

STUDIENBUCH
SOZIALE ARBEIT



Hans-Peter Steden

Psychologie

Eine Einführung für soziale Berufe

3. Auflage

Lambertus

Hans-Peter Steden

Psychologie

Eine Einführung für soziale Berufe

3. Auflage

LAMBERTUS

Hinweise deutsche Bibliothek

Alle Rechte vorbehalten

© 2008 Lambertus-Verlag, Freiburg im Breisgau

www.lambertus.de

Umschlaggestaltung: Nathalie Kupfermann, Bollschweil

Satz: Phillip Zürcher, Freiburg

Herstellung: Franz X. Stücker, Druck und Verlag Ettenheim

ISBN 978-3-7841-1858-1

3., überarbeitete Auflage 2008

Hans-Peter Steden

Psychologie

Eine Einführung für soziale Berufe

3. Auflage

Inhalt

VORWORT	9
EINFÜHRUNG: PSYCHOLOGIE UND SOZIALE ARBEIT	12
TEIL 1	
GRUNDFRAGEN DER PSYCHOLOGIE	17
1. PSYCHOLOGIE ALS WISSENSCHAFT	19
1.1 Psychologie in der Alltagsvorstellung	19
1.2 Psychologie als Wissenschaft	21
1.3. Das psychische System	23
1.4 Teilgebiete der Psychologie	26
1.5 Die Geschichte der Psychologie	28
2. FRAGESTELLUNGEN UND AUFGABEN DER PSYCHOLOGIE	32
2.1 Wissenschaftliche Fragestellungen	32
2.2. Die Verbindung zu anderen Wissenschaften des Menschen ..	33
2.3 Praxisfelder der Psychologen (Angewandte Psychologie)	34
3. RICHTUNGEN DER PSYCHOLOGIE	36
3.1 Tiefenpsychologischer Ansatz und Psychoanalyse	36
3.2 Der Behaviorismus	46
3.3 Der Kognitivismus	52
3.4 Die Humanistische Psychologie	54
4. METHODEN DER EMPIRISCHEN PSYCHOLOGISCHEN FORSCHUNG	59
4.1 Quantitative Methoden	59
4.2 Qualitative Methoden (verstehende Psychologie)	65

INHALT

5.	DIE PSYCHOLOGISCHER ERKLÄRUNG DER GEFÜHLE	72
5.1	Der Zusammenhang von Gefühl und Denken	72
5.2	Modelle für die Rolle der Gefühle in der Psychologie	74
5.3	Zusammenfassung und Perspektiven.	79

TEIL 2

	TEILBEREICHE DER PSYCHOLOGIE	83
1.	PERSÖNLICHKEITSPSYCHOLOGIE	85
1.1	Theorien der Persönlichkeit	85
1.2	Das Menschenbild der Humanistischen Psychologie	92
1.3	Die Begriffe Person, Individualität und Persönlichkeit.	96
1.4	Das aktive Subjekt	100
1.5	Die Persönlichkeitsentwicklung im Säuglings-, Kindes- und Jugendalter	103
1.6	Die Persönlichkeit im Alter	108
2.	ENTWICKLUNGSPSYCHOLOGIE	114
2.1	Paradigmenwechsel in der Entwicklungspsychologie	114
2.2	Der Alltagsbegriff der Entwicklung.	118
2.3	Grundannahmen der Entwicklungspsychologie	120
2.4	Theorien der Entwicklung	126
2.5	Entwicklung als Sozialisation	133
2.6	Die pränatale Entwicklung und die Entwicklung des Neugeborenen	135
2.7	Die Entwicklungstheorie Jean Piagets.	138
2.8	Eriksons Theorie der Entwicklung von Ich-Identität	151
3.	MOTIVATIONSPSYCHOLOGIE	164
3.1	Die Begriffe Motiv, Motivation, Trieb und Bedürfnis	164
3.2	Motivarten	167

INHALT

3.3	DIE MOTIVATIONSHIERARCHIE NACH MASLOW	172
3.4	Motivation als Aufrechterhaltung von Gleichgewichtszuständen	177
3.5	Motive als Steuerungselemente der Persönlichkeit	178
3.6	Motivation und Handeln	180
4.	LERNPSYCHOLOGIE	183
4.1	Der Begriff "Lernen"	183
4.2	Der Prozess des Lernens	185
4.3	Lerntheorien	187
4.4	Die sozial-kognitive Theorie Banduras	197
4.5	Lernen und Angst	201
4.6	Lernen als subjektive Erfahrung	208
4.7	Lernen und Leistung im Erwachsenenalter	210
TEIL 3		
ANWENDUNGEN DER PSYCHOLOGIE IN BEREICHEN DER SOZIALEN ARBEIT 219		
1	PSYCHOLOGISCHE STRESSFORSCHUNG	221
1.1	Stress als Belastung und als Herausforderung	221
1.2	Stressbewältigung	230
2.	DIE PSYCHOLOGIE DES HELFENS	239
2.1	Soziales Engagement	239
2.2	Das Helfersyndrom	241
2.3	Das Burnout-Syndrom in helfenden Berufen	245
2.4	Konzepte der Burnoutprävention	247
LITERATUR.		254
DER AUTOR		264

