

## Auswertung der Klausur

Modul M 5.2.1 Psychologie / WS 2011/12  
1. Sem. BA Soziale Arbeit

Name:

Matrikelnummer:



Bearbeitete Aufgaben: 3,4,5

Seitenzahl (ca. netto): 13

**Inhalt:**

sehr fundierte Bearbeitung der Fragestellungen mit eigenständigen Erweiterungen, sie haben sich intensiv mit der Thematik beschäftigt

**Form:**

klar gegliedert und sehr gut lesbar

**Bemerkung:**

Note: 1,3

Insgesamt sehr erfreuliches Gesamtergebnis.

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg und Spaß im weiteren Studium.

Hamburg, den 5.5.12

Prof. Dr. G. Schürgers

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized 'A' followed by a wavy line and a small tick mark at the end.

**Einführung in die Psychologie BA Soziale Arbeit / M 5.2.1**

Wählen Sie **3 Aufgaben** aus den 5 untenstehenden Aufgaben aus und beantworten Sie die entsprechenden Fragen ohne weitere Hilfsmittel.

Sie haben **2 Stunden Zeit**.

1. ~~Nennen Sie Gütekriterien empirischer Forschung.~~
2. ~~Erläutern Sie den Begriff „Bewusstsein“ aus psychologischer Sicht.~~
3. Welche Bedeutung hat Schlaf und Traum aus psychologischer Sicht?
4. Erläutern Sie die Unterschiede zwischen "typologischen und traittheoretischen Ansätzen" in der Persönlichkeitspsychologie und benennen Sie Vor- und Nachteile des jeweiligen Ansatzes.
5. Stellen Sie eine Persönlichkeitstheorie genauer dar und bewerten Sie diese kritisch.

Viel Erfolg!

### Frage 3: Bedeutung Schlaf / Traum

Im folgenden werde ich auf die Bedeutung von Schlaf und Traum aus psychologischer Sicht eingehen.

Jeder Mensch hat eine sogenannte "biologische Uhr" in sich, d.h. er lebt nach einem zirkadianen Rhythmus. Dieser Rhythmus beeinflusst jede unsere Körperaktivitäten wie Herzfrequenzen, Aktivität und die Fähigkeit für geistige und körperliche Betätigungen. ~~hoch~~ Der Hochpunkt unserer Körperaktivitäten wird in der Regel am Nachmittag erreicht, der Tiefpunkt nachts. Dieser zirkadiane Rhythmus läuft ca. in einem 24,18-Stunden-Takt ab, ist also nicht kongruent mit der Uhr an der Wand. Ausgeglichen wird dieser jedoch durch die Helligkeit bzw. Dunkelheit, die durch die Sonne erzeugt werden. Sobald unser zirkadianer Rhythmus ~~irgendwie~~ durch irgendetwas behindert wird, kommt unser ganzes System aus dem Gleichgewicht. Ein gutes Beispiel hierfür ist der Jetlag.

Da wir ca.  $\frac{1}{3}$  unseres zirkadianen Rhythmus im Schlaf verbringen, waren Forscher immer bemüht, diesen zu ~~er~~ erforschen. Der Durchbruch ~~hief~~ gelang hier 1937:

Bei Forschungen in Schlaflaboratorien wurde festgestellt, dass sich die Herzfrequenzen ~~ta~~ der Schlafenden nach einem bestimmten Muster kontinuierlich veränderten. Zusätzlich wurde festgestellt, dass sich ~~ta~~ in bestimmten Phasen des Schlafes zu schnellen Augenbewegungen, den rapid eye movements, kurz REM, kommt. Die Phase, in der dies nicht auftrat, nannte man NREM, non rapid eye movements.

Man beobachtete, dass sich die Schlafenden ~~ca. 90 Min~~ am Anfang des Schlafes ca. 90 Min. in der NREM-Phase befanden und es danach ~~zu~~ 10 Min. zur REM-Phase kam. Diesen Ablauf durchläuft jede Schlafende ca. 4-6 Mal jede Nacht, und wobei anzumerken ist, dass die N-REM Phase stetig kleiner wird, während die REM-Phase sich vergrößert.

