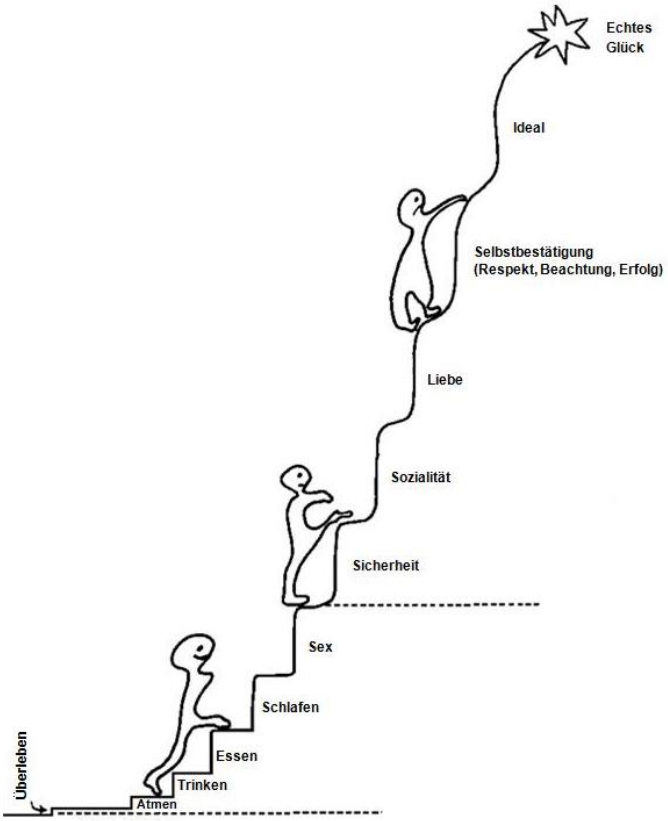
GRUNDLAGEN DER

SOZIALPSYCHOLOGIE



Eine Studie von www.imparalavita.ch

Elementar Psychologie, Kapitel 1

1 DIE BEDÜRFNISSE

Der Mensch ist durch seinen Körper und seine Psyche konditioniert.
Die häufigsten und dringlichsten Reize kommen vom Körper (physische).

Reize signalisieren die Bedürfnisse und schaffen die Notwendigkeit, diese zu befriedigen.
Beispiel: Hunger schafft die Notwendigkeit zu essen.

Deshalb kann man zwei Hauptgruppen unterscheiden:
- Die körperlichen, oder primären Bedürfnisse
- Die psychischen, oder sekundären Bedürfnisse

Hier ist eine Liste der wichtigsten Bedürfnisse sortiert nach ihrer Dringlichkeit mit dem Beispiel eines Reizes, mit denen die Notwendigkeit entstehen kann.
Das erste und letzte, mehr als Bedürfnisse, ist die Art des Seins.

	BEDÜRFNIS	**REIZ**
	Leben , existieren	Angst, Angstzustand, Terror, Panik
Primären (Körper)	- atmen	ersticken
	- trinken	Durst
	- essen	Hunger
	- urinieren, Stuhlgang	spezifische Schmerzen
	- Schutz vor schlechter Umwelt, Gesundheit, Licht	Warm, Kalt, usw.
	- schlafen	Ermüdung, Schlaf
	- physische Freiheit, Bewegung	Schlaffheit
	- Sexualität	Wunsch, Erregung
Sekundären (Geist)	- Sicherheit	Angst, Stress
	- Gesellschaftlichkeit	Melancholie, Einsamkeit
	- Liebe	Anziehung, Sehnsucht, Schwermut
	- Selbstbestätigung, Respekt, Beachtung	Unzufriedenheit, Enttäuschung
	- Freiheit auf allen Stufen	Langeweile, Wut
	- Kultur, Wissen	Neugier
	- Ideal, Gerechtigkeit	Mitleid
	Glück	Unglück , Traurigkeit
	usw.	

Obwohl unvollständig, weist diese Aufstellung auf die abnehmende Dringlichkeit der verschiedenen Bedürfnisse hin:

die Auflistung ist unter Berücksichtigung wie lange der Mensch überleben kann, ohne das einzelne Bedürfnis zu befriedigen sortiert.

Beispiel: Atmen ist dringender als Essen.

Viele Bedürfnisse haben fast alle Menschen gemeinsam.
Sie sind daher **kollektive Bedürfnisse**, die sogar gemeinsam befriedigt werden können.

Beispiel: während eines Banketts befriedigt man gemeinsam das Bedürfnis zu essen, sich zu sozialisieren, das Sicherheitsbedürfnis, usw.

Viele Bedürfnisse sind typisch für eine bestimmte Gruppe von Menschen.

Beispiel: die Mutterschaft für die Frauen.

Bestimmte Bedürfnisse sind das Ergebnis unserer Lebensweise (soziale - künstliche Bedürfnisse, usw.) aber all diese Bedürfnisse haben ihren Platz in der hierarchischen Skala der Bedürfnisse und müssen befriedigt sein.

Beispiel: durch ein weit entfernten Arbeitsplatz entsteht die Notwendigkeit sich zu bewegen, so die Notwendigkeit zu reisen, das Bedürfnis für Transportmittel, usw.

Mode und Werbung, typische Beispiele der Manipulation von Bedürfnissen: sie erzeugen künstliche Bedürfnisse, die zu unnötigen Einkäufen oder manchmal zu selbstzerstörerischen Verhaltensweisen führen.

Beispiel: die Person die ein unbequemes Kleid oder Schuhe trägt, nur um "in" zu sein;
der Kauf von teuren und unnötigen Gegenständen nur weil sie trendy oder als "Statussymbole" gelten; sich übermäßig dier Sonne aussetzen, um sich zu bräunen;