Vorwort

Wir leben in einer „Risikogesellschaft“, deren Kennzeichen unter anderem darin besteht, dass immer neue Gruppen der Gesellschaft vor allem durch Arbeitslosigkeit auf ein Niveau der Lebenshaltung „absteigen“, auf welchem sie die Dienste der Sozialen Arbeit in Anspruch nehmen müssen. Mit dem Konzept der „Resozialisierung“ kann die Sozialpädagogik diese Menschen kaum noch erreichen. Sie erwarten persönliche Hilfe. Auch die klassische Klientel der sozialen Arbeit, Menschen mit abweichender sozialer Integration, ist selbstbewusster geworden. Seit Jahren wird daher über ein verändertes Konzept der Sozialen Arbeit diskutiert, das sich stärker an der „Sozialisation“, das heißt an den biographischen Bewältigungsstrategien der Betroffenen orientiert. Für diesen Prozess, in welchem die Persönlichkeit der Betroffenen im Mittelpunkt steht, gewinnt die Psychologie immer mehr an Bedeutung.

Auch die Psychologie befindet sich in einem enormen Veränderungsprozess. Die Zeit, in welcher sich die verschiedenen Richtungen ignorierten oder wechselseitig als „unwissenschaftlich“ abwerteten, scheint vorbei zu sein. Heute bestimmt ein pluralistisches Verständnis das Menschenbild vieler Psychologen. Die experimentelle Psychologie bedient sich tiefenpsychologischer Hypothesen (zum Beispiel über den Wirkungszusammenhang von „Frustration“ und Aggression oder über „intrinsische Motivation“), und die Psychoanalyse öffnet sich empirischen Daten. Immer häufiger werden Veröffentlichungen verfasst, die sich mit dem subjektiven Erleben, der subjektiven Wahrnehmung oder der biographischen Identität befassen. Die Psychologie ist insgesamt offener geworden für Prozesse, in welchen sich Personen um Selbstverwirklichung und Selbsterkenntnis bemühen. Damit rückt der ursprüngliche Gegenstand der Psychologie, die Seele – oder mit einem moderneren Wort: das „Selbst“ – wieder ins Zentrum der Betrachtung. Diese Tür aufgestoßen hat eine Richtung in der Psychologie, die als „Humanistische Psychologie“ bezeichnet wird.

Heute werden Einzelergebnisse der unterschiedlichen Richtungen zum Teil neu bewertet, weil das subjektive Erleben neue Fragen aufwirft. Wir verstehen heute, dass Individuen lebenslang konditioniert werden, wir studieren kognitive Verarbeitungsprozesse, wobei die Erkenntnisse

der Genforschung unser Verständnis erweitern, und wir beziehen wie selbstverständlich in unsere psychologischen Überlegungen ein, dass Individuen Abwehrmechanismen entwickeln und dass die frühe Mutter-Kind-Beziehung ausschlaggebend für das realitätsorientierte Handeln des Erwachsenen ist. Diese Zusammenhänge wären früher in drei verschiedenen Richtungen zersplittert und in dem jeweiligen System des Denkens isoliert betrachtet worden. Das Verblässen des Dogmatismus hat die Psychologie reicher gemacht.

Das an subjektiven Bewältigungsstrategien orientierte Menschenbild der Psychologie, das den ganzen Menschen in die Betrachtung einbezieht, hat zu Erweiterungen der Perspektive und zu Verschiebungen in der Bewertung von psychologischen Prozessen geführt. Erweitert hat sich zum Beispiel das Verständnis von Entwicklung. Während die Klassiker der Psychologie ausnahmslos Entwicklungsprozesse der Kindheit und der Jugend untersuchten, wird seit einigen Jahren die lebenslange Entwicklung erforscht, die sowohl die pränatale Phase, wie auch das Erwachsenenalter und die letzte Phase des Lebens einschließt. Verschoben hat sich zum Teil die Gewichtung innerhalb der Teilbereiche der Psychologie. Während früher Lern- und Einstellungsprozesse im Mittelpunkt standen, richtet sich heute die Aufmerksamkeit stärker auf das subjektive Erleben, das heißt auf die Persönlichkeit, deren Motivationen und Entwicklungen. Das vorliegende Buch vermittelt die psychologischen Grundlagen, um das subjektive Handeln von Individuen zu verstehen. Mein Engagement gilt der pluralistischen Betrachtung psychologischer Tatsachen. Im ersten Kapitel werden die Bemühungen verschiedener Richtungen der Psychologie gewürdigt. Als Leitfaden dienen die grundlegenden Erkenntnisse der humanistischen Psychologie, die um das „Selbst“ kreisen: unter anderem Selbsterfahrung, Selbstverwirklichung, Selbstbehauptung und Selbsta Ausdruck. Die Teilbereiche der Psychologie – Persönlichkeit, Entwicklung, Motivation und Lernen – werden aus aktueller Sicht dargestellt. Mit der psychologischen Stressforschung und der Psychologie des Helfens untersuche ich abschließend zwei psychologische Brennpunkte im Anwendungsbereich der Sozialen Arbeit.

