

Paradigmen und paradigmatischer Vergleich

1. Übersicht 5 Paradigmen

2. Tabelle paradigmatischer Vergleich

Tiefenpsychologie

Gegenstand:

1. Aufbau und Funktionsweise der Psyche
2. Trennung in unbewusste und bewusste Prozesse

Grundannahmen:

1. Verhalten entsteht aufgrund psychischer Prozesse
2. Instinkte, Triebe, (unbewusste) Motive und innere Konflikte (Bedürfnisse vs. Umwelt) motivieren als innere Kräfte Verhalten
3. Gegeneinander gerichtete innere Kräfte erzeugen eine unangenehme psychische Spannung
4. Ziel: Abbau dieser Spannung durch Verhalten
5. Frühe Kindheit hat großen Einfluss auf spätere Persönlichkeit

Menschenbild:

1. Der Mensch ist ein eher triebgesteuertes Wesen
2. Verhalten und Wahrnehmung werden durch sexuelle und aggressive Triebe beeinflusst
3. Durch psychodynamische Modelle handelt der Mensch nicht immer rational
4. Viele Kräfte bleiben unbewusst => Der Mensch hat keine volle Kontrolle über sich selbst

Ansatz:

1. Freud versuchte, durch Gespräche unbewusste Eindrücke bei seinen Patienten zu rekonstruieren
2. Dies versuchte er durch Anwendung der psychodynamischen Methoden: freie Assoziation, Deutung von Assoziationen, Traumanalyse, Analyse von Widerständen und Übertragungsprozessen

Kritik:

1. Zu pessimistisches Menschenbild: Mensch gesteuert von Sexual- und Aggressionstrieben
2. Schließt menschliche Vernunftbegabung und positives Potential aus
3. Grundannahmen wie „das Unbewusste“ sind empirisch nicht nachweisbar
4. Menschenbild und Annahmen beruhen nur auf Grundlage von Patientenbeobachtungen

Bekannte Vertreter und Modelle:

1. Sigmund Freud
2. Alfred Adler
3. Carl Gustav Jung

4. Schichtenmodell (Unbewusstes, Vorbewusstes und Bewusstes)
5. Instanzenmodell (Ich, Es und Über-Ich)
6. Psychosexuelle Entwicklung (Orale-, Anale-, Phallische-, Latenz- und Genitale Phase)

Behaviorismus

Gegenstand:

1. Bezug auf beobachtbares Verhalten
2. Umweltstimuli mit denen das Verhalten auftritt
3. Konsequenzen durch das Verhalten

Grundannahmen:

1. Black-Box-Modell: Äußere Reize wirken auf den Menschen ein, werden in einem nicht einsehbaren System verarbeitet und als Verhalten wieder ausgegeben
2. Der Mensch kommt fast ohne Fähigkeiten auf die Welt, sondern erlernt durch Konditionierungsprozesse Verhaltensweisen
3. Der Mensch passt sich durch Lernprozesse an die Umwelt an (Reiz-Reaktions-Verbindung)
4. Menschliches Verhalten wird durch Umweltstimuli ausgelöst

Menschenbild:

1. Der Mensch ist eine „Reiz-Reaktions-Maschine“
2. Der Mensch ist ein passives Lebewesen, welches unter der Reizkontrolle seines physikalischen und sozialen Umfeldes steht
3. Konditionierungsprozesse prägen die Persönlichkeit, das Verhalten und die Motive

Ansatz:

1. Ivan Pawlow entdeckte den Lernprozess der klassischen Konditionierung (Pawlowscher Hund)
2. John B. Watson übertrug diesen Lernprozess dann auf den Menschen (Little Albert)
3. Burrhus F. Skinner entwickelte dann das operante Konditionieren (Skinner-Box)

Kritik:

1. Komplexität des Menschen in Tierexperimenten nicht genügend berücksichtigt
2. Kognitive Prozesse werden vernachlässigt => unvollständig
3. Eigenaktivität des Menschen wird zu wenig aufgegriffen
4. Simple Annahme, dass der Mensch der ständig ändernden Umwelt unterliegt

Bekannte Vertreter und Modelle:

1. Ivan Pawlow
 2. Burrhus F. Skinner
 3. John B. Watson
 4. Edward Lee Thorndike
-
5. Zwei-Faktoren-Theorie der Angst
 6. Reiz-Reaktions Schema
 7. Konditionierung

Kognitivismus

Gegenstand:

1. Erforscht die behavioristische „Blackbox“
2. Beschränkung auf kognitive Prozesse: Wahrnehmen, Verstehen, Denken, Beurteilen, Lernen, Planen, Problemlösen, Gedächtnis etc.

Grundannahmen:

1. Das menschliche Verhalten ist aktiv, zielgerichtet und plangesteuert
2. Der Mensch handelt aufgrund von Informationsverarbeitungsprozessen
3. Jeder verarbeitet Umweltreize individuell (=> subjektive Wirklichkeit)

Menschenbild:

1. Der Mensch ist durch Entscheidungsprozesse selbstbestimmt
2. Der Mensch handelt aktiv (agieren statt reagieren)
3. Der Mensch ist fähig zur Einsicht und Vernunft
4. Menschliches Verhalten ist stets zielgerichtet

Ansatz:

1. Entstand durch die kognitive Wende (ca. 1950), da die behavioristische Sicht nicht mehr alles erklären konnte
2. Albert Bandura erweitert die behavioristischen Theorien um das soziale Lernen und hebt die Bedeutung kognitiver Prozesse hervor

Kritik:

1. Nur einseitiger Fokus auf Informationsverarbeitung
2. Vernachlässigung von emotionalen Prozessen
3. Objektive Sicht auf stumpfe Prozesse untergräbt Einzigartigkeit

Bekannte Vertreter und Modelle:

1. Albert Ellis
2. Aaron T. Beck
3. Albert Bandura
4. Leon Festinger

5. Modelllernen (Bobo-Doll Studie)

Humanistisch-Ganzheitliche Psychologie

Gegenstand:

1. Der Mensch muss ganzheitlich betrachtet werden
2. Verhalten und Erleben durch subjektive Einzigartigkeit
3. Ein natürlicher Drang zur Selbstverwirklichung

Grundannahmen:

1. Menschliches Verhalten ist an Bedürfnishierarchie geknüpft:
 1. Biologische Bedürfnisse
 2. Bedürfnis nach Sicherheit
 3. Bedürfnis zur sozialen Bindung
 4. Bedürfnis nach Wertschätzung
 5. Selbstverwirklichung
2. Der Mensch besitzt eine Selbstaktualisierungstendenz, die nach psychischer Gesundheit und Wachstum strebt

Menschenbild:

1. Der Mensch ist von Natur aus gut
2. Der Mensch ist individuell und einzigartig
3. Der Mensch besitzt einen freien Willen, wodurch er aktiv selbst entscheiden kann

Ansatz:

1. Diese trat in den 1960er Jahren als dritte Kraft mit einer aktiv positiven Sichtweise neben der Psychoanalyse und dem Behaviorismus auf

Kritik:

1. Fehlende wissenschaftliche Nachweisbarkeit bei Konzepten
2. Sehr Einseitig

Bekannte Vertreter und Modelle:

1. Carl Rogers
2. Abraham Maslow
3. Wolfgang Köhler
4. Systemtheorie
5. Prinzip der Selbstorganisation/Selbststabilisierung

Psychobiologie

Gegenstand:

1. Funktionsweise des Gehirns, des Nervensystems und der Gene
2. Mensch als evolutionäres Geschöpf

Grundannahmen:

1. Wahrnehmung und Verhalten entstehen aus biochemischen Prozessen
2. Die Genetik hat einen großen Einfluss auf den Menschen
3. Anpassung des Verhaltens an die Umwelt, um zu Überleben
4. Mensch ist nur im Zusammenhang mit der Evolutionsgeschichte zu verstehen

Menschenbild:

1. Der Mensch ist ein biologischer Organismus
2. Menschliches Verhalten entsteht aus dem Überlebenstrieb
3. Der Mensch wird stark durch Gene und biochemische Prozesse beeinflusst, auf die er keinen Einfluss hat

Ansatz:

1. Geht nach Charles Darwins Entdeckungen zur natürlichen Selektion und Evolutionsbiologie
2. Forschung in den Bereichen Gehirn, Nervenzellen, Gene und Familie/Stammbaum um Aufschluss über mentale Prozesse und Verhalten zu bekommen

Kritik:

1. Schlüsse nur aus Hirnforschung und biologischen Teilgebieten

2. Soziale, kulturelle, wirtschaftliche und künstlerische Verhaltensweisen nicht erklärbar
3. Hilft in psychologisch kritischen Situationen nicht weiter

Bekannte Vertreter und Modelle:

1. Wilhelm Wundt
2. Konrad Lorenz