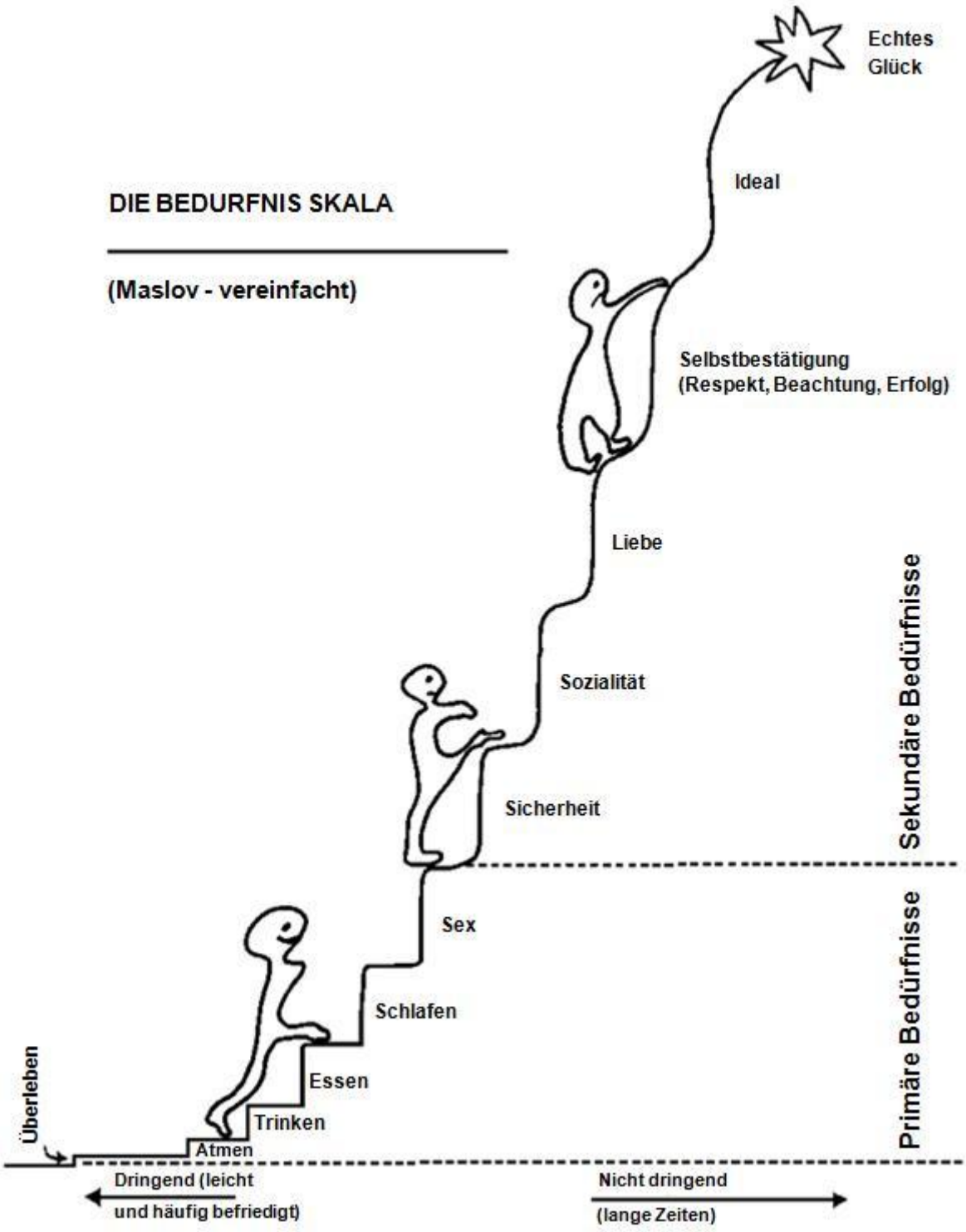
Beispiel: Rauchen, Alkoholismus, Drogenabhängigkeit und alle anderen Süchte
(z.B. Videogamesucht, Spielsucht, die jüngste Internetsucht, usw.)

Die meisten von denjenigen die als einfache Bedürfnisse betrachtet werden, sind eigentlich eine Zusammensetzung von verschiedenen Bedürfnissen.
(Siehe das Beispiel über die Liebe im nächsten Kapitel).

Gemäß der damit verwandten Verhaltenstheorie entspricht jedem Reiz eine Reaktion bzw. ein Verhalten. Dieses kann auch durch künstlich hervorgerufene Reize wie Hoffnung, Empörung, Hass oder Angst beeinflusst werden.

2 Die Befriedigung der Bedürfnisse

Wenn wir die Bedürfnisse in Form einer Treppe darstellen, sehen wir, dass die Bedürfnisse der ersten Stufen, die dringendsten und am häufigsten vorkommen, aber auch die, die am einfachsten zu befriedigen sind, und umgekehrt.



Die Befriedigung der Bedürfnisse ist unumgänglich.
(siehe auch nächstes Kapitel)

Zu beachten

Zu diesem Thema hat der amerikanische Psychologe **Maslow** gesagt, dass ein Arbeitnehmer die optimale Leistung erbringt, wenn er etwa 2/3 seiner Bedürfnisse befriedigen kann. Es sollte auch daran erinnert werden, dass Maslov fünf Gruppen von Bedürfnissen anerkannt hat und deshalb die Bedürfnisskala in Form einer fünfeckigen Pyramide dargestellt hat. Darüber hinaus, um das Verständnis zu erleichtern, werden in dieser Skala die wichtigen Bedürfnisse des Unterbewusstseins (zum Beispiel die Notwendigkeit zu träumen) nicht dargestellt.
Maslows Theorie kann auch verwendet werden um Einzelpersonen und sogar ganze soziale Gruppen oder historische Perioden zu analysieren (siehe "Der Ursprung der Familie, - des Privateigentums ....", gleiche Homepage / Diskette).
(http://en.wikipedia.org/wiki/Maslow%27s_hierarchy_of_needs;
http://en.wikipedia.org/wiki/The_Origin_of_the_Family,_Private_Property_and_the_State)

Der Kletterer der obenstehenden Bedürfnisskala kommt schnell und einfach über die ersten Stufen. Wenn der Kletterer weiter kommt, sind die Stufen aber immer rutschiger und höher und deshalb muss er sich immer mehr anstrengen um sie zu überwinden und um nicht zurück zu fallen. Jedesmal wen der Kletterer eine Stufe überwindet, fühlt er ein wenig Glück, das um so größer ist, desto höher die überwundene Stufe war. (umso intensiver das gerade befriedigte Bedürfnis war, umso größer ist das dadurch erzeugte Glück) .