In dieses Buch sind die Erfahrungen eingegangen, die ich durch meine Tätigkeit als Hochschullehrer an der Evangelischen Fachhochschule in Bochum gewonnen habe, an welcher ich das Fach Psychologie im Studiengang Sozialpädagogik vertrete. Mein Dank gilt den Mitarbeitern und Studenten, die durch ihre offene und konstruktive Kommunikation viel zum Gelingen dieses Buches beigetragen haben.

Vorwort zur dritten Auflage

Aufgrund des großen Anklangs nebst konstruktiv-kritischer Rückmeldungen und Anregungen, den diese Einführung in die Psychologie gefunden hat, ist eine 3. Auflage erforderlich geworden.

Gerne nehme ich diese Gelegenheit wahr, um in dem 1. Kapitel des Teils 2, Persönlichkeitspsychologie, einige Änderungen vorzunehmen. Anlass sind zum einen Anregungen und Hinweise von Studenten und Kollegen. Es gab auch gliederungstechnische und inhaltliche Gründe. Zunächst habe ich daher der besseren Lesbarkeit wegen die zu zahlreichen kurzen Unterkapitel in Kurzüberschriften verwandelt und dabei einige verändert und zugefügt. Entsprechend erfuhr die Gliederung dieses Kapitels eine Neugestaltung. Am Inhalt waren ebenfalls einige Neuerungen erforderlich. Das Verhältnis von Ich und Selbst war zu nebulös dargestellt. Der Hinweis auf den „Kern“ der Person musste aus der Geschichte der Philosophie und der Psychologie genauer hergeleitet werden, um verständlich zu sein. Insgesamt glaube ich, mit der jetzigen Darstellung dem komplexen Zusammenhang von Person, Persönlichkeit und Individualität eine „rundere“ Fassung gegeben zu haben.

Ich bedanke mich bei dem Verlag, der diese dritte Auflage möglich gemacht hat. Mein Dank gilt vor allem auch den zahlreichen Lesern, die offenbar die klare Gliederung des Buches in die Richtungen und Teilbereiche der Psychologie schätzen.

Hans Peter Steden

Einführung: Psychologie und Soziale Arbeit

Die Psychologie ist eine Wissenschaft, die das menschliche Verhalten und Erleben zu verstehen versucht und Konzepte der Therapie beziehungsweise der Veränderung des Verhaltens entwickelt. Welchen Beitrag sie für die Praxis der Sozialen Arbeit leisten kann, hängt von deren Selbstverständnis ab. In den vergangenen Jahren hat es zahlreiche Entwürfe für eine Theorie der Sozialen Arbeit gegeben (Engelke 1999). Die neueren Versuche, eine eigenständige Disziplin Sozialarbeitswissenschaft/Sozialpädagogik zu begründen, zeigen gemeinsame Bezugspunkte, bei welchen die Rolle der Psychologie für die Soziale Arbeit erkennbar wird. Es wird deutlich, dass eine um die „Repädagogisierung“ bemühte Praxis der Sozialen Arbeit die Probleme der beschädigten Subjektivität und Möglichkeiten für eine selbstbewusste und selbstbestimmte Lebenspraxis von Individuen als ihre Kernaufgabe betrachtet (Dewe/Ferchhoff/Scherr/Stüwe 1999, 10). Die Psychologie kann einen Beitrag leisten zum Verständnis der psychosozialen Stabilisierung von Individuen, welche in der „Risikogesellschaft“ Desintegration und Irrationalität (Anomie) erfahren (Böhnisch 1997, 18).

Die Praxis der Sozialen Arbeit wurde bislang von dem Konzept der „Resozialisierung“ getragen. Da Entscheidungen oft in Situationen gefällt werden müssen, die äußerst vielschichtig sind, entwickelten Psychologen in der Vergangenheit für verschiedene Bereiche der Sozialen Arbeit standardisierte Verfahren der psychosozialen Diagnostik, die in professioneller Weise das Erleben und Verhalten von Menschen in schwierigen Lebenslagen erkennen beziehungsweise bestimmte Verhaltenseffekte feststellen können (Harnach Beck 1997, 18). In den Bereichen der Forensik, der Entwicklungs- und Sozialpsychologie, der Schulpsychologie sowie der medizinischen und der Gesundheitspsychologie konnten Testverfahren der psychosozialen Diagnostik entwickelt werden, die oft eine verlässliche und unverzichtbare Hilfe für Sozialarbeiter darstellen (Kapitel 1, Abschnitt 4, „Methoden der Psychologie“).