Außerdem kam man aufgrund der schnell bewegenden Augen zu dem

Schluss, dass man während der REM-Phasen träumt oder aber bewusster träumt.

Des Weiteren kam man zu der Frage, welchen Nutzen der Schlaf für Menschen hat.

Man geht davon aus, dass der Körper sich während der NREM-Phase regenerieren kann, er also seine ~~se~~ verbrauchten Kapazitäten wieder auffüllen kann.

Während des REM-Schlafes ~~verfestigt~~ ~~erle~~ verfestigt man vermutlich kognitive Erfahrungen, die man gemacht hat und verarbeitet Erlebtes.

Ein weiterer wichtiger Aspekt, ~~den~~ <sup>der</sup> viele Menschen beschäftigt und den deswegen viele Psychologen interessiert, ist das große Feld der Schlafstörungen. Im Folgenden werde ich auf vier verschiedenen Formen der Schlafstörungen eingehen:

Die erste Form ist die Schlaflosigkeit, die sich <sup>zum einen</sup> "durch die Unfähigkeit auszeichnet, einschlafen zu können, zum anderen aber auch dadurch, häufig in der Nacht auf-

Zuwachen oder früh am Morgen wieder aufzuwachen.

Man geht davon aus, dass diese Form der Schlafstörung sowohl biologische, soziale, als auch psychische Ursache hat.

Die zweite Form ist die Narkolepsie, also der dringende Drang, einfach einzuschlafen. Diese Schlafstörung geht meistens mit der Unfähigkeit einher seine Muskeln kontrollieren zu können. Auf viele Betroffene hat diese Störung schwere psychische Folgen aufgrund des Schams, den sie verspüren.

Des Weiteren gibt es die Schlafapnoe, ~~die~~ eine Störung, die mit den Atemwegen zusammenhängt und Menschen aufhören lässt, zu atmen. Dadurch, dass dann Notfall-Hormone freigesetzt werden, wachen die Menschen wieder auf und atmen. Normalerweise hat jeder Mensch ein paar dieser Aussetzer, Betroffene der Krankheit haben jedoch einige hundert.

Die letzte Schlafstörung ist die Tages-schlafnähe, bei der es zu starkem Schlafdruck während der Tagesbeschäftigung kommt. Die meisten Patienten in Schlaflaboratorien leiden an dieser Schlafstörung.

Wie schon erwähnt, fand man heraus, dass man während der REM-Phase des Schlafes mehr oder bewusster träumt. Viele Psychologen beschäftigten sich deshalb mit der Bedeutung und Analyse des Traums.

Ein prägender westlicher Ansatz ist der von Sigmund Freud. Er maß Träumen eine hohe Bedeutung zu, da man sich während des Träumens die unbewussten Wünsche einer Person ins Bewusstsein kämpfen würde. Diesen unbewussten Wunsch nannte er den latenten Inhalt der Träume, der dann aber durch einen manifesten, sozial akzeptablen Traum ersetzt wird. Diesen Prozess nannte er Traumarbeit.

Aber auch nicht-westliche Kulturen messen Träumen einen hohen Stellenwert bei. So gibt es Völker, die sich jeden Tag gegenseitig die

Träume erzählen und sie interpretieren.  
In den nicht-westlichen Kulturen  
hatte man aber eine andere Zeit-  
perspektive: Während ~~man~~ Freud in  
die Vergangenheit blickte, schauen nicht-  
westliche Kulturen meist in die  
Zukunft.

#### Frage 4.

Psychologen sind seit ~~jeder~~ vielen  
Jahrhunderten bemüht, die menschliche  
Persönlichkeit anhand von Kategorien  
oder aber von kontinuierlichen Eigen-  
schaften zu beschreiben.

So bildeten sich zum einen die typolo-  
gischen Ansätze, man versuchte also  
Menschen anhand von nicht über-  
lappenden Kategorien zu beschreiben.