Das Glück endet, wenn der Kletterer das Vorhandensein der nächsten Stufe realisiert… (dies passiert, wenn die Befriedigung eines bestimmten Bedürfnisses eine andauernde Tatsache ist)
…oder eine schon überwundene Stufe nochmals überwunden werden muss.
(weil unterdessen der Kletterer zurückgefallen ist da die Befriedigung eines bestimmten Bedürfnisses nicht mehr möglich ist)

Beispiel: Ein Arbeiter hat eine Familie und einen Job. Dadurch kann er alle Bedürfnisse einschließlich der Liebe, die er von seiner Familie erhält, befriedigen. Bei der Arbeit macht ihn aber seine Stellung als einfacher Arbeiter unglücklich, deshalb ist sein größter Wunsch mehr beachtet zu werden und zum Vorarbeiter befördert zu werden.
Leider muss er sich von seiner Familie trennen und ist auch arbeitslos. Plötzlich werden seine dringendsten Bedürfnisse Sex, Sicherheit, Sozialität und Zuneigung nicht mehr erfüllt. Von Selbstbestätigung ist nicht mehr die Rede. In dieser Lage genügt ein einfaches Gespräch mit einem zufälliger Bekannten um ihn glücklich zu machen.

Beispiel: Später, die gleiche Person gewinnt unerwartet eine grosse Menge Geld im Lotto. Sofort kann er mehrere Bedürfnis befriedigen, z.B. die Sicherheit und die Sozialität (mit dem sozialen Leben) und dadurch fühlt sich er glücklich.
Jetzt haben die kleinen und einfachen Befriedigungen ihre Attraktivität verloren. Aber das Glück endet, wenn er feststellt, dass trotz seines Reichtums niemand ihn wirklich liebt, und dieser Mangel an Zuneigung macht ihn unglücklich, bis wenn...

Am oberen Ende der Skala wird angenommen dass alle Bedürfnisse befriedigt werden konnten. Dort findet man das Glück, das wir "echtes Glück" nennen. Es ist grösser und bleibt viel länger bestehen als das, welches beim Überwinden der einzelnen Stufen empfunden wird.
Allerdings ist es klar, dass das echte Glück nicht von langer Dauer ist, aber an seine stelle tritt die Gelassenheit.

Bemerkungen

Könnte man nur die Grundbedürfnisse befriedigen, dann wäre das Leben ein tierisches Leben.

Beispiel: ein ausgestoßener Bettler, der an der existentiellen Grenze überlebt.

Der technologische Fortschritt und die Konsumgesellschaft machen es schwierig oder kompliziert die sekundären Bedürfnisse zu befriedigen, aber sie machen es leichter vor allem die primären Bedürfnisse zu befriedigen für diejenigen die über das notwendige Geld verfügen.

Beispiel: Früher ging der Arbeiter mit dem Zug zur Arbeit, in freundlicher Gesellschaft mit anderen Pendlern. Heute fährt er allein in seinem Auto: es ist bequemer aber er kann so das soziale Bedürfnis nicht mehr befriedigen.

Beispiel: Das Aufblühen der Ehevermittlungs-Agenturen, der Trefflokale für Alleinstehende, ältere Menschen oder einsame Leute, das Chatten auf Internet, usw. sind ein Symptom dass es schwierig geworden ist, einen geeignete/n Partner/in oder einfach Geselligkeit zu finden.

Die individuelle Realität kann es mehr oder weniger leicht machen die Bedürfnisse zu befriedigen, dazu wird auch allgemein angenommen, dass man mit Geld alle Bedürfnisse befriedigen kann, was im Prinzip für die Grundbedürfnisse stimmen dürfte.
Der Begriff: Geld = Befriedigung der Bedürfnisse = Glück schafft in unserer Gesellschaft den Drang nach Reichtum, ist aber auch Grund für den Neid gegenüber den Reichen.

Beispiel: Für eine behinderte Person ist die Befriedigung der Bedürfnisse schwieriger.
In einem großen Einkaufszentrum, kann man fast alle primäre Bedürfnisse befriedigen, falls man sie bezahlt.

Im allgemeinen betrachten diejenigen, die ihre Bedürfnisse erfüllen können, dies als legitim und verdient. Zudem haben sie wenig Verständnis für diejenigen die ihre Bedürfnisse nicht befriedigen können und denken dass auch die Anderen, sofern sie es wollen, den Wohlstand erreichen könnten.

Beispiel: "Wir haben was wir haben, weil wir Tag und Nacht gearbeitet haben; die anderen sollen das Gleiche tun“.

Beispiel: "Die Afrikaner sollten ein bisschen mehr arbeiten, statt nur zu tanzen und zu schlafen, so würde es ihnen besser gehen".

Beispiel: "Wärst du früher aufgestanden, so wärst du der erste in der Warteschlange gewesen und du hättest den Arbeitsplatz bekommen (!)“.

Der Mensch neigt dazu, seine Bedürfnisse auf die einfachste, schnellste, abwechslungsreichste, und zu seiner Persönlichkeit kongeniale Art zu befriedigen.

Beispiel: Eine attraktive Person kann sein Bedürfnis nach Beachtung und Bestätigung durch die Bewunderung die sie bekommt befriedigen, deshalb verzichtet sie vielleicht darauf ihre Persönlichkeit zu entwickeln.

Beispiel: am Esstisch wählt jeder Gast sein beliebtestes Menü selbst, aber alle Gäste befriedigen gemeinsam das Bedürfnis zu essen und zu trinken.

Wer regelmässig ein bestimmtes Bedürfnis befriedigen kann, verzichtet ungern auf diese Befriedigung.

Beispiel: es ist schwierig mit dem Rauchen aufzuhören

Beispiel: es ist schmerzhaft, von einer geliebten Person verlassen zu werden (Einsamkeit, Schwermut).

Beispiel: In Italien reiste ein älterer alleinstehender Herr öfters mit den öffentlichen Verkehrsmitteln mit einen seltsamen komischen Apparat in der Hand. Der Apparat, den er selbst gebaut hatte und diente zu absolut nichts. Allerdings waren die Leute neugierig und befragten ihn oftmals betreffend dieses Apparates. So war es ihm möglich, ein Gespräch zu beginnen und sein Bedürfnis nach Geselligkeit zu befriedigen.

3 Beispiel Analyse

Wir können die LIEBE in die voneinander abhängigen Komponenten aufteilen, das heisst:
Physische Liebe (Drüsenfunktionen),
Erotik (Phantasie),
Liebe,
Soziale Beziehung,
Beachtung (Selbstbestätigung),
Beitrag zur Befriedigung der Bedürfnisse des Partners und dessen Glück (ideal).

Erfüllt eine Beziehung alle diese Anforderungen, dann erzeugt sie viel Glück.