Die diagnostischen Aufgaben in der sozialen Arbeit sind allerdings mit besonderen Problemen behaftet (Harnach-Beck 1997, 27): Gespräche erstrecken sich oft über einen langen Zeitraum, so dass Erinnerungslücken auftreten können. Meistens werden kognitive Daten erhoben, wel-

che die emotionale Empfindlichkeit und den sozialen Realitätsgehalt nicht immer zutreffend widerspiegeln. Der subjektive Ermessensspielraum des Sozialarbeiters, der aus der Vielzahl der Informationen relevante Ergebnisse herausfiltern muss, ist naturgemäß groß. Bei den Konstrukten, die der psychosozialen Diagnose vorgegeben werden, handelt es sich oft um sehr komplexe und dementsprechend fehleranfällige Vorgaben: Wenn die „Erziehungsfähigkeit“ ermittelt, eine „altersentsprechende Entwicklung“ festgestellt oder ein „Familienklima“ untersucht werden sollen, spielen Erwartungen und Normvorstellungen eine große Rolle. Auch die therapeutischen Zielsetzungen, die in die Diagnose einfließen, sind häufig sehr vage, wenn es zum Beispiel darum geht, die Erziehungsbedingungen zu „verbessern“, die Handlungskompetenz zu „erweitern“ oder die Fähigkeit zur Verantwortungsübernahme „nachreifen“ zu lassen (Harnach-Beck 1997, 28).

Die Erschwernisse der diagnostischen Arbeit mit komplexen und oft undurchsichtigen sozialen Subsystemen haben andererseits dazu geführt, dass die psychosoziale Diagnostik sich ihrer Fehlermöglichkeiten besonders bewusst geworden ist. Für die Soziale Arbeit bedeutet dies, dass Schlussfolgerungen aus Diagnosen sehr vorsichtig gezogen werden sollten. Insbesondere muss die Praxis ein Bewusstsein darüber bilden, dass die Einordnung „auffälliger“ Verhaltens- und Erlebnisqualitäten in bestimmte psychologische oder psychiatrische Kategorien Stigmatisierungsprozesse nach dem Motto auslösen kann „wer einmal lügt, dem glaubt man nicht“. Stigmatisierungen können unter ungünstigen Umständen eine Abweichungskarriere einleiten („ist der Ruf erst ruiniert ...“), die alle Bemühungen zunichte macht. Auf rein beschreibende Diagnosen sollte daher verzichtet werden. Psychologische Diagnosen in der Sozialen Arbeit sind nur sinnvoll, wenn sie beitragen, Entscheidungen vorzubereiten und therapeutische Hilfestellungen zu ermöglichen (Harnach-Beck 1997, 31).

Die psychologische Diagnostik liefert Entscheidungshilfen für die „Resozialisierung“, das heißt für die Wiedereingliederung oder die Selektion von Menschen, die in schwierige Lebenslagen geraten sind. Damit orientiert sie sich an gegebenen Werten, Institutionen und Strukturen der Gesellschaft. In dem Maße jedoch, wie „Werte“ im Wertpluralismus untergehen und zur sozialen Orientierungslosigkeit führen und Institutionen wie die Familie nicht mehr den gewünschten sozialen und psychologischen Rückhalt bieten, ist ein „Zurück“ in die „Normalität“ nicht

mehr möglich. Im Mittelpunkt der Auseinandersetzung mit psychosozialen Problemen und sozialen Konflikten steht dann nicht mehr nur die unbedingte und selbstverständliche Anpassung an beziehungsweise die Abweichung von vorgegebene(n) Normen und überlieferte(n) Sozialmuster(n), sondern das Streben nach biografischer Identität und Handlungsfähigkeit (Böhnisch 1997, 26). Die Soziale Arbeit leistet bei diesem Verständnis des gesellschaftlichen Wandels einen Beitrag zur „Sozialisierung“ von Menschen in sozialen Schwierigkeiten.

Für das Selbstverständnis der Sozialen Arbeit ergibt sich aus dem Konzept der „Risikogesellschaft“, die alle vorgegebenen Strukturen auflöst, die Möglichkeit zu einer neuen Identität: Sie kann sich aus der ideologischen Fixierung auf abweichendes Verhalten und traditionelle Normen lösen und mit dem Konzept der „biografischen Lebensbewältigung“ die subjektive Suche Betroffener nach Identität verstehen und unterstützen. Die Kunst der Sozialpädagogik besteht dann darin, die subjektive Sicht und das subjektiv motivierte Handeln der Betroffenen zu akzeptieren – ohne das Ziel aus den Augen zu verlieren, die gestörte und zu erneuernde Integration zu betreiben (Böhnisch 1997, 27).

Wo die biografische Handlungsfähigkeit und die Sozialintegration so bedroht sind, dass sie von den Betroffenen nicht mehr aus eigener Kraft hergestellt und ausbalanciert werden können, wird ein psychologisches Verständnis ihrer Situation hilfreich. Die Psychologie hat Theorien und Methoden entwickelt, um festzustellen, wie Menschen sich aufgrund ihrer Persönlichkeit und ihrer Motivation mit ihrer sozialen Lage auseinandersetzen, wie sie sich dabei fühlen, was sie erleben, welche Lernprozesse sie durchmachen und welche Entwicklung sie anstreben. Mit Hilfe der Psychologie können typische Bewältigungsmuster bewusst und normierte Erwartungen transparent gemacht werden.

