

Experience Psychology

by Laura King · Language: DE

Summary by booksummaryai.com —

<https://booksummaryai.com/country/de/experience-psychology-zusammenfassung>

Summary

In 60 Sekunden

Laura Kings Experience Psychology führt durch das gesamte Fach, von Wundts Labor 1879 bis zum DSM-5, verankert durch unvergessliche Fälle: Phineas Gages Eisenstange, H.M.s fehlender Hippocampus, der Schimpanse Sultan, der ein Puzzle löst, Wärter und Häftlinge, die sich in einem Scheingefängnis verlieren. Nebenbei lernst du, wie Neuronen feuern, wie Erinnerungen sich verzerren, warum 65 Prozent der Menschen grausamen Befehlen gehorchen und wie Therapie tatsächlich hilft. Das Buch besteht darauf, dass Psychologie eine Wissenschaft ist, ein Drehkreuz, das viele Disziplinen verbindet, und ein Werkzeugkasten für den Alltag.

Warum es sich lohnt

Das ist der Psychologie-Einführungskurs, den du dir gewünscht hättest: streng, aber menschlich