Beispiel: die Masturbation erfüllt nur das Drüsen-Bedürfnis.

Beispiel: das Ansehen eines Pornofilmes befriedigt das Bedürfnis nach Erotik

Beispiel: die Beziehung mit einer Prostituirten befriedigt die beiden obenerwähnten Bedürfnisse und eventuell die Anerkennung und das soziale Bedürfnis.

Beispiel: Mutterliebe befriedigt das Bedürfnis nach physischer Liebe und Erotik nicht

Beispiel: die Liebe für ein Tier kann eine grosse Befriedigung bedeuten. Das Bedürfnis zum Glück anderer beizutragen, ist (möglicherweise) ein menschliches Bedürfnis, sowie Zuneigung und Selbstbestätigung.
Usw.

Anmerkung:
Dass Liebe und speziell Sex wichtige menschliche Bedürfnisse sind, davon war auch Psychologe Wilhelm Reich, Schüler von Freud, überzeugt.

4 Die Nicht-Befriedigung der Bedürfnisse

Wird ein Bedürfnis nicht befriedigt, reagieren der Körper und / oder die Psyche mit Reizen die allmählich mehr und mehr zwingend werden, was eine automatische Folge des Selbsterhaltungsinstinkt ist.

Die **Nicht-Erfüllung eines Primärbedürfnis** verursacht, nach einer mehr oder weniger längeren Zeit, Schmerz, Krankheit, Tod.

Beispiel: ohne zu trinken stirbt der Mensch nach wenigen Tagen (Dehydrierung).

Die **Nicht-Erfüllung eines Sekundärbedürfnis** verursacht psychische Unausgeglichenheit wie
- Enttäuschung, Demoralisierung (vorübergehend)
- Frustration, Apathie, nervöse Depression (reversibel)
- verschiedene Komplexe darunter der berühmte Minderwertigkeitskomplex (fast permanent)
- Zusammenbrüche: klassisch ist der Nervenzusammenbruch (schwere Krankheit)
- gewalttätige Reaktion: Selbstmord oder anderes (Schwere Reaktion, manchmal endgültig)

Beispiel: die Häftlinge in Isolationshaft

Obwohl die Befriedigung der Bedürfnisse notwendig ist, ist es in unserer Gesellschaft praktisch unmöglich, dass alle Menschen ihre Bedürfnisse, speziell die sekundären Bedürfnisse, regelmässig befriedigen können.

Beispiel: die Lebensmittelknappheit und die Umverteilung erlauben nicht, dass jeder nach seinem Bedarf essen kann.

Beispiel: Diejenigen die in unserer Gesellschaft in den niedrigsten Stufen "versenkt" sind, werden kaum ihr Bedürfnis nach Selbstbestätigung an dem Arbeitsplatz befriedigen können.

Beispiel: der ermüdete Arbeiter hat nicht mehr die Zeit und die Lust, sich mit kulturellen Dingen zu beschäftigen.

Man kann daher sagen, dass es sehr schwierig ist, den Zustand zu erreichen in dem **alle** Bedürfnisse befriedigt sind. Und wenn das vorkommt, ist es sehr wahrscheinlich ein vorübergehender Zustand, denn angesichts der Menge der Bedürfnisse, die der Mensch zu befriedigen hat, tauchen früher oder später unbefriedigte Bedürfnisse auf.

5 Die Frustration und der Stress

Falls die wohlverdiente Möglichkeit ein Bedürfnis zu befriedigen verhindert wird, erzeugt dies im Menschen das Gefühl der Enttäuschung, bzw. das Opfer einer Ungerechtigkeit zu sein, usw. Sollte sich diese Situation wiederholen entsteht eine Frustration die zu einem moralischen Zusammenbruch, zur Apathie, usw führt, welches auch die Leistung begrenzt.

Beispiel: die Nichtanerkennung einer guten Leistung ruft Enttäuschung hervor. Sollte sich die Enttäuschung wiederholen entsteht im Menschen eine Frustration.

Beispiel: der mehrmals abgelehnte Bewerber ist frustriert. Er beginnt an sich selbst zu zweifeln und leidet dann an einigen Komplexen, die ihm das Leben noch schwerer machen.

Stress ist im Grunde die Angst, ein oder mehrere Bedürfnisse nicht befriedigen zu können.

In diesem Zusammenhang spielen die Zeit und ihre Fragmentierung eine wichtige Rolle. Tatsächlich sind die häufigsten Stressquellen in unserem Wirtschaftssystem die begrenzte Zeit, die zur Erreichung eines oder mehrerer Ziele zur Verfügung steht, die einzuhaltenden Zeitpläne, Termine und Fristen, die Eile, der Wettbewerb, die Unsicherheit, die durch die Unmöglichkeit verursacht wird, die Fortsetzung und/oder das zukünftige Ergebnis abzuschätzen, usw. Daraus folgt, dass die meisten Menschen mehr oder weniger gestresst sind. Offensichtlich verringert Stress die Lebensqualität und wirkt sich auch auf die psychophysische Gesundheit aus. Zu viel Stress löst Panik mit unvorhersehbaren Folgen aus. Die Digitalisierung mit relativer Kodifizierung von Verfahren, Begriffen und Wettbewerb hat den Stress erhöht und auch subtiler gemacht.

Beispiel: Armut ist eine Quelle von Stress, weil sie die Angst erzeugt, Bedürfnisse nicht befriedigen zu können, und relative Unsicherheit für die Zukunft.

Beispiel: Unrealistische Ziele sind eine Stressquelle für diejenigen, die sie erreichen sollten.

Beispiel : Viele Arbeitnehmer erhoffen sich vom Ruhestand eine Entlastung vom Alltagsstress.

Der Protest
Frustration und Stress führen leicht zu Groll und Wut, auch gegenüber jenen, die eigentlich die Voraussetzungen schaffen sollten, unter denen Bedürfnisse befriedigt werden können. Von hier bis hin zu Protesten – auch politischer und ideologischer Art und manchmal gewalttätig bis hin zum Krieg – ist es nur ein kleiner Schritt.

6 Das seeliches Glück – die Freiheit

Der Mensch ist vorübergehend glücklich, nach dem er das dringendste Bedürfnis befriedigt hat, und ist erst wirklich glücklich, wenn er alle Bedürfnisse (selten und vorübergehend) befriedigen kann.