Da viele Schwierigkeiten, die sich subjektiv als „soziale“ Probleme darstellen, oft eine tiefenpsychologische Dimension haben, kann die Psychologie zu Rate gezogen werden, um biografische Krisen zu meistern. Dazu muss sie die hermeneutische Methode des Verstehens beherrschen und anwenden. Für die Erfahrung des Selbstwertverlustes und des Strebens nach Selbstbehauptung von Betroffenen sind die psychologischen Konzepte des „Ich“ und des „Selbst“ von Bedeutung. Der folgenden Darstellung liegen Theorien und Therapiekonzepte der „Humanistischen Psychologie“ zugrunde.

Die moderne Sozialpädagogik kommt zu der Erkenntnis, dass das Streben nach subjektiver Handlungsfähigkeit den Kern der Sozialen Arbeit

ausmacht (Böhnisch 1997, 24). Daher wird ihr die Biografie des Einzelnen zum entscheidenden Bezugspunkt. Das Biografiekonzept der Sozialen Arbeit setzt sich zum Ziel, Betroffenen zu helfen, ihre gestörte Handlungskompetenz wieder zu erlangen, damit sie den Prozess der lebenslangen Sozialisation besser fortsetzen können (Wedekind 1986, 60). Um an der Verwirklichung dieses Ziels mitzuwirken stellt die Psychologie die Subjektivität des Erlebens bei Lern-, Entwicklungs- und Motivationsprozessen in den Mittelpunkt der Betrachtung.

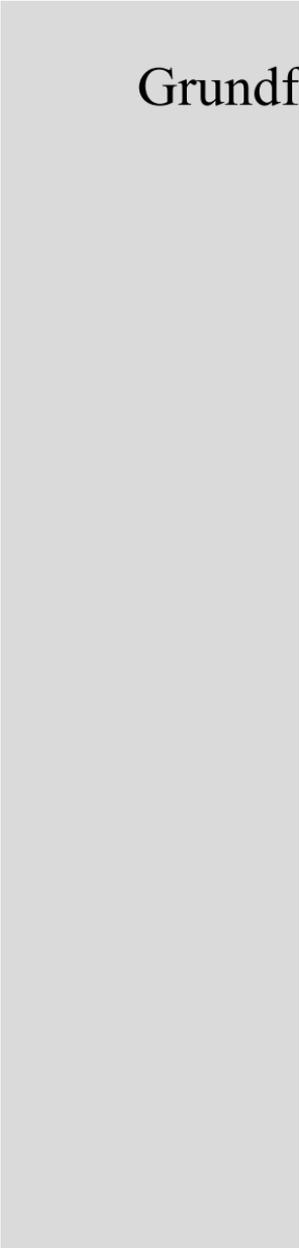
Eine Psychologie, welche die Soziale Arbeit in ihrem Ziel unterstützt, zu einem gelingenden Alltag ihrer Klienten beizutragen (Thiersch, zit. n. Engelke 1999, 333), stellt die psychosoziale Handlungsfähigkeit in den Mittelpunkt. Nach Staub-Bernasconi sind Menschen „selbstbewusstfähige Biosysteme“ mit biologischen, psychischen, sozialen und kulturellen Bedürfnissen (Staub-Bernasconi, zit. n. Engelke 1999, 370). Psychosoziale Stabilität entwickelt ein Individuum einerseits aus der Verfügbarkeit der für das Alltagshandeln notwendigen Güter, körperlicher Unversehrtheit sowie dem Erleben von sozialer Gerechtigkeit und Rechtsgleichheit. Entscheidend für die Bewältigung schwieriger Lebenslagen ist jedoch zum anderen die persönliche Handlungskompetenz, das heißt die subjektive Fähigkeit, gegebene Möglichkeiten (optimal) auszuschöpfen.

Bedürfnisse sind „elastisch“. Menschen können lernen, sich an eine gegebene soziale Lage anzupassen und mit knappen Gütern, wie Gesundheitsbeeinträchtigung, sozialer Abhängigkeit und sozialer Abwertung zu leben. Indem sie sich Zugang zu den Ressourcen ihrer Bedürfnisbefriedigung schaffen, entwickeln sie aber oft gleichzeitig Konkurrenz, Machtstreben und Gewalt. Der Mensch kann nicht einfach in eine Institution, in einen Beruf oder in eine Weiterbildung „eingepasst“ werden. Seine Selbstorganisation, sein „Selbst“ entscheiden darüber, welche Hilfe er annimmt und welche er ausschlägt. Hilflose Menschen „klammern“ und lavieren zwischen Hilfsangeboten und Chancen hin und her, um einfach „über die Runden zu kommen“. Andere erkennen, dass ihnen als Orientierung letztlich nur sie selbst bleiben (Böhnisch 1997, 66). Eine am Konzept der Selbstverwirklichung orientierte Psychologie kann helfen, diese Erkenntnisprozesse zu fördern.