Eine der ersten Typologien stammt von  
Hippokrates, der Menschen anhand von  
Körpersäften wie Blut, Schleim oder  
Galle und ~~dies~~ dementsprechenden  
Temperamenten zu beschreiben versucht.

Eine ähnlich Typologie entwickelte  
Sheldon, der Menschen durch Körper-  
typen anhand ihres Körperbaus Tempera-  
mente zuschrieb.

Diese beiden Versuche, Menschen durch



Körpererscheinungen zu beschreiben, ~~wurde~~  
~~kann~~ ~~jedoch~~ ~~schnell~~ ~~er~~ wurde viele  
Jahre geglaubt, obwohl man sie schnell  
wiederlegen kann. Auch Ebenfalls zu  
erwähnen ist, dass derart Überlegungen  
auch im nationalsozialistischen Deutschland  
Anklang fanden und man sie deshalb  
sehr kritisch sehen muss.

Eine heutige Typologie wurde von  
Sulloway begründet, der Menschen  
nach Erst- und ~~Zwei~~ Nachgeborene  
kategorisierte. Er war der Meinung, dass  
Erstgeborene noch die volle Aufmerk-  
samkeit der Eltern genießen konnte und  
sich somit schnell mit ihnen identifi-  
zierte. Nachgeborene müssten dann  
eine andere Nische finden, eine, bei  
der sie sich nicht mit ihren Eltern  
identifizieren. Aus diesem Grund ging  
er davon aus, dass Nachgeborene  
die „geborenen Rebellen“ sind.

Nachteil bei solchen Typologien ist  
es, dass sie Verhalten nur beschreiben,  
es jedoch nicht erklären.

Im Gegensatz dazu bildete sich ~~er~~ der trait-theoretische Ansatz, der durch Allport begründet wurde.

Traits waren für ihn die Bausteine der menschlichen Persönlichkeit und meinten kontinuierliche Eigenschaften, die über viele Situationen hinweg konsistent sind.

Allport unterschied in 3 verschiedene Traits: die kardinalen Traits, also Traits, um die herum eine Person ihre Persönlichkeit aufbaut; ~~2~~ die zentralen Traits, also wesentliche Charakteristika einer Person wie Ehrlichkeit oder Optimismus ~~es~~ und die sekundären Traits, die Verhalten zwar beschreiben, aber nichts über die Persönlichkeit aussagen.

In Folge seiner Forschung arbeitete er dann 18.000 Adjektive aus einem Duden heraus, die die Persönlichkeit beschreiben könnten, also 18.000 Traits.

Diese Zusammenstellung ~~wäre~~ war dann für viele weitere Psychologen Gegenstand ihrer Forschung, da man versuchte, Struktur in die lange Liste von Traits zu bekommen. So kam man zu einem Modell mit 16 Dimensionen, daraufhin zu einem mit ~~3~~ drei und die Annahme, die

Auch noch heute Bestand hat, geht von dem Fünf-Faktoren-Modell aus, mit dem man sich und andere beschreiben kann.

Diese fünf Faktoren sind die Extraversion, Verträglichkeit, Gewissenhaftigkeit, Neurotizismus und die Offenheit für Neues.

Auch bei diesem Modell muss man anmerken, dass es die Persönlichkeit lediglich beschreibt, jedoch nicht das Verhalten von Menschen erklärt.

Abschließend kann man sagen, dass beide Ansätze, sowohl der typologische als auch der trait-theoretische, „lediglich“ deskriptive Persönlichkeitsansätze sind. Der trait-theoretische Ansatz ist jedoch differenzierender und kann die Persönlichkeit anhand der fünf Faktoren konkreter beschreiben.

### Frage 5:

Im Laufe der psychologischen Geschichte haben sich verschiedene Persönlichkeitstheorien entwickelt, so z.B. die Freud'sche Psychoanalyse, der Behaviorismus oder die humanistischen Theorie. Im Folgenden werde ich näher auf die Freud'sche Psychoanalyse eingehen und diese ~~teils~~ kritisch bewerten.

