



Psychologie

Das Übungsbuch

Richard J. Gerrig

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

Die Informationen in diesem Buch werden ohne Rücksicht auf einen eventuellen Patentschutz veröffentlicht.

Warennamen werden ohne Gewährleistung der freien Verwendbarkeit benutzt.

Bei der Zusammenstellung von Texten und Abbildungen wurde mit größter Sorgfalt vorgegangen. Trotzdem können Fehler nicht ausgeschlossen werden.

Verlag, Herausgeber und Autoren können für fehlerhafte Angaben

und deren Folgen weder eine juristische Verantwortung noch irgendeine Haftung übernehmen.

Für Verbesserungsvorschläge und Hinweise auf Fehler sind Verlag und Autor dankbar.

Alle Rechte vorbehalten, auch die der fotomechanischen Wiedergabe und der Speicherung in elektronischen Medien. Die gewerbliche Nutzung der in diesem Produkt gezeigten Modelle und Arbeiten ist nicht zulässig.

Fast alle Produktbezeichnungen und weitere Stichworte und sonstige Angaben,

die in diesem Buch verwendet werden, sind als eingetragene Marken geschützt.

Da es nicht möglich ist, in allen Fällen zeitnah zu ermitteln, ob ein Markenschutz besteht, wird das ® Symbol in diesem Buch nicht verwendet.

Authorized translation from the English language edition, entitled PSYCHOLOGIE AND LIFE, 20th Edition by GERRIG, RICHARD, published by Pearson Education, Inc., publishing as Pearson, Copyright © 2014 Pearson Education, Inc.

10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

22 21 20 19

ISBN 978-3-86894-372-6 (Buch)

ISBN 978-3-86326-872-5 (E-Book)

© 2019 by Pearson Deutschland GmbH

Lilienthalstraße 2, D-85399 Hallbergmoos/Germany

Alle Rechte vorbehalten

www.pearson.de

A part of Pearson plc worldwide

Übersetzung: Andreas Klatt

Fachlektorat: Tobias Dörfler, Jeanette Roos

Programmleitung: Dr. phil. Kathrin Mönch, kmoench@pearson.de

Coverabbildung: Aleshyn Andrei, Shutterstock, www.shutterstock.com

Herstellung: Claudia Bäurle, cbaurle@pearson.de

Satz: Gerhard Alfes, mediaService, Siegen (www.mediaservice.tv)

Druck und Verarbeitung: Wilco Printing & Binding, Amersfoort

Printed in the Netherlands

- 8** Wenn die eigene Realitätskonstruktion verhältnismäßig stabil bleibt, wird man vermutlich über _____ verfügen.
- eine Konsensvalidierung
 - extreme Geselligkeit
 - eine erhöhte Aktivität der linken Hemisphäre
 - eine stabile Auffassung des eigenen Selbst
- 9** Eine Möglichkeit, die Funktionen des Bewusstseins zu studieren, besteht darin zu demonstrieren,
- wie sich die Reaktionen bei Menschen ändern, wenn das normale Funktionieren bewusster Prozesse unterbunden wird.
 - dass Ideen unterdrückt werden.
 - dass bewusste Prozesse auf konsistente Weise leicht zu nutzen sind, unabhängig davon, wie vielen Stimuli ein Mensch sich zuwendet.
 - dass das Verhalten stärker von bewussten als von unbewussten Prozessen beeinflusst wird.
- 10** Ihre Aufgabe besteht darin, EEG-Aufnahmen an einer Patientin im Schlaflabor zu überwachen. Sie beobachten, dass die Hirnwellen der Patientin sich von 14Hz zu 8 – 12 Hz und dann zu 3- 7 Hz verändern. Welche Veränderungen könnten bei der Patientin wohlmöglich eingetreten sein?
- Zunächst war die Patientin im Tiefschlaf, dann im leichten Schlaf und zuletzt wach.
 - Die Patientin ist nach und nach von Stufe 1 zu Stufe 3 vorangeschritten.
 - Zunächst war die Patientin wach, dann entspannt und dann in einem Schlaf der Stufe 1.
 - Die Patientin war die ganze Zeit über wach, während ihre Gehirnwellen erhoben wurden.
- 11** Bei den Schlafspindeln, die während des Schlafens auftreten, handelt es sich um kurze Salven elektrischer Aktivität von _____ Hz.
- 1 bis 2
 - 3 bis 7
 - 8 bis 12
 - 12 bis 16
- 12** Der melodische Singsang Ihrer Dozentin haben Sie einschlafen lassen. Auch wenn Ihre KommilitonInnen sie nicht sehen können, Schlafspindeln haben angefangen, sich in Ihrem Gehirn zu bilden. Sie sind vermutlich in Stufe
- 1.
 - 2.
 - 3.
 - 4.