Die Perspektive der modernen Sozialen Arbeit richtet sich auf die Subjektivität des Handelnden. Damit ergeben sich zahlreiche Überschnei-

dungen mit der Psychologie. Auch die Psychologie hat sich entwickelt. An die Stelle von dogmatischen Richtungen sind die Akzeptanz und der Pluralismus verschiedener Konzepte getreten. Vertreter der „Humanistischen Psychologie“ – Carl Rogers, Abraham Maslow, Ruth Cohen und andere – haben dem psychologischen Konzept der Selbstverwirklichung Substanz gegeben. Die psychologischen Forschungsbereiche der Entwicklung, des Lernens, der Persönlichkeit und der Motivation haben eine lange Tradition. Der Psychologe kann daher über die psychosoziale Diagnostik hinaus die moderne Soziale Arbeit wirksam dabei unterstützen, die Subjektivität Betroffener zu verstehen.

Die Psychologie der Persönlichkeit kann hilfreich sein, um die verschiedenen Typen der Anpassung und der Bewältigung zu erforschen. Das aus der Stressforschung bekannte psychologische Konzept des „Coping“, mit dem die – oft ineffektiven – Anstrengungen zur Überwindung einer Schwierigkeit bezeichnet werden, könnte als Leitidee für das Bemühen Betroffener dienen, ihre Handlungsfähigkeit wieder herzustellen. Da Bedrohungen des Selbst sowie Angst und Spannungen in der Regel emotional erlebt werden, kann die Motivationspsychologie zu Rate gezogen werden. Die Entwicklungspsychologie kann zur Klärung der Tatsache beitragen, dass die den Lebensaltern vorgegebenen Menschenbilder und Lebensmuster oft kulturell überholt sind (Böhnisch 1997, 69). Durch eine „hermeneutische Professionalisierung“ (Dewe/Ferchhoff/Scherr/Stüwe 1999, 11) können Sozialpädagogen und Psychologen gemeinsam zu einer veränderten Gestaltung der Sozialen Arbeit beitragen. Im Dialog mit den Betroffenen können verhinderte und gestörte biografische Prozesse psychologisch und pädagogisch aufgearbeitet und über Selbstfindungsprozesse schrittweise überwunden werden.



Teil 1

Grundfragen der Psychologie

1. Psychologie als Wissenschaft

1.1 PSYCHOLOGIE IN DER ALLTAGSVORSTELLUNG

Psychologie spielt im Alltag eine große Rolle. Wir bilden uns Meinungen und Vorstellungen darüber, warum die Kinder der Nachbarn schüchtern oder aggressiv sind, wir glauben die Gründe für die Ehekrise eines befreundeten Paares zu kennen. Über uns selbst haben wir intensiv psychologische Ursachenforschung betrieben und meinen, uns zu kennen. Unsere Menschenkenntnis vertiefen wir durch das Lesen von Romanen und Fachliteratur, wir erfahren von den Tiefen persönlicher Gefühle und Verstrickungen durch das Kino, Fernsehfilme, Videos und Theater. Die Sprache birgt eine Fülle von Lebensweisheiten, die unser psychologisches Wissen bereichern, (zum Beispiel „durch Schaden wird man klug“, „Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmer mehr“, „Der Apfel fällt nicht weit vom Stamm“ etc. – Langfeldt 1993, 3). Auf diese Weise fühlen wir uns gut ausgestattet mit psychologischem Wissen über die Beweggründe des Handelns. Wir kennen Emotionen und verfügen über Erklärungen bei einem bestimmten Verhalten oder beim Scheitern von Beziehungen.

Das psychologische Alltagswissen bildet eine notwendige Orientierungshilfe. Es ermöglicht uns, Standpunkte zu beziehen, psychologische Zusammenhänge zu erklären und daran unerschütterlich zu glauben. Private psychologische Erkenntnisse, die in ungeprüften Behauptungen zum Ausdruck kommen, wie: „eine Ohrfeige schadet nicht“, helfen uns, die Entwicklung von Individuen und von Beziehungen einzuschätzen und unser Handeln danach auszurichten. So steuern unsere Alltagstheorien über psychologische Ursache-Wirkungs-Prozesse unser Verhalten in sozialen Situationen. Unsere Handlungen basieren auf dem Bild, das wir uns von den Menschen gemacht haben. Das Leben erhält durch klar umrissene Vorstellungen über die Motive der Mitmenschen Stabilität. Wissenschaftliche Untersuchungen bestätigen oft Inhalte der „Privatpsychologie“. So entsteht der Eindruck, dass in jedem ein guter Psychologe steckt. Durch die psychologische Forschung bekräftigt, lassen sich Personen leicht zu der Schlussfolgerung verführen, sie könnten auf die wissenschaftliche Psychologie verzichten, da man von den Psychologen sowieso nur das zu hören bekomme, was man selbst wisse.

