

## Liebe Leserinnen, liebe Leser,



Jeder hat sie schon mal mehr oder weniger gespürt: Die Macht der Psyche. Im positiven wie negativen Sinne. Sei es als stimulierende selbst-erfüllende Prophezeiung »ich schaffe das« oder als alpträumhafte Verarbeitung dramatischer Ereignisse. Ein kleines Lob kann ungeheuer motivieren, ein emotional aufgeladenes Gespräch im Freundes- und Familienkreis nachhaltig Spuren im Gemüt hinterlassen. Die Reihe der Beispiele scheint endlos.

Eine akademisch anerkannte wissenschaftliche Disziplin wurde die Psychologie erst im 19. Jahrhundert. In Deutschland war es neben Wilhelm Maximilian Wundt und Gustav Theodor Fechner in Leipzig Johann Friedrich Herbart (1776–1841) – uns vor allem als Begründer der wissenschaftlichen Pädagogik bekannt –, der als Nachfolger Immanuel Kants auf dessen Königsberger Lehrstuhl in seinen Veröffentlichungen\* eine eigene Lehre der Psychologie forderte. Nicht zu vergessen Sigmund Freud, der 1896 den Begriff Psychoanalyse – als psychologische Theorie wie auch als psychotherapeutische Behandlungsform – einführte.

Die Klinische Psychologie, die sich mit gestörtem Verhalten und seelischen Problemen beschäftigt, stellt jedoch nur einen Teilbereich der Psychologie dar: Die Allgemeine Psychologie erforscht beispielsweise psychische Funktionsbereiche wie Kognition, Lernen, Gedächtnis,

Emotion, Motivation und Sprache. Die Entwicklungspsychologie untersucht die psychische Wandlung des Menschen von der Empfängnis bis zum Tod, die Sozialpsychologie erforscht die Auswirkungen sozialer Interaktionen auf Gedanken, Gefühle und Verhalten des Individuums. Die Biologische Psychologie konzentriert sich hingegen auf die physischen Funktionsbereiche, die sich auf Verhalten und Erleben auswirken (z. B. genetische Disposition, Hormone, Anatomie und Physiologie des Gehirns) und die Messung physiologischer Verhaltenskorrelate wie Gehirnaktivität, Herzfrequenz, Blutdruck etc.

Doch welchem wissenschaftlichen Bereich sie auch zugeordnet werden, viele der gewonnenen Erkenntnisse finden in Form von Therapien und Coachings Anwendung. Einige von ihnen werden im Folgenden vorgestellt: So nimmt Martina Schneider die psychische Wirkung der Sprache aufs Korn und setzt sich mit »Euphorie-Beliefs« auseinander (s. S. 10), während Markus Wunderlich und Claudia Krüger mit der Induktionstherapie (s. S. 12) und dem Tomatis-Hörtraining (s. S. 21) zwei Behandlungsansätze vorstellen, die unter anderem bei stressbedingten Symptomen wie Schlaf- und Konzentrationsstörungen helfen.

Viel Freude beim Lesen wünscht Ihnen

*S. Dell*

Dr. Susanne Dell, Chefredakteurin

\* Herbart JF. *Psychologie als Wissenschaft*. Unzer-Verlag, Königsberg, 1825