- 13** Die EEG-Aufzeichnung eines Patienten im Schlaflabor zeigt, dass sich die Gehirnwellen auf 1 bis 2 Hz verlangsamt haben. Außerdem haben sich Atmung und Herzschlag verlangsamt. Vermutlich erlebt der Patient
- Stufe 1 des non-REM-Schlafs.
 - ein Gefühl von Angst.
 - die Stufen 3 und 4 des Schlafs.
 - paradoxe Schlaflosigkeit.
- 14** Menschen haben in der Regel _____ REM-Schlafphasen in der Nacht, und diese Perioden _____ sich hinsichtlich der Länge bei jedem Schlafzyklus.
- 4 bis 6; verringern
 - 4 bis 6; vergrößern
 - 10; verringern
 - 10, vergrößern
- 15** Die meiste Zeit des Schlafs verbringt ein Mensch
- mit Träumen.
 - im REM-Schlaf.
 - im paradoxen Schlaf.
 - im non-REM-Schlaf.
- 16** ForscherInnen, die untersucht haben, inwieweit der tägliche REM-Schlaf und non-REM-Schlaf mit dem Altern verändert, haben herausgefunden, dass
- die Menge an REM-Schlaf über die Jahre beträchtlich zunimmt.
 - die Menge an non-REM-Schlaf sich über die Jahre stärker zurückentwickelt als der REM-Schlaf-Schlaf.
 - die Menge an REM-Schlaf-Schlaf über die Jahre beträchtlich abnimmt.
 - die Menge REM-Schlaf-Schlaf über die Jahre mehr oder weniger konstant bleibt, wohingegen non-REM-Schlaf leicht zunimmt.
- 17** Erkennbar an periodischem Schlaf zur Tageszeit, handelt es sich bei _____ um eine Schlafstörung, die recht häufig mit _____ kombiniert auftritt, einem kompletten Verlust der Muskelkontrolle, der zu plötzlichen Stürzen führt.
- Insomnie; Schlafapnoe
 - Schlafapnoe; Narkolepsie
 - Kataplexie; Narkolepsie
 - Narkolepsie; Kataplexie
- 18** ForscherInnen glauben, dass Narkolepsie
- in Zusammenhang mit verschiedenen Persönlichkeitsstörungen steht.
 - an einer Sauerstoffunterversorgung liegt.
 - einen genetischen Ursprung hat.
 - durch Kataplexie verursacht wird.

- 19** In einer Klinik für Menschen mit Schlafstörungen erfährt ein Mann, dass er an Schlafapnoe leidet. Als er weitere Informationen erbittet, wird man ihm vermutlich all dies erzählen, bis auf die Tatsache, dass
- die meisten Menschen einige Apnoe-Episoden in der Nacht haben.
 - sie bei Kindern so gut wie nie auftritt.
 - beim Auftreten der Apnoe der Körper anfängt, Notfallhormone auszuschütten, durch die der Mensch aufwacht und wieder zu atmen anfängt.
 - etwa 2 Prozent der Frauen und 4 Prozent der Männer betroffen sind.
- 20** Eine neue Mitbewohnerin weicht Sie ein, dass sie an Somnambulismus leidet. Sie sollten damit rechnen, dass sie wahrscheinlich
- im Schlaf spricht.
 - im Schlaf umhergeht.
 - Alpträume hat.
 - während des Schlafens zu atmen aufhört.
- 21** Ein sechsjähriges Kind wacht plötzlich auf und ist durcheinander, außerdem schreit es panisch. Ein Beispiel für
- Somnambulismus.
 - Schlafapnoe.
 - Narkolepsie.
 - Pavor nocturnus.
- 22** Ein Mädchen hat einen Traum, in dem sie große Ängste durchsteht, als Aliens aus dem Weltall sie entführen. Aber dann entkommt sie in ein wunderschönes Sonnensystem und überglücklich, als sie zur Königin dieser neuen Welt ernannt wird. Das Auftreten starker Emotionen und Sinneseindrücke in diesem Traum lässt darauf schließen, dass
- er während des non-REM-Schlafs aufgetreten ist.
 - während des REM-Schlafs aufgetreten ist.
 - entweder im non-REM-Schlaf oder im REM-Schlaf aufgetreten ist.
 - weder im non-REM-Schlaf noch im REM-Schlaf aufgetreten ist.
- 23** Sigmund Freud beschrieb Träume folgendermaßen. Nur eine Umschreibung stammt nicht von ihm:
- „transitorische Psychosen“
 - „allnächtliche Verrücktheit“
 - „Königsweg zum Unbewussten“
 - „unzensierte Visionen“
- 24** Der Verzerrungsprozess, bei dem sich die versteckte Bedeutung eines Traums in das verwandelt, was vom Träumer erinnert wird, bezeichnete Freud als
- manifesten Inhalt.
 - latenten Inhalt.