*Merkmale und Funktionen der Privatpsychologie**Charakteristische Merkmale der Privatpsychologie*

(Novak/Finster/Schneider 1989, 24):

- Subjektivität, Orientierung an eigenen Erfahrungen,
- Tradition, Ansammlung von „Alltagsweisheiten“,
- Klischeevorstellungen (Denken in Kontrasten, Schwarz-Weiß-Denken),
- unzulässige Verallgemeinerungen (einmal = immer; einer = alle),
- unerschütterlicher Glaube an die private Psychologie,
- Erklärungen auf der Ebene der Plausibilität,
- Stabilität gegenüber Änderungen (Psychologie wird zum „Standpunkt“).

Funktionen der Privatpsychologie:

- Schnelle Beurteilung von Personen,
- schnelle Orientierung in (neuen) Situationen,
- schnelles Reagieren,
- Erhöhung des Sicherheitsgefühls, Reduzierung von Angst,
- Rechtfertigung eigener Handlungen,
- Bewertung von Personen und Handlungen (gut/böse, richtig/falsch, wahr/unwahr usw.).

Als selbst ernannte Psychologen stoßen wir jedoch bald auf Mängel und Probleme, die es ratsam erscheinen lassen, den fachlichen Rat von ausgebildeten Psychologen einzuholen. Wir spüren unser psychologisches Unvermögen, wenn wir immer wieder einem Verhaltensmuster folgen, das wir längst als bearbeitet und „erledigt“ betrachtet hatten oder wenn wir anderen helfen wollen. Hilflos gestehen wir uns ein, dass uns unser „Problem“ wieder eingeholt hat beziehungsweise dass wir nicht helfen können, weil wir die komplexe psychologische Situation nicht verstehen. Zu neuen Rezepten und Strategien haben wir kein Zutrauen. In dieser Situation wird deutlich, dass ein differenziertes psychologisches Wissen notwendig ist, um uns einen Weg aus dem Dilemma zu zeigen. Verzichten wir auf die wissenschaftliche Forschung in sozialen Berei-

chen wie Schule, Verkehr, Werbung oder Wahlen und vertrauen wir weiter auf unsere private Psychologie, dann kann leicht eine schwierige Lage entstehen, in welcher die Kontrolle unseres Handelns gefährdet wird.

1.2 PSYCHOLOGIE ALS WISSENSCHAFT

Die Psychologie wird als die Wissenschaft vom Verhalten und Erleben definiert (Langfeldt 1993, 19). Sie ist eine empirische Wissenschaft, das heißt, Psychologen befassen sich mit Erscheinungen, die der Erfahrung zugänglich sind. Beobachtung, Experiment und Befragung stellen die entscheidenden empirischen Instrumente der naturwissenschaftlich orientierten psychologischen Forschung dar. Psychologen beschränken sich jedoch in der Regel nicht auf die Beschreibung, Beobachtung und theoretische Erklärung von Verhaltenstatsachen, sondern sind um Behandlung bemüht, das heißt, sie sind bestrebt, Prognosen zu erstellen und Verhalten zu kontrollieren, zu verändern und zu beeinflussen. Daraus ergibt sich die Rangordnung der Ziele der wissenschaftlichen Psychologie (Novak/Finster/Schneider 1989, 25):

- Beschreibung,
- Erklärung,
- Kontrolle, Veränderung, Anwendung der Erkenntnisse, Therapie.

Der Gegenstand der Psychologie, menschliches Verhalten und Erleben zu verstehen, ist komplex und kann durch Begriffe wie Persönlichkeit, Entwicklung oder Motivation oft nur sehr vage erfasst werden (Novak/Finster/Schneider 1989, 25). Auch Gefühle wie Angst oder Glück, Stimmungen wie schlechte Laune und Erregbarkeit sowie Intelligenz und persönliche Fähigkeiten sind der Beobachtung und Messung nur zum Teil zugänglich. Der Psychologe muss sich ständig bewusst machen, dass ein Unterschied besteht zwischen dem, was er beschreibt und der Beschreibung. Aus der Tatsache, dass ein Student sich nicht an der Seminararbeit beteiligt, kann geschlossen werden, dass er desinteressiert, faul oder unfähig ist. Genau so gut kann es aber sein, dass er den Seminarverlauf innerlich sehr konzentriert verfolgt, sich Meinungen bildet und innerlich zutreffende Antworten gibt, oder vielleicht gar unterfordert ist. Er kann aber auch müde oder krank sein.

Ziel der wissenschaftlichen Psychologie ist es, verallgemeinerbare Erklärungen für bestimmte Verhaltensweisen zu finden. Dabei stützt sie sich auf Annahmen (Hypothesen), die so „operationalisiert“ (in beobachtbare Schritte aufgegliedert) werden sollten, dass die Annahme bestätigt oder verworfen werden kann. Findet sich eine empirische Bestätigung für eine Hypothese, wird oft erst eine weitere Tür in der psychologischen Forschung aufgestoßen. Wenn sich die Behauptung verifizieren lässt, dass Kinder Verhaltensweisen der Eltern nachahmen, könnte in einem nächsten Schritt die Hypothese aufgestellt werden, dass Kinder überwiegend erfolgreiches Verhalten der Eltern imitieren (Novak/Finster/Schneider 1989, 27).