Das seelisches Glück ist die Möglichkeit alle Bedürfnisse zu befriedigen

Je größer die Zahl der befriedigten Bedürfnisse ist, und umso länger ist der Mensch glücklich.

Beispiel: ein Überlebender eines Schiffbruchs ist am Ertrinken aber ist glücklich, wenn er etwas findet woran er sich festhalten kann,
er ist unglücklich wenn er sieht, dass er ganz alleine im Meer ist
er ist für eine Weile glücklich, wenn er Festland findet
er ist wieder unglücklich wenn durstig ist
er ist glücklich, wenn er eine Wasserquelle findet,
er ist unglücklich, wenn er hungrig ist und ist glücklich, wenn er eine gebratene Ziege essen kann
er ist jedoch unglücklich, weil er auf dieser Insel ganz alleine ist
und er ist wieder glücklich, diesmal für eine lange Zeit, wenn er Freitag trifft, usw.
(das war Robinson Crusoe)

Ausgehend von der Art oder den Arten wie die Bedürfnisse befriedigt werden, spricht man von Fall zu Fall von "Glück", "glücklich sein", "Zufriedenheit", "Gelassenheit", "Freude", usw.

Die Phantasie spielt eine sehr wichtige Rolle, so dass der Mensch manchmal schon im Voraus glücklich ist nur weil er von der zukünftigen Bedürfnisbefriedigung träumt. Auch die Erinnerung an vor langer Zeit erlebtes Glück erlaubt es dieses Glück nochmals zu spüren.

Beispiel: beim Empfang eines Liebesbriefes von der Geliebter / von den Geliebten der weit entfernt ist.

Beispiel: beim Wiederlesen des gleichen Briefes viele Jahre später.

Überlegung

Man ist wirklich frei (und glücklich), wenn man sich nicht mehr durch unerfüllte Bedürfnisse unterdrückt fühlt.
Der erste Schritt zur Freiheit ist die Befriedigung der Grundbedürfnisse.

**Die Freiheit ist die Möglichkeit alle Bedürfnisse,
wo, wenn und wie man will, zu befriedigen.**

Natürlich ist dies eine theoretische Hypothese, weil die Freiheit durch die Anwesenheit anderer Menschen und deren Anspruch auf Freiheit beschränkt ist. Die Freiheit ist also die Möglichkeit selbständig zu entscheiden wo, wann und wie man die Bedürfnisse befriedigen will.
Anderseits wäre es schön und gerecht wenn die Möglichkeit, die Bedürfnisse zu befriedigen, auf alle Menschen gleichmäßig verteilt wäre.

7 Die wichtige Rolle der Motivation

Das Streben nach dem Glück, oder einfach die Angst, die Bedürfnisse nicht befriedigen zu können, ist die treibende Kraft die hinter jedem menschlichen Handeln steht. Diese Kraft ist also die Feder, die den Menschen dazu drängt sich für alles zu interessieren (z.B. Reichtum, Macht, Karriere, Anerkennung, hübsche Frauen, usw.) was ihm seiner Meinung nach auch helfen würde, seine Bedürfnisse zu befriedigen.
Aber wir haben gesehen, dass man um das wahre Glück zu erreichen alle Bedürfnisse befriedigen muss. Deshalb wird die Befriedigung der einzelne dringendsten Bedürfnisse zum Hauptgedanken bzw. zum quälenden Wunsch. Die Befriedigung seiner Bedürfnisse wird sein kurz - oder langfristiges Ziel, sein täglicher Motor, seine Hoffnung. Der Grund weshalb er agiert: das ist die Motivation.

Die Motivation ist die bewusste Ueberlegung die, die Menschen zum Handeln bringt um die Befriedigung ihrer Bedürfnisse zu gewährleisten.

Beispiel: Der Wunsch zu siegen (also der Wunsch sein Bedürfnis nach Respekt, Beachtung und Selbstbestätigung zu befriedigen) bewirkt, dass der Athlet sich zu einem Wettlauf anmeldet, dass er intensiv trainiert und dann mit viel Engagement am Rennen teilnimmt (manchmal ist das Engagement sogar übertrieben und kontraproduktiv).
Der Wille daran teilzunehmen und sich durchzusetzen, den der Athlet von Anfang an bis zum Ziel unterstützt hat, ist die Motivation.

Die Motivation kann verstärkt werden, indem man die Person über ihrer Bedürfnisse bewusst macht, oder sogar für sie neue Bedürfnisse schafft.

Beispiel: Wenn man einem Arbeiter erklärt, dass aufgrund der Krise und der dadurch entstandenen Überproduktion sein Unternehmen verkleinert werden muss und er bald entlassen werden wird, erschrickt er und gleichzeitig wird ihm bewusst, wie gross sein Sicherheitsbedürfnis ist.
Die Motivation die am folgenden Tag den Arbeiter dazu zwingt bei seinem Vorgesetzten mehr Auskunft zu verlangen, ist der Drang nach der gewünschten Sicherheit.

Sind die unerfüllten Bedürfnisse (oder direkt die Motivation) einer Person bekannt, dann können wir sie überzeugen, dass sie eine Möglichkeit hat, sie zu befriedigen und so können wir uns ihre Aufmerksamkeit, Sympathie und ihr Vertrauen verdienen.

Beispiel: Einen verzweifelten einsamen Menschen an ein Fest oder an eine Veranstaltung (auch politische Veranstaltung) einladen mit dem Versprechen dass er dort viele neue Freunde/innen finden wird.

Beispiel: Dem Arbeitslosen muss man nicht sagen: “Im Gegensatz zu dir, habe ich einen sicheren Job”, sondern man muss ihm erklären, wer ihm helfen kann einen Job zu finden, oder wie in der Fabrik XY die Arbeiter gekämpft haben um ihre Arbeitsplätze zu behalten.

Nun ist die Frage: **wie kann man die Motivation bestimmen und / oder entdecken?**

8 Die Suche nach der Motivation

Da es eine Notwendigkeit ist, die Bedürfnisse zu befriedigen, die der “Wille sie zu befriedigen“ schafft, muss man herausfinden, welche die dringendsten Bedürfnisse sind. Der Wille steht somit für Motivation.
Eine mögliche Methode der direkten Suche wäre direkte Fragen stellen (mit Diskretion!).

Beispiel: Bist du mit deiner Arbeit zufrieden? Ist in der Familie alles in Ordnung?
Geht es deiner Freundin gut? Hast du deine Freunde noch getroffen?, usw.