- c. Traumwunsch.
d. Traumarbeit.
- 25** Eine Therapeutin blickt durch die Freudianische Brille auf die Traumarbeit. Wenn sie Träume interpretiert, wird sie
- sich vermutlich hinsichtlich der Wirkungen von Traumarbeit keine Sorgen machen.
 - sich vermutlich vom latenten Inhalt zum manifesten Inhalt zurückarbeiten.
 - glauben, dass die Träume Ausdruck der unbewussten Wünsche des Klienten oder der Klientin sind.
 - glauben, dass Träume universelle Symbole enthalten, nicht aber idiosynkratische.
- 26** Welche der folgenden Aussagen kommt dem Modell der Aktivierungs-Synthese-Hypothese von Hobson und McCarley am nächsten?
- Träume haben ihren Ursprung in einem unbewussten Wunsch oder Motiv.
 - Träume resultieren aus neuronalen Signalen im Hirnstamm, die im Hirn Cortex-Areale stimulieren.
 - Ein Traum entsteht lediglich, wenn jemand einen ungelösten Konflikt oder ein Problem aufweist.
 - Der latente Inhalt ist bei der Interpretation von Träumen wichtiger als der manifeste Inhalt.
- 27** Durch Studien konnte hinreichend belegt werden, dass sich zirkadiane Rhythmen auf Spitzenleistungen auswirken. Der Einfluss sorgt dafür, dass Menschen mit verschiedenen Chronotypen in der Regel in unterschiedlichen Phasen des Tages zu einer Spitzenleistung aufgelegt sind. Diese Regel trifft zu auf
- sportliche und kognitive Aufgaben.
 - lediglich sportliche Aufgaben.
 - Aufgaben, die auf einer komplexen Logik basieren.
 - lediglich kognitive Aufgaben.
- 28** Was verbindet Schlaf und Hypnose miteinander?
- Schlaf und Hypnose werden beide von derselben Hirnregion reguliert.
 - Schlaf und Hypnose entsprechen sich in praktisch jeder Hinsicht.
 - Menschen müssen eingeschlafen sein, ehe sie auf hypnotische Induktionen reagieren können.
 - Schlaf spielt bei der Hypnose keine Rolle.
- 29** Studien zur Hypnose haben im Allgemeinen die Annahme untermauert, dass
- man durch Hypnose persönliche Kontrolle an jemand anderen abtritt.
 - ein/e erfahrene/r HypnotiseurIn in der Lage ist, alle Menschen gleichermaßen zu hypnotisieren.
 - es sich bei der Hypnose nicht um eine Art „Placebo-Reaktion“ handelt.
 - Hypnose in der Regel beim Kontrollieren von Schmerz keine Wirkung zeigt.