Freud ging davon aus, dass ~~alle~~ jegliches Verhalten durch innere Prozesse und Triebe motiviert ~~sind~~ ist.

Im Zuge seiner Theorie zur psychosexuellen Entwicklung unterschied er in zwei Triebe; die Selbsterhaltung, also die Befriedigung von Hunger und Durst und den Eros, die Befriedigung von sexuellen Lüste und Wünschen.

Da Freud sich mehr für den zweiten Trieb interessierte, führte er das Konzept des Eros im Laufe der Jahre weiter aus und prägte somit auch den Begriff der „Libido“.

Freud war nicht der Meinung, dass man den Eros erst in der Pubertät erlangt, wie man vermuten

könnte, er war vielmehr der Meinung, dass jedes Kind mit dem Eros geboren ist und man dann fünf verschiedene Phasen der psychosexuellen Entwicklung durchläuft: die orale Phase (0-1 J.), die anale Phase (2-3 J.), die phallische Phase (4-5 J.), die Latenzphase (6-12 J.) und die Genitalphase (13-18 J.)

Nach Freud ~~birgt~~<sup>bringt</sup> vor die phallische Phase, vor allem für Jungs, die meisten Schwierigkeiten mit sich, da sie dort den Ödipuskomplex überwinden müssen.

Ein zweiter wichtiger Aspekt nach der psychosexuellen Entwicklung ist der psychologische Determinismus, der besagt, dass alle jegliches Verhalten vorbestimmt ist und mit Ereignissen aus der Vergangenheit zu begründen sind.

Ein <sup>Der</sup> dritter Aspekt der Psychoanalyse ist die Persönlichkeitsstruktur.

Freud ging davon aus, dass sich Unterschiede in der Persönlichkeit durch den Umgang mit den einzelnen Trieben, dem Es und dem Über-Ich, begründen lassen.

Das „Es“ meint hier die lasterhaften Triebe, die ~~neel~~ vom Lustprinzip beherrscht werden. Das „Es“ achtet nicht darauf, ob seine Wünsche und Lüste sozial angemessen oder ~~ve~~ moralisch vertretbar sind.

Dem gegenüber steht das Über-Ich. Das Über-Ich handelt nach dem vernünftigen Vernunftsprinzip und meint das, ~~et~~ was man als Gewissen ansieht.

Da das Es und das Über-Ich oftmals im Konflikt stehen, braucht es eine vermittelnde Instanz, das Ich. Das Ich handelt nach dem Realitätsprinzip und versucht ~~z~~ immer, einen Kompromiss zwischen Es und Über-Ich zu finden.

Dieser Kompromiss kann einschließen, dass einigen Wünschen und Trieben des Es ein Riegel vorgeschoben werden muss. ~~Das~~ Mit dieser Verdrängung des Wunsches vom Bewussten ins Unbewusste schützt sich das Ich, ~~es~~ die Verdrängung dient also also Abwehrmechanismus.

Nachdem ich auf die zentralen Aspekte der Psychoanalyse eingegangen bin, werde ich diese nun kritisch bewerten.

Zum einen muss gesagt werden, dass die Psychoanalyse retrospektiv ist, also erst einsetzt, nachdem viele Ereignisse schon geschehen sind. Dadurch kann man die Wissenschaftlichkeit dieser Theorie schwer nachvollziehen oder überprüfen.

Des Weiteren ist die Psychoanalyse zwar eine Entwicklungstheorie, es jedoch wurden nie Beobachtungen oder Untersuchungen an Kindern durchgeführt, wodurch sie sehr fragwürdig erscheint.

Außerdem ist die Freud'sche Psychoanalyse androzentrisch, d.h., dass Männer im Fokus der Theorie stehen, vor allem bei der psychosexuellen Entwicklung. Es wurden nie Untersuchungen durchgeführt, die erkennen machen, dass diese Theorie auch auf Frauen anwendbar ist.

Aus genannten Gründen wird deutlich, dass man die Psychoanalyse, die auch heute noch angewandt und ver-

teilen wird, auch kritisch sehen muss.