Beispiel: "Direkt" : bist du glücklich? Was ist los? Was ist dein größter Wunsch?

Auf Grund der Antworten, kann man das Gespräch auf das Thema lenken, dass unserem Gesprächspartner am meisten am Herzen liegt.

Die Methode der „indirekten Forschung“: man versucht die Person zu beurteilen, in dem man sie im Gedanken in das Umfeld einer sozialen Klasse oder einer bestimmten Gruppe einfügt. Man beobachtet das Erscheinungsbild (siehe nächster Abschnitt), das Verhalten, die Kalligraphie, durch Aufnahme von Informationen, usw.

Beispiel: es ist möglich, dass es für den mageren Mann, der alleine abseits sitzt, sehr schwierig ist sein Bedürfnis nach menschlichem Kontakt (sozial) und nach liebe zu befriedigen. Hinter diesen unbefriedigten Bedürfnissen könnte die Motivation stehen, die den Mann überzeugt hat, in ein Café zu gehen

Beispiel: Gier und Fanatismus sind extreme Motivationen.

Beispiel: es ist wahrscheinlich, dass der Mann mit Latzhose der in einer Gruppe von Arbeitslosen steht, selber auch arbeitslos ist und deshalb den dringenden Bedarf nach Arbeit und materiellen Sicherheit hat (nutzlos dann mit ihm über Fußball zu sprechen).

Die Suche nach der Motivation ist einfacher und sicherer durch die gleichzeitige Anwendung der direkten und der indirekten Methode.

Beispiel: Diese Damen die sich Wahrsagerinnen nennen, entdecken durch die Beobachtung und mit einigen gezielten Fragen die unbefriedigten Bedürfnisse ihrer Kunden und haben dann ein leichtes Spiel ihnen die zukünftige Befriedigung vorzusagen (jetzt bist du alleine aber bald wirst du deine grosse Liebe finden…usw.)

Beispiel: In der Kriminalistik müssen die Kriminalbeamten zuerst herausfinden welche Bedürfnisse der Täter durch seiner Tat befriedigen wollte. Von hier aus können Sie dann den Beweggrund feststellen (Motiv), der den Täter angetrieben hat, das Verbrechen zu begehen. Sie können dann auch das psychologische Profil des Täters festlegen.

9 Die kollektive Motivation

Die kollektiven Bedürfnisse führen zu einem kollektiven Willen, der möglicherweise kreiert und / oder benützt werden kann, als es die Motivation einer einzigen Person wäre.
(Denken sie daran, wie geschickt und wirksam die politische Propaganda von einigen totalitären Regimen der Vergangenheit war, oder die Manipulation des kollektiven Bewusstseins durch Angst ist)

Beispiel: das Bedürfnis nach Sicherheit und Arbeit kann die Arbeiter bewegen an einer Kundgebung teilzunehmen. Nachdem sie auf ihr Schicksal aufmerksam gemacht und durch eine detaillierte Rede motiviert werden, beginnen sie den gemeinsamen Protestmarsch.

Beispiel: oft beänstigen bestimmte Politiker die Zuhörer in dem sie wirtschaftlicher Rezession, Arbeitslosigkeit, wachsender Bürokratie, steigenden Kosten, Gefahren und verschiedenen Katastrophen vorhersagen.

Soweit die industrielle Produktion die häufigsten Bedürfnisse befriedigt, die nachfolgenden unbefriedigten Bedürfnisse ändern jedoch die sozialen Verhältnisse.

Beispiel: in einem arabischen Dorf war es für die Frauen üblich mit ihr Krug zum Brunnen im Dorfzentrum zu gehen. Dort konnten sie auch plaudern und ihres Bedürfnis nach sozialen Kontakten zu befriedigen. Nach dem der Staat fließendes Wasser in die Häusern brachte, verboten die Männer den Frauen das Haus zu verlassen. Um ihren Ausgang zu begründen und weiterhin Ausgehen zu können, zerstörten die Frauen die Wasserhähne.
Es ist klar, daß die Begründung zum Brunnen zu gehen wenig mit der Wasserversorgung zu tun hatte, was die fleissige Regierungsbeamten nicht verstanden hatten. (Es wäre besser gewesen, einen schönen Brunnen mit angeschlossenem öffentlichen Waschhaus herzustellen!)

Ende des Kapitels 1: Elementar Psychologie.
Es folgen: Übungen und Kapitel 2: TYPOLOGIE

Uebungen praktische Sozialpshychologie

Bedürfnisse

- In welche Bedürfnis-Kategorie kann der Bedarf die Hände vor der Kälte zu schützen eingestuft werden?
- Ist das Rauch-Bedürfnis ein natürliches oder künstliches Bedürfnis?
- Ist das Bedürfnis nach Gesellschaft mehr oder weniger dringender als das Bedürfnis nach Liebe? Warum?
- In welche Bedürfnis-Kategorie gehört der spontane Drang, die Wahrheit zu sagen?

Die Bedürfnisbefriedigung

- Welche Bedürfnisse kann man in der Regel in einem gut besuchtem Café befriedigen?
- Welche Bedürfnisse befriedigen die Rekruten mittels der Dusche nach einer harten Übung?

- Welche Bedürfnisse kann eine ältere Dame durch Teilnahme an einer organisierten Reise befriedigen?
- Welches Bedürfnis kann man beim Malen auf einem großen weissen unberührten Stück Papier befriedigen? oder beim freiwilligen Zerbrechen eines Tellers oder einer Glasscheibe? (es wird empfohlen, es nur mit dem Papier zu versuchen!)
- Welche Bedürfnisse befriedigen die Fans einer Fußballmannschaft die das Spiel Gewinnt?

Glück

- Welche Gefühle hat Derjenige, der seine verlorene Brieftasche wieder findet? Und warum?
- Welche Gefühle bewegen den Mann, der sich in der Wüste verirrt hat , wenn er an seinem Empfänger hört, dass er Hilfe bekommt? Oder dass die Suche nach ihm eingestellt wurde?

- Nimm an, eine alleinstehende Person XY trifft das gute Genie von Aladdins Fabel. Das Genie macht also zwei Angebote, aber die Person XY darf nur eines auswählen.
Das erste Angebot besteht darin, eine sehr schöne, attraktive, gütige, liebevolle, hilfsbereite Frau (bzw. einen Mann) zur Verfügung zu stellen die dann die Person XY für immer lieben und sie glücklich machen wird.
Das zweite Angebot besteht darin 20 Millionen US-Dollar zu liefern: ein erheblicher Betrag, der es der Person XY ermöglicht, für immer ein bequemes Leben zu führen.
Analysieren Sie die Gründe (praktisch, soziokulturell, emotional usw.) und die Konsequenzen der einen oder anderen Wahl.