Erkenntnisse der wissenschaftlichen Psychologie werden eingesetzt, um Verhalten zu beeinflussen. Die verifizierte Annahme, dass Anregungen in der frühen Kindheit von großer Bedeutung für die gesamte weitere intellektuelle Entwicklung sind, hat Vorschul- und Kindergartenkonzepte stark beeinflusst. Erkenntnisse über Angst in der Schule haben dazu beigetragen, dass die Lernbedingungen demokratischer und offener organisiert wurden. Die Erforschung der Lese- und Rechtschreibschwierigkeiten (LRS) hat zahlreiche Trainingsprogramme zur Folge gehabt. Kontrolle und Veränderung bedeuten jedoch auch, dass Verhalten manipuliert werden kann. Viele Jahre wurde zum Beispiel die Linkshändigkeit von Kindern nicht akzeptiert und das Trainieren der rechten Hand gefordert. Die Gehirnforschung der letzten 20 Jahre hat jedoch deutlich gemacht, dass die Umstellung der angeborenen Händigkeit ein massives Eingreifen in das menschliche Hirn bedeutet und zu schweren Störungen und Irritationen führen kann (Sattler 1996, 22).

Psychologische Hypothesen können dem Alltagserleben entstammen. Diese werden als Theorieelemente übernommen und anhand intersubjektiv zugänglicher Daten empirisch überprüft. Die Theorie wird auf diese Weise bestätigt (verifiziert) oder verworfen (falsifiziert). Aus der Forschung ergeben sich neue Anhaltspunkte, deren Richtigkeit wiederum durch Beobachtung oder Experiment bestätigt oder verworfen wird. Der wissenschaftliche Prozess bringt neue Erkenntnisse und Methoden hervor. So entfernt sich die wissenschaftliche Psychologie zunehmend vom Alltagswissen, bildet einen eigenen Begriffsapparat und wird ein Gebiet von Spezialisten (Schönpflug 1980, 9). Zahlreiche der vorwissenschaftlichen Psychologie entlehnte Begriffe wie Motivation, Entwicklung, Persönlichkeit, Wahrnehmung u.a. stellen nur scheinbar ein

gemeinsames Grundwissen beider Bereiche dar. In Wirklichkeit ist die wissenschaftliche Psychologie, die sich in verschiedene Richtungen entwickelt hat, weit vom Alltagsverständnis dieser Begriffe abgerückt. Wissenschaftliche Theorien werden schriftlich formuliert und damit bewusst der Kritik anderer Wissenschaftler angeboten (Flammer 1996, 13). Die Maßstäbe dieser Kritik sollten die Überprüfbarkeit der Hypothesen, Widerspruchsfreiheit und Messbarkeit sein. Der Wissenschaftler ist damit mehr als der psychologische Laie in der Lage, seine Theorien zu verfeinern und weiterzuentwickeln.

Die gemeinsame Wurzel von vorwissenschaftlicher und wissenschaftlicher Psychologie im Alltagswissen der Menschen führt zu einem ständigen Austausch beider „Systeme“ und wirkt sich dadurch bereichernd aus. Während noch vor 20 Jahren die Psychologie überwiegend als „wertfreie“ Wissenschaft gesehen wurde, bekennen sich heute immer mehr Psychologen dazu, dass sie ihre theoretischen Annahmen aus dem Erfahrungsschatz der Alltagspsychologie schöpfen. Zahlreiche Fachausdrücke der wissenschaftlichen Psychologie sind von der vorwissenschaftlichen Psychologie aufgenommen worden und bilden heute einen festen Bestandteil unseres kulturellen Wissens über den Menschen, wie zum Beispiel die Begriffe „Frustration“, „Stress“, „Burnout“, „Verdrängung“, „Projektion“ oder „Placebo“. Andererseits bringt die Entwicklung der Gesellschaft zusätzliche Erkenntnisse über die Beziehungen der Menschen hervor und wirkt ihrerseits anregend auf die wissenschaftliche Untersuchung neu in das Bewusstsein tretender psychologischer Zusammenhänge.

1.3 DAS PSYCHISCHE SYSTEM

Zum Wesen des Menschen gehört das Fragen. Wenn ein bestimmtes Verhalten Anlass zur Sorge gibt, werden typische Erklärungsversuche gemacht, um eine Antwort auf das zunächst unverständliche Handeln zu finden. Das Bemühen um ein Verstehen ist historischen Bedingungen unterworfen und durch veränderliche Wertschätzungen beeinflusst. Während in früheren Zeiten Menschen nach ihrem christlichen Lebenswandel, ihrem Gehorsam, ihrem Mut und ihrer Treue, also nach ihrem äußeren Verhalten beurteilt wurden, spielen in der Neuzeit „innere Prozesse“ eine größere Rolle. Da mentale Zustände jedoch nicht sichtbar