- 30** Jüngerer Studien zufolge stehen Variationen von _____ in einem Zusammenhang zu individuellen Unterschieden hinsichtlich der Hypnotisierbarkeit.
- Noradrenalin
 - Serotonin
 - GABA
 - COMT
- 31** Hypnotische Analgesie bezeichnet
- den Einsatz von Hypnose zur Reduktion von Ängstlichkeit.
 - hypnotische Techniken, die darauf abzielen, Angst zu lindern.
 - den Einsatz von Hypnose zur Schmerzlinderung.
 - die Tendenz, dass hypnotisierte Menschen schmerzempfindlicher sind.
- 32** Anders als bei der konzentrativen Meditation lernt jemand, der Achtsamkeitsmeditation praktiziert,
- die Aufmerksamkeit auf ihren oder seinen Atem zu richten und diesen zu regulieren.
 - sich weniger von Außeneinflüssen stimulieren zu lassen.
 - anderen dabei zu helfen, sich körperlich entspannt zu fühlen und eine Auszeit vom Stress zu nehmen.
 - das Bewusstsein zu verändern, um Selbsterkenntnis und Wohlbefinden zu fördern.
- 33** Eine an Sucht leidende Frau stellt fest, dass Drogen anfangs einen beträchtlichen Einfluss auf ihre Wahrnehmung hatten, während sie inzwischen immer größere Dosierungen benötigt, um dieselbe Wirkung zu erzielen. Die Süchtige macht die Erfahrung von
- zurückgehenden Symptomen.
 - psychologischer Abhängigkeit.
 - Toleranz.
 - Intoleranz.
- 34** Ein Arbeiter erzählt seinem Freund, dass es ihn nach Alkohol gelüstet und dass er es kaum abwarten kann heimzukehren, um einige Bierflaschen zu leeren. Anscheinend hat der Arbeiter _____ Alkohol entwickelt.
- eine Toleranz für
 - eine physiologische Abhängigkeit von
 - eine Suchtproblematik mit
 - eine psychologische Abhängigkeit von
- 35** Welche der folgenden Drogen gehört einer anderen Gruppe an als die anderen?
- LSD
 - Cannabis
 - PCP
 - Morphin

- 36** Halluzinogene Drogen wirken in der Regel auf das Gehirn ein, indem sie _____ regulieren.
- Cannabinoide
 - THC
 - den Neurotransmitter Serotonin
 - den Neurotransmitter Acetylcholin
- 37** Beruhigungsmittel wirken unter anderem dadurch, dass sie die neuronale Kommunikation an Synapsen erleichtern, an denen der Neurotransmitter _____ im Einsatz ist.
- Serotonin
 - Dopamin
 - Noradrenalin
 - GABA
- 38** Nikotin im Hirn
- sorgt dafür, dass dieselben Regionen angesprochen werden, die auch durch Beruhigungsmittel aktiviert werden.
 - scheint keine natürlichen Chemikalien nachzuahmen, die das Hirn absondert.
 - stimuliert Rezeptoren, die einem ein gutes Gefühl verschaffen, wenn man ein lohnenswertes Ziel erreicht hat.
 - täuscht Rezeptorstellen so, dass sie reagieren, als sei das Rauchen schlecht für den Organismus – obwohl RaucherInnen aufgrund ihrer Nikotinabhängigkeit das Rauchen fortsetzen.

5.3 Richtig oder falsch?

- Freud nahm an, dass Unakzeptables verdrängt, also aus dem Bewusstsein entfernt wird.
- Freunds „Entdeckung“ des Unbewussten war der Resultat einer langen Denkertradition, die sich mit dem menschlichen Verstand beschäftigte.
- Es gibt eine Reihe unbewusster Prozesse, die selten – wenn überhaupt – das Bewusstsein beeinträchtigen.
- Das Introspektionsverfahren stellt die aktuellste Form der Bewusstseinsforschung dar.
- Die persönliche Konstruktion der Realität und die kulturelle Konstruktion der Welt beeinflussen sich wechselseitig.
- Zur Erforschung von Bewusstsein benutzen Forscher oft Paradigmen, die bewusste und unbewusste Prozesse in Beziehung zueinander setzen.
- Wenn man Anton fragt, wer zuletzt Fußball-Weltmeister geworden ist, muss er einen Moment nachdenken, bevor er die richtige Antwort gibt. PsychologInnen,

die das Bewusstsein untersuchen, würden sagen, dass es sich bei der Information um eine vorbewusste Erinnerung handelt.