Anwendungsbeispiele

Bei einer Frau, die unter psychischen Störungen litt, wurde ein aus der Jugendzeit stammender unterbewusster Hass auf ihre Mutter diagnostiziert.
Sehr wahrscheinlich verhinderte die konservative und gut meinende Mutter (nur Elternhaus, Schule, klassische Musik, Tennis) der Tochter im Teenageralter die schon starken Bedürfnisse nach Sozialität zu befriedigen (Ausgang mit den Freunden, Partys, Disco, Ferien, usw.) und Geschlechtsbeziehungen (Liebe, Beziehungen mit Männern, usw.).
Für die junge vitale Frau war der erzwungene Verzicht traumatisch und es folgte ein unbewusster und verdrängter Hass auf ihre Mutter, die sie als das Haupthindernis für die Nichtbefriedigung ihrer Bedürfnisse sah und somit verantwortlich für ihre Unzufriedenheit.

Natürlich entsprechen die sozio-kulturelle Lage und die von den Eltern erteilte repressive Erziehung nicht immer den individuellen Bedürfnissen, sondern eher den gesellschaftlichen Bestimmungen: Respektabilität, kulturelle und wirtschaftliche Lage der Familie, usw.
Die Reaktion der jungen Menschen kann Resignation sein, aber auch Rebellion, das Verlassen des Elternhauses, Einnahme von Drogen, usw. bis zum Selbstmord.

Motivation

- Was ist die Motivation, die die Bewohner, einer von der Dürre betroffenen Region dazu treibt, einen Regentanz zu organisieren?
- Was ist die Motivation, die den Arbeiter antreibt, an einem Spezialisierungskurs teilzunehmen? und den jungen Mann an einer Tanzparty teilzunehmen?
- Was ist die Motivation, die den Wissenschaftler antreibt, zu forschen? und den Künstler ein Kunstwerk zu schaffen?
- Warum ziehen wir am Sonntag schönere Kleider an?
- Was treibt die Leute zum Toto-Lotto, Euro Million und anderen Glücksspiele an? obwohl man weiss, dass die Gewinnchancen sehr gering sind?

Es folgt: Elementar Psychologie, Kapitel 2

Elementar Psychologie, Kapitel 2

TYPOLOGIE

Einführung

Auch durch die Beobachtung seines Körperbaus und seines Verhaltens ist es möglich den Menschen besser kennen zu lernen und seinen Charakter „herausauszufinden“.
Achtung: Diese Darstellung ist nur eine Theorie, teilweise durch neuere Studien relativiert.

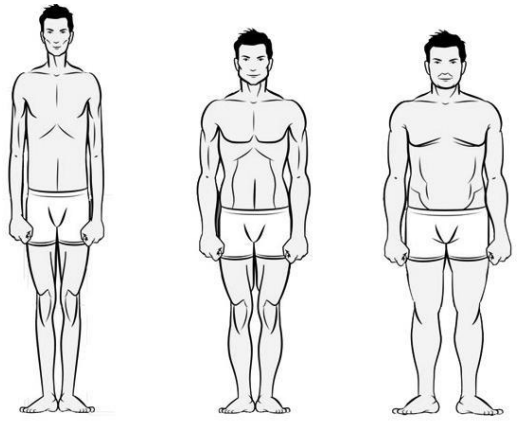
Die Bedeutung des Körpers

Wenn man **nur** den Körperbau betrachtet, die bekanntesten Theorien in diesem Bereich (z.B.. Ernst Kretschmer und Jung) teilen die Menschheit in zwei (oder drei) Hauptgruppen auf, die man ganz einfach so nennen kann:

die **Dünne** und die **Dicke**.

Es muss sofort festgestellt werden, dass diejenigen, die körperlich und charakterlich “sehr dick” sind (Neurotiker) oder “sehr dünn” sind (Schizophreniker), sind eine kleine Minderheit die manchmal eine psychiatrische Betreuung bedürfen, daher sind sie von unserem Thema ausgeschlossen.

Auch die klassische "**Dünne**“ und die klassische “**Dicke**“ kommen selten vor: in der Tat, wir alle besitzen die Eigenschaften **beider** Gruppen, aber in einem ungleichen Maβ.
Diese Eigenschaften sind in gleichen Maβ in dem sogenannter “Mittleren Individuum“ der “breite oder “athletische Mensch“ (ausdauernd, reizbar) genannt wird vorhanden. Auch diesen seltenen Fall untersuchen wir nicht.



Wahrscheinlich ist der Ursprung des Unterschieds in Erbanlagen, in der Art der prä-und postnatalen Ernährung (Stillen oder Flasche, die die Anzahl von Fettspeichezellen stark beeinflussen) sowie welche Hälfte des Gehirns aktiver ist, zu suchen.

In der Tabelle auf der nächsten Seite sind beide klassische Typen mit ihren Gesichtszügen und Charakteren dargestellt.
Es muss wiederholt werden, dass die Mehrheit der Menschen "ein wenig" mehr von Einem und “ein wenig“ weniger vom Anderen hat.

Aus der Tabelle kann ein grundlegendes Konzept abgeleitet werden:
der Dünne ist **introvertiert** (er behält alles in sich, psychotisch, schizophren),

der Dicke ist **extrovertiert** (schüttet alles auf die anderen, depressive, maniakal).
Dieses Konzept ist auch mit den vier Verhaltensarten, die schon in der Vergangenheit durch Galeno beschrieben wurden, verknüpft: **Choleriker, Melancholiker, Sanguiniker und Phlegmatiker**

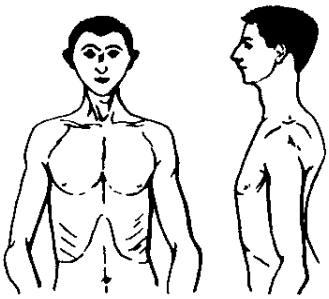
Bestimmung des Typs

Es ist nicht immer leicht, eine Person einzustufen, vor allem, wenn nur wenig Zeit zur Verfügung steht, die Person gekleidet ist, einen Bart trägt, sie sehr jung und sportlich aussieht, usw.

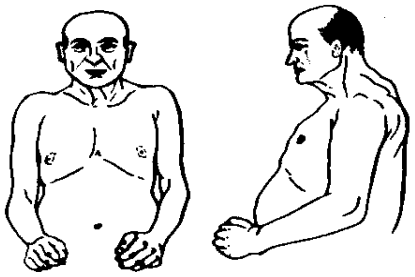
Oft sind die Gesichtszüge und der Körperbau erst beim zunehmendem Alter richtig erkennbar. Im Prinzip verrät ein schlanker Körper oder umgekehrt ein pummeliger Körper die noch verborgene Persönlichkeit schon im Voraus. Es dient auch der Beobachtung des Verhaltens den oben angegebenen Eigenschaften.

Beispiel: die “kühle“, zurückgezogene Person, mit einfarbigen Anzug und die sehr konzentriert am Lesen ist, ist wahrscheinlich ein "Dünner".

Typologie des Menschen



Schizothym, “dünn”
Introvertiert



Zyklothym, “dick”
extravertiert

Achtung: Diese Darstellung ist nur eine Theorie teilweise durch neuere Studien relativiert.

DEFINITION

Lebensgestaltung	Idealist, durchorganisierte Lebensweise	praktisch, natürlich, unvoreingenommen
Lebensrhythmus	starker Eigenrhythmus	auf die Umwelt abgestimmt
Art des Handelns	nach Grundsätzen und Normen	der Situation angepasst
Wahrnehmungsrichtung	nach der Form	nach der Farbe
Aufmerksamkeit	schwer ablenkbar, auf eine Tätigkeit konzentriert	leicht ablenkbar, verschiedenes nebeneinander erledigend
Empfindlichkeit	gross, schwer versöhnlich	gering, leicht versöhnlich
Mitmenschliches Verhalten	distanziert, kühl (wenige aber gute Freunde)	verbunden, warmherzig (menschlich aber oberflächlich)
Arbeitsweise	schnell	langsam
Ermüdung	plötzlich auftretend	allmählich auftretend
Philosophische Einstellung	Rationalist	Pragmatiker

Um den Typ einer Person festzustellen gibt es auch Tests:

Beispiel: Sie haben acht Stücklein Papier die wie folgt gestaltet sind:
2 sind dreieckig und rot - 2 sind dreieckig und blau
2 sind rund und rot - 2 sind rund und blau

Jetzt mischt man die Papier-Stücklein und bittet den Testteilnehmer, sie in zwei Gruppen gemäß einem Kriterium seiner Wahl aufzuteilen.
Wahrscheinlich teilt sie der “Dünne“ nach der Form (Dreiecke und Rondellen) und der "Dicke" nach der Farbe (rot und blau) auf.

Man kann auch die üblichen Fragen stellen:

Beispiel: Ist es einfach für dich, neue Bekanntschaften zu schliessen und neue Freunde zu finden?
Bist du sofort duzis mit den Andern ? Fühlst du dich öfters beleidigt? Bist du mehr ein Idealist oder mehr ein Praktiker?
Bist du öfters verärgert ? usw.

Merkmale

Es ist wichtig, mindestens die Merkmale zu kennen, die in der obenstehende Tabelle aufgeführt sind:
der ”Dünne”, als guter Introvertierter, ist kühl, reserviert, distanziert,
der “Dicke” ist extravertiert, liebenswürdig, offen, Gesellschaftsfreudig.

Beispiel: Oft ist der Animator einer Gruppe von Freunden ein sympatischer und lustiger „Dicker“ der scherzt und Spass macht, und allen auf den Rücken klapft während der „Dünne“. Obwohl sie auch mit ihm grossen spass haben, eher zurückhaltend ist.

Beispiel: Wegen ihrer angeborenen Fähigkeit zu kommunizieren, sind oft die "Führer" der großen Organisationen oder der politischen Parteien und die Erfolgspersönlichkeiten Zyclothymer.

Es ist daher notwendig einen “Dünnen“ mit grossem Gefühl anzusprechen, während einem “Dicken” kann man sehr früh das “Du” vorschlagen.

Anderseits ist es unrationell sich zu bemühen, sich anders als die eigene Persönlichkeit zu benehmen.

Beispiel: Der schlanke Mann der laut redet, lacht und scherzt, wird auf die Länge unerträglich.

Dennoch ist es wichtig sich selbst zu kennen und, anhand dieser Hinweise, sich darum zu bemühen übertriebene Merkmale zu vermindern: sollten sie zu markant sein, sind sie fast ein Charakterfehler die, die andere ärgern könnten.

Beispiel: Die "Schlanken" müssen sich bemühen sich den Umständen anzupassen, nicht zu stur zu sein und sich nicht wegen jeder Kleinigkeit zu ärgern.

Beispiel: Die "Dicken" müssen sich darum bemühen auch andere Persönlichkeiten, ein wenig “Luft“ zu lassen.

Faktoren wie Kultur, Bildung, Familie, Umwelt, sozialer Status, Gruppendynamik, usw., können die natürliche Persönlichkeit beeinflussen.
In diesem Fall muss der Mensch, manchmal unbewusst, wie ein Schauspieler leben. Das heisst, dass er einen fremden Mensch verkörpern muss und Gefühle ausdrücken muss, die er in Wirklichkeit gar nicht spürt. Es ist die sogenannte "soziale Maske" die fast alle Erwachsenen als Schutzschild tragen um sich von der Gesellschaft, die sie nach ihrem Aussehen und nach Ihrem Verhalten einschätzt, zu schützen.

Beispiel : Der “Dünne”, der in einem Umfeld das von “Dicken” geprägt ist aufgewachsen ist, benimmt sich wie ein “Dicker“ aber er behält die karakteristische ausgeprägte Sensibilität der “Dünnen“.
Dieser innere Konflikt kann den einzelnen Menschen in Schwierigkeiten bringen.

Dieser Logik entkommen nur die Kinder, dessen Verhalten noch spontaner ist.

END

Der Kartei **Grundlagen der Sozialpsychologie**

http://en.wikipedia.org/wiki/Typology_(psychology)
http://en.wikipedia.org/wiki/Normal_distribution
http://en.wikipedia.org/wiki/Somatotype_and_constitutional_psychology

https://www.emma.de/artikel/frauengeschichte-die-entstehung-des-patriarchats-266130