Bilder etc.) als Hintergrund für Feinanalysen
 - an Teilen erzieltes Verständnis wird auf Grundverständnis rückbezogen
 - schrittweise Wiederholung des Verfahrens für ein verbessertes Gesamtverständnis

Ziel hermeneutischen Schließens:

- Verringerung hermeneutischer Differenz
- "Horizontverschmelzung"

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Kognitive Perspektive

- Entstand aus Limitationen des Behaviorismus (Kognitive Wende)
- Fokus: menschliches Denken und wissensbasierte Prozesse
 - Aufmerksamkeit
 - Erinnern
 - Verstehen...
- Personen reagieren nicht auf objektive Realität sondern wegen **subjektiver Realität**
- Verhalten nur zum Teil durch Reize bestimmt, sondern auch durch deren **Verarbeitung** und **Bewertung**



Albert Bandura (1925-2021) und Noam Chomsky (geb.1928)

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Kognitive Perspektive

Zentrale Annahmen:

- Gedanken sind **Ergebnis und Ursache** offen gezeigten Verhaltens
- Alles Erleben und Verhalten des Menschen basiert auf **Informationsverarbeitung**
- Prozess zwischen Wahrnehmen, Denken und Handeln steht im Mittelpunkt
- Jedes Verhalten ist **aktiv, zielgerichtet und plangesteuert** (kybernetisch regulierter Prozess)
- Verhalten entsteht aus der Wahrnehmung von Diskrepanzen und zielt auf Reduktion dieser Diskrepanzen (wie bewertet der Mensch eine wahrgenommene Situation?)

Paradigmen und Perspektiven in der Psychologie

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Kognitive Perspektive

Methoden:

- Versuch der Anwendung möglichst objektiver, quantitativer empirischer Modelle (Experimente)
 - Objektive Tests zur Erforschung kognitiver Fähigkeiten
 - Labor- und Feldexperimente

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Kognitive Perspektive

Methoden:

- Versuch der Anwendung möglichst objektiver, quantitativer empirischer Modelle (Experimente)
- Objektive Tests zur Erforschung kognitiver Fähigkeiten

z.B. **Problemlösen (Türme-von-Hanoi):**



Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Kognitive Perspektive

Methoden:

- Versuch der Anwendung möglichst objektiver, quantitativer empirischer Modelle (Experimente)
- Objektive Tests zur Erforschung kognitiver Fähigkeiten

z.B. Gedächtnis:



Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Kognitive Perspektive

Methoden:

- Versuch der Anwendung möglichst objektiver, quantitativer empirischer Modelle (Experimente)
- Objektive Tests zur Erforschung kognitiver Fähigkeiten

z.B. **Aufmerksamkeit:**



Überblick: Paradigmen und Perspektiven in der Psychologie

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Biologische Perspektive

- Menschliches Verhalten resultiert aus **biologischen Prozessen** (Gene, Hormone, Nervensystem, Gehirn)
- Psyche und Körper stehen in **Wechselwirkung**
- Erfahrungen und Verhalten sind Ergebnisse chemischer/elektrischer synaptischer Übertragungen
- **Zergliederung** komplexer Prozesse in kleinere, spezifische Einheiten
- Zentrale Rolle **genetischer** und **epigenetischer** Grundlagen



António R. Damásio (geb. 1944)

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Biologische Perspektive

Methoden:

- Messung biologischer Marker von Verhalten
- zentral und periphere Messungen (siehe Folgevorlesung)

Einteilung von Messmethoden in:

Messungen von Indikatoren außerhalb des ZNS

- Elektrodermale Aktivität
- Elektromyogramm
- Elektrookulogramm und Eyetracker
- Elektrokardiogramm (EKG)
- Hormonspiegel im Blut
- ...

Messungen von Indikatoren der Aktivität des ZNS

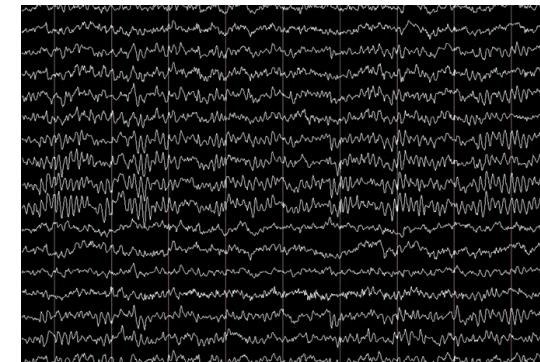
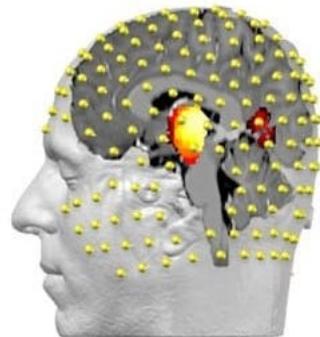
- Elektroenzephalogramm
- Magnetenzephalogramm
- Computertomografie (CT)
- Positronenemissionstomografie (PET)
- funktionelle Magnetresonanztomografie (fMRT)
- ...

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Biologische Perspektive

Methoden: Beispiel EEG

- fängt die elektrischen Potenziale von Neuronen auf
- Messung per Elektroden auf der Schädeloberfläche
- Aktivität von Neuronenverbänden kann zeitlich simultan gemessen werden



Überblick: Paradigmen und Perspektiven in der Psychologie

Aktuelle Perspektiven psychologischer Forschung

Perspektive	Untersuchungsschwerpunkt	Forschungsthemen
Psychodynamisch	Unbewusste Triebe, Konflikte	Sichtbarer Ausdruck unbewusster Prozesse
Behavioristisch	Spezifische Verhaltensreaktionen	Verhalten und seine Abhängigkeit von Reizen und Konsequenzen
Humanistisch	Menschliche Potentiale und Erleben	Werte, Ziele
Kognitiv	Mentale Prozesse	Geistige Prozesse durch Verhalten messbar machen
Biologisch	Prozesse im Nervensystem, Gehirn	Biochemische Grundlagen von mentalen Prozessen und Verhalten

Take-Aways

- **Paradigma** und dahinterstehendes **Menschenbild** bestimmen Auswahl der Forschungsmethoden
- **Psychodynamische Perspektive** muss Zugang zu unbewussten Inhalten und Prozessen herstellen
- **Behaviorismus** untersucht Reinz-Reaktionsketten in streng kontrollierten Verhaltensbeobachtungen
- **Humanistische Psychologie** versucht mittels qualitativen Methoden und hermeneutischem Schließen den Mensch als "Ganzes" zu verstehen
- **Kognitionspsychologie** untersucht kognitive Prozesse in objektiven Tests im Labor oder Feld
- **Biologische Psychologie** nutzt Messverfahren zum Verständnis biochemischer Prozesse im Organismus, die mit Verhalten einhergehen
- Psychologen **integrieren** heutzutage Konzepte (und Methoden) verschiedener Perspektiven in ihrer Forschung