- 8** Ein Denkprotokoll kann genutzt werden, um mentale Strategien und Wissensrepräsentationen zu dokumentieren, auf die ProbandInnen während der Bearbeitung einer Aufgabe zurückgreifen.
- 9** Innerhalb einer Kultur ist es wahrscheinlich, dass jeder dieselben persönlichen Konstruktionen von Realität teilt.
- 10** Ostwärts zu reisen verursacht einen größeren Jetlag als Flüge gen Westen.
- 11** Nach einer Nacht ohne REM-Schlaf hat man in der darauf folgenden Nacht mehr REM-Schlaf.
- 12** Man träumt nur während des REM-Schlafs.
- 13** Das EEG-Muster während des REM-Schlafs ähnelt dem eines Menschen, der bei Wachbewusstsein ist.
- 14** Das Modell der Aktivierungs-Synthese-Hypothese von Hobson und McCarley ist am nützlichsten als Erklärung für Prozesse, die bei der Hypnose ablaufen.
- 15** Während der Achtsamkeitsmeditation lernt man, Gedanken und Erinnerungen durch den Geist ziehen zu lassen, ohne auf sie zu reagieren.
- 16** Psychoaktive Substanzen sind Chemikalien, die mentale Prozesse und Verhalten beeinflussen, indem sie das Bewusstsein vorübergehend verändern.
- 17** Streng genommen kann jemand eine psychologische Abhängigkeit und einen Suchtdruck für eine Droge empfinden, ohne eine Abhängigkeit zu entwickeln.
- 18** Sucht ist das Ergebnis von Toleranz und physiologischer Abhängigkeit.
- 19** Cannabinoide binden im Gehirn an Serotonin.
- 20** Barbiturate gehören zu den Beruhigungsmitteln.
- 21** Alkohol kann in geringen Dosen zu einer Erhöhung der Reaktionsgeschwindigkeit führen.

5.4 Lückentext-Aufgaben

- 1** _____ sind Erinnerungen, die dem Bewusstsein nur zugänglich sind, nachdem etwas Ihr Bewusstsein auf sie gelenkt hat.
- 2** In einer Studie tragen ProbandInnen Geräte, die ihnen signalisieren, wann sie ihre Gefühle und Gedanken berichten sollen. Dabei kommt die Methode der _____ zur Anwendung.
- 3** Ein Kind, das plötzlich in einem Zustand größter Anspannung aufwacht und dabei häufig auch einen panischen Schrei ausstößt, erlebt einen _____.

- 4 ForscherInnen sind der Ansicht, dass man Menschen je nach bevorzugten Schlaf- und Wachgewohnheiten _____ zuordnen kann.
- 5 Ein Drogensüchtiger braucht von seiner Droge eine immer größere Dosis, um in den erwünschten Zustand zu gelangen. Dies steht in Zusammenhang mit physiologischer Abhängigkeit und wird bezeichnet als _____.

5.5 Essayfragen

- 1 Schon wieder hat Ihre Dozentin Sie mit einer Frage aufgeschreckt, als Sie in Gedanken ganz woanders waren. Sie versuchen, sich aus der Affäre zu ziehen, haben damit aber keinen Erfolg. Damit Sie der Frage auf die Schliche kommen, bittet Ihre Dozentin Sie, ein Essay über das Bewusstsein zu schreiben. Dafür sollen Sie zunächst bewusste mit unbewussten Prozessen vergleichen, um dann vorbewusste Erinnerungen und das Unbewusste zu erläutern. Es soll ersichtlich sein, wozu wir Bewusstsein benötigen.
- 2 Eines Nachts träumen Sie, Sie seien ein/e weltberühmte/r Schlaf ForscherIn. Beschreiben Sie, was Sie durch ihre Schlafstudien gelernt haben. Gehen Sie auf zirkadiane Rhythmen ein, die physiologischen Veränderungen, die den Schlaf begleiten, und geben Sie Beispiele für die verschiedenen Schlafstörungen.
- 3 Beschreiben Sie Träume. Welche Theorien versuchen zu erklären, weshalb Menschen träumen? Gehen Sie auf die Bedeutung des REM-Schlaf-Schlafs ein. Was ist ein luzider Traum und wie verhält er sich zu den besagten Theorien?
- 4 In jeder Kultur gibt es Menschen, die die Grenzen des Bewusstseins ausdehnen und veränderte Bewusstseinszustände erfahren wollen. Welche Möglichkeiten bestehen hinsichtlich des Ausdehnens der normalen Bewusstseinsgrenzen? Beschreiben Sie die Möglichkeiten und bringen Sie in Ihren Ausführungen Informationen über luzides Träumen, Hypnose, Meditation und psychoaktive Drogen unter.
- 5 Obwohl es viele positive Einsatzgebiete für psychoaktive Drogen gibt wie die Behandlung psychischer Störungen, nutzen viele Menschen Drogen, die ihnen nicht verschrieben wurden, um ihre physische und psychologische Gesundheit zu verbessern. Diskutieren Sie die physiologischen und psychologischen Folgen des Drogenkonsums, indem Sie sowohl illegale wie auch legale psychoaktive Substanzen einbeziehen. Vergessen Sie nicht, die vier Kategorien psychoaktiver Substanzen aufzuführen.

5.6 Lösungen

5.6.1 Antworten auf die Verständnisfragen

- 1 Ein Gedächtnisinhalt ist vorbewusst, wenn er gegenwärtig nicht Teil des Bewusstseinsinhalts ist, aber leicht dazu werden könnte.
- 2 Freud vermutete, dass einige Ideen oder Motive ins Unbewusste verdrängt werden können, sofern sie als ausreichend bedrohlich wahrgenommen werden.

- 3** Forscherinnen und Forscher fordern Probandinnen und Probanden dazu auf, ihre Gedanken zu äußern, während sie bestimmte Aufgaben ausführen.
- 4** Das Bewusstsein ermöglicht Ihnen, klare Entscheidungen darüber zu treffen, welche Informationen Sie ins Gedächtnis zu übernehmen versuchen sollten.
- 5** Eine kulturelle Konstruktion der Realität ist eine Weltsicht, die von den meisten Angehörigen einer bestimmten Menschengruppe geteilt wird.
- 6** Um nach Objekten zu suchen, die aus einer Kombination mehrerer Merkmale bestehen, müssen Menschen selektiv, also auch bewusst, Aufmerksamkeit aufbringen.
- 7** Jetlag kommt zustande, weil der innere zirkadiane Rhythmus nicht mit der Umgebungszeit synchronisiert ist.
- 8** In der frühen Nacht hat man vergleichsweise mehr NREM-Schlaf, in der späten Nacht dagegen mehr REM-Schlaf.
- 9** NREM-Schlaf dient der Konservierung und Konsolidierung des Gedächtnisses.
- 10** Schlafapnoe ist eine Schlafstörung, bei der die Betroffenen während des Schlafens kurzzeitig aufhören zu atmen.
- 11** Es wird davon ausgegangen, dass der Schlaf die Funktion hat, die Erfahrungen der letzten Tage mit den Zielen, Wünschen und Problemen von Träumenden in Übereinstimmung zu bringen. Zwischen Gedanken im Wachzustand und Traum inhalten scheint es eine enge Verbindung zu geben, wobei sich die Traum inhalte eher aus Gedächtnissplittern zusammensetzen.
- 12** Frühere Zwillingsstudien legten nahe, dass die Hypnotisierbarkeit eine genetische Komponente besitzt; die Forschung hat inzwischen mit der Identifikation spezifischer Gene begonnen, die diesem Einfluss zugrunde liegen.
- 13** Manche Menschen praktizieren konzentrierte Meditation, andere dagegen achtsame Meditation.
- 14** Drogentoleranz bezeichnet den Umstand, dass ein Mensch immer größere Mengen derselben Droge benötigt, um einen gleichbleibenden Effekt zu erzielen.
- 15** Drogen wie Heroin legen sich an dieselben Rezeptoren des Gehirns an wie die endogenen Opiate.
- 16** Nikotin ist ein Beispiel für ein Stimulans.

5.6.2 Antworten auf die Multiple-Choice-Fragen

- | | | |
|-------------|-------------|-------------|
| 1 b | 14 b | 27 a |
| 2 c | 15 d | 28 d |
| 3 c | 16 c | 29 c |
| 4 a | 17 d | 30 d |
| 5 d | 18 c | 31 c |
| 6 c | 19 b | 32 d |
| 7 c | 20 b | 33 c |
| 8 d | 21 d | 34 d |
| 9 a | 22 b | 35 d |
| 10 c | 23 d | 36 c |
| 11 d | 24 d | 37 d |
| 12 b | 25 c | 38 c |
| 13 c | 26 b | |

5.6.3 Antworten auf die „Richtig oder falsch?“-Fragen

- | | | |
|------------------|-------------------|-------------------|
| 1 Richtig | 8 Richtig | 15 Richtig |
| 2 Falsch | 9 Falsch | 16 Richtig |
| 3 Richtig | 10 Richtig | 17 Richtig |
| 4 Falsch | 11 Richtig | 18 Richtig |
| 5 Richtig | 12 Falsch | 19 Falsch |
| 6 Richtig | 13 Richtig | 20 Richtig |
| 7 Richtig | 14 Falsch | 21 Richtig |

5.6.4 Antworten zu den Lückentext-Aufgaben

- 1** Vorbewusste Erinnerungen
- 2** Erfahrungsstichprobe
- 3** Pavor nocturnus
- 4** Chronotypen
- 5** Toleranz

5.6.5 Lösungshinweise zu den Essayfragen

- 1** Bewusstsein ist ein ambivalenter Begriff. Geben Sie für Folgendes eine Definition: Bewusstsein, unbewusste Prozesse, vorbewusste Erinnerungen und das Unbewusste. Erläutern Sie den Nutzen des Bewusstseins, beispielsweise seine Rolle beim Überleben oder die individuelle sowie kulturelle Konstruktion von Realität.
- 2** Wir haben eine innere Uhr, nach der sich unser Körper richtet. Diskutieren Sie zirkadiane Rhythmen. Hängen sie von externen Hinweisreizen ab? Gehen Sie auch auf Ereignisse ein, die zirkadiane Rhythmen stören können. Schließen Sie Schlafzyklen ein und erwähnen Sie jede einzelne Phase des Schlafs und wie sie in den Zyklus gehört. Geben Sie Beispiele für Schlafstörungen wie Insomnie, Narkolepsie oder Alpträume.
- 3** Wann treten Träume am häufigsten auf? Stellen Sie zwei Theorien vor, die beschreiben, weshalb wir träumen und erklären Sie den REM-Schlaf. Wofür steht REM-Schlaf und inwieweit unterscheidet sich dieser paradoxe Schlafzustand im Bezug auf das Träumen vom NREM-Schlaf? Definieren Sie luzide Träume und diskutieren Sie den Gedanken, dass diese Menschen ermöglichen, „über unkontrollierbare Ereignisse Kontrolle auszuüben“.
- 4** Veränderte Bewusstseinszustände transzendieren die normalen Grenzen der Bewusstseins erfahrung. Definieren und beschreiben Sie luzides Träumen. Diskutieren Sie Hypnose und Suggestibilität. Meditation hilft, die Selbstwahrnehmung zu verfeinern. Erklären Sie, wie ihr das gelingt. Wie wirken Drogen auf das Bewusstsein? Erwähnen Sie Toleranz und Abhängigkeit.
- 5** Geben Sie eine Definition für psychoaktive Drogen und beschreiben Sie die vier Kategorien. Führen Sie für jede Kategorie Beispiele für den gesetzlich zulässigen Einsatz von Drogen und für illegale sowie ungesunde Anwendungsgebiete. Beschreiben Sie psychologische Abhängigkeit, physiologische Abhängigkeit, Sucht und Toleranz sowie Entzugserscheinungen.

Copyright

Daten, Texte, Design und Grafiken dieses eBooks, sowie die eventuell angebotenen eBook-Zusatzdaten sind urheberrechtlich geschützt. Dieses eBook stellen wir lediglich als **persönliche Einzelplatz-Lizenz** zur Verfügung!

Jede andere Verwendung dieses eBooks oder zugehöriger Materialien und Informationen, einschließlich

- der Reproduktion,
- der Weitergabe,
- des Weitervertriebs,
- der Platzierung im Internet, in Intranets, in Extranets,
- der Veränderung,
- des Weiterverkaufs und
- der Veröffentlichung

bedarf der **schriftlichen Genehmigung** des Verlags. Insbesondere ist die Entfernung oder Änderung des vom Verlag vergebenen Passwort- und DRM-Schutzes ausdrücklich untersagt!

Bei Fragen zu diesem Thema wenden Sie sich bitte an: **info@pearson.de**

Zusatzdaten

Möglicherweise liegt dem gedruckten Buch eine CD-ROM mit Zusatzdaten oder ein Zugangscode zu einer eLearning Plattform bei. Die Zurverfügungstellung dieser Daten auf unseren Websites ist eine freiwillige Leistung des Verlags. **Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.** Zugangscodes können Sie darüberhinaus auf unserer Website käuflich erwerben.

Hinweis

Dieses und viele weitere eBooks können Sie rund um die Uhr und legal auf unserer Website herunterladen:

<https://www.pearson-studium.de>