



# Der Psychologie gehört die Zukunft

Das Studienfach Psychologie hat einen enormen Zulauf. Warum? Hier stehen die grossen Entdeckungen noch an.

*Prof. Dr. Fred Mast*

**A**ls sich ein Physikerkollege meines Vaters nach meiner Studienrichtung erkundigte, erschrak er und meinte, dass ich dann wohl so etwas wie ein Berufsdemonstrant sei. Ich war noch ganz am Anfang meines Studiums, und es war mir nicht bewusst, dass die Psychologie ein gewaltiges Imageproblem hatte. Ein paar vage Ideen über meine berufliche Zukunft hatte ich zwar, aber Berufsdemonstrant war definitiv keine davon.

Das Image von gestern entspricht nicht der Psychologie von heute. Die Psychologie hat sich konsequent einer evidenzbasierten Forschungsstrategie verschrieben und sich als Wissenschaft profiliert. Nobelpreisträger Daniel Kahnemann hat mit seinen Studien zum Urteilsverhalten und zu kognitiven Verzerrungen weit über die Psychologie hinaus andere Disziplinen, wie die Wirtschaftswissenschaft, nachhaltig beeinflusst.

*In der Frage nach der Rolle des Menschen im technologischen Wandel spielt Psychologie eine Schlüsselrolle.*

In der Schweiz wurde 2021 dem Berner Psychologieprofessor Thomas Berger der renommierte Marcel-Benoist-Preis zugesprochen, auch bekannt als «Schweizer Nobelpreis». Thomas Berger ist ein Pionier in der Erforschung digitaler Therapieverfahren.

Zu meiner Studienzeit gab es noch Vorlesungen zu Graphologie, projektiven Testverfahren oder Tiefenpsychologie. Nichts davon ist übriggeblieben. Diese Methoden sind wissenschaftlich nicht gesichert und haben keinen prognostischen Wert. Wer denkt, dass man im heutigen Vorlesungsverzeichnis Hinweise auf

Veranstaltungen findet, die zum unverbindlichen Assoziieren oder zum Austausch untereinander Selbsterfahrungen einladen, sucht vergeblich. Ein Universitätsstudium in Psychologie befähigt zum wissenschaftlichen Denken und Forschen. Dazu braucht es methodisches Wissen.

Das moderne Bachelor-Programm in Psychologie ist vollgestopft mit Statistikvorlesungen, Experimentalpraktikum und Übungen zu Forschungsmethoden. Auf dem Berufsmarkt erweisen sich später Kenntnisse in Methoden und Statistik als wahrer Jackpot. Nicht wenige finden gerade deswegen Jobs oder werden später «Data Scientist». Fünf Jahre nach Abschluss des Studiums sind lediglich 0,3 Prozent der Psychologinnen und Psychologen erwerbslos, deutlich unter dem Schnitt von 2,5 Prozent der Personen mit akademischem Master-Abschluss. Die Bezeichnung «Psychologe» ist geschützt und setzt zwingend einen Master-Abschluss in Psychologie voraus.

## Psyche und Gehirn

Neben der evidenzbasierten Forschung hat sich eine weitere Entwicklung als richtungweisend erwiesen: Die Psychologie interessiert sich für die Funktionsweise des Gehirns. Unsere Gedanken, Entscheidungen, Wahrnehmungen oder das Gedächtnis und die Emotionen sind mit Prozessen in unseren Gehirnen verbunden, die man mit verschiedenen Verfahren messen kann (z. B. funktionelle Kernspintomografie, Elektroenzephalografie). Somit geht die Psychologie gekonnt mit dem cartesianischen Dualismus um, der eine Trennung von Geist (*res cogitans*) und Materie (*res extensa*) postuliert, die immer noch unser Denken in vielen Bereichen durchsetzt. Prozesse im Gehirn sind zum Verständnis des mentalen Innenlebens eine äusserst wichtige Informationsquelle, an die man weder durch Be-



obachtung noch durch Befragung herankommt.

Experimentelle Forschungen der Psychologie haben oftmals einen erstaunlich guten Bezug zu gesellschaftlich hochaktuellen Themen. Um ein Beispiel zu nennen: Die Gruppe um Daria Knoch am Institut für Psychologie der Universität Bern hat in Experimenten herausgefunden, dass Unterschiede zwischen Personen im nachhaltigen Verhalten (beispielsweise, wie viel Ressourcen auf Kosten kommender Generationen verbraucht werden) mit strukturellen Eigenschaften (d. h. die Dichte von Neuronen in bestimmten Gehirnarealen) und funktionalen Prozessen im Gehirn (wie stark bestimmte Gehirnareale miteinander kommunizieren) zusammenhängen. Innovative Zugänge aus der Psychologie bereichern die aktuellen Diskussionen um einen rücksichtsvollen Umgang mit verfügbaren Ressourcen.

Die Psychologie hat durch den Einbezug der Neurowissenschaften die vorgezeichneten Trennlinien zwischen Fakultäten auf eindrückliche Weise überwunden. Benachbarte Disziplinen haben diesen Anschlussflug reihenweise verpasst und schlagen neue Wurzeln im alten Terrain, ohne dass der Baum je Früchte tragen wird. Und der Impact geht auch in die andere Richtung: Die Neurowissenschaft wird durch die Forschungen in der Psychologie aufgewertet. Die Studierenden interessieren sich enorm für den Zusammenhang zwischen Gehirn und Psyche, der übrigens im angelsächsischen Sprachraum noch intensiver erforscht wird als bei uns.

Die Psychologie erforscht mit sehr vielfältigen Methoden das menschliche Erleben und Verhalten. Sie begnügt sich allerdings nicht mit deren Messung und Beschreibung (etwa mittels Erhebungen über Fragebogen), sondern kann mit gezielten Interventionen Verhaltensänderungen herbeiführen. Dies betrifft die Weiterentwicklung von Psychotherapieverfahren sowie die Überprüfung ihrer Wirksamkeit, die beide in der klinischen Psychologie massiv vorangetrieben werden. Eine Tätigkeit im Bereich Psychotherapie wird nach wie vor

von vielen Studierenden angestrebt. Weil die Facharzttrichtung Psychiatrie, die ein Medizinstudium voraussetzt, gravierende Nachwuchsprobleme hat, ist es für die psychotherapeutische Grundversorgung wichtig, dass die klinische Psychologie diese Lücke schliesst.

Wenn man der Prognose der WHO Glauben schenkt, dann werden im Jahr 2030 psychische Störungen wie Depression und Angststörungen zu den grössten Verursachern von direkten und indirekten Gesundheitskosten gehören. In die Psychologie zu investieren, wird sich lohnen. Im Kampf gegen die Depression, die zu massivem wirtschaftlichem Produktionsverlust, Erwerbslosigkeit und verringerter Lebensqualität des gesamten Umfelds führt, sind Psychotherapien nicht nur wirksam, sondern auch kosteneffizient. Ein Schritt in die richtige Richtung ist das Anordnungsmodell, das seit 2022 in Kraft ist: Psychotherapeuten können auf ärztliche Anordnung als selbständige Leistungserbringer mit der obligatorischen Krankenpflegeversicherung abrechnen.

### Flair für moderne Technologien

Verhaltensänderungen betreffen aber nicht nur Individuen, sondern auch ganze Organisationen und Unternehmen. In der Arbeits- und Organisationspsychologie geht es um die Steigerung der Arbeitszufriedenheit, den Führungsstil, das Kommunikationsverhalten oder die Effizienz und Sicherheit von Arbeitsabläufen. Ein schlechtes Arbeitsklima ist nicht nur für die Betroffenen unangenehm, sondern es kostet das Unternehmen Innovationen, führt zu Fluktuationen und Reputationsschäden. Die Psychologie beschäftigt sich auch mit dem Konsumverhalten oder den psychologischen Mechanismen, die zu Bewegungen an den Aktienmärkten führen, was sich daran zeigt, dass auch die Wirtschaftspsychologie viele Studierende anzieht.

Letztlich ist die Psychologie offen für moderne Technologien, und sie spielt in der Frage nach der Rolle des Menschen im technologischen Wandel eine Schlüsselrolle. Die Dezentrierungen des Menschen als Folge von



Kopernikus und Darwin waren faktenbasiert, aber die fortschreitende Entwicklung moderner Technologien und Algorithmen muss nicht notwendigerweise zu einem weiteren Thronsturz des Menschen führen. Düstere Technologie-skepsis bringt in dieser Frage keine Lösung. Die Psychologie hat ein Flair für moderne Technologien, was sich daran zeigt, dass in vielen Studien und Interventionen Smartphone-Apps und Wearables eingesetzt werden, die zur Ver-

*Der jüngeren Generation  
von Forschenden ist es ein Anliegen,  
Wissen zu generieren, das solide ist.*

folgung und Verbesserung des mentalen Wohlbefindens, der Stressbewältigung und der Verhaltensänderung dienen.

Auch ältere, gesunde Personen werden intensiv untersucht im Hinblick auf gesundheitsfördernde Massnahmen oder eine frühe Erkennung einer Verringerung der kognitiven Fähigkeiten. Die Gruppe um den Kognitionspsychologen Matthias Kliegel von der Universität Genf beschäftigt sich damit, wie sich die kognitiven Fähigkeiten über das Alter hinweg verändern, und sie verwendet dazu Testverfahren, die auch online verfügbar sind. Auch die Bedeutung von virtueller Realität zur Simulation realer Szenen gewinnt in Expositionstherapie, im Verhaltenstraining und beim Ler-

nen neuer Inhalte an Bedeutung.

Ist in der Psychologie alles nur gut? Mitnichten. Es gab zum Beispiel die Replikationskrise, die gezeigt hat, dass Ergebnisse einschlägiger Studien nicht replizier-beziehungsweise übertragbar waren. Die Psychologie wurde zu Recht kritisiert. Aufschlussreich war aber die Reaktion darauf. Die Psychologie hat nicht den Kopf in den Sand gesteckt, sondern sie ging das Problem aktiv an. Viele Studien werden heute präregistriert, und es hat sich als Standard etabliert, dass die Rohdaten von Studien öffentlich geteilt werden, damit andere Forschende die Auswertungen nachvollziehen und überprüfen können.

Der jüngeren Generation von Forschenden ist es ein grosses Anliegen, Wissen zu generieren, das solide ist. Selbstdarstellung in der Wissenschaft wird zunehmend kritisch betrachtet. Viele Studierende fühlen sich vom Psychologiestudium auch deshalb angezogen, weil die Wissenschaft sehr jung ist. In der Psychologie stehen die grossen Entdeckungen noch an. In der Physik sind viele bahnbrechende Entdeckungen bereits gemacht worden. Der Psychologie gehört die Zukunft.

Fred Mast ist ordentlicher Professor am Institut für Psychologie der Universität Bern. Zurzeit unterstützt er die Universität Luzern beim Aufbau der neuen Fakultät für Verhaltenswissenschaften und Psychologie.



Die Weltwoche  
8702 Zollikon  
043/ 444 57 00  
<https://www.weltwoche.ch/>

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Presse journ./hebd.  
Tirage: 39'357  
Parution: 50x/année

Page: 34  
Surface: 112'741 mm<sup>2</sup>

Ordre: 1094772  
N° de thème: 377.116

Référence: 90027265  
Coupure Page: 4/4



*Neue Wurzeln im alten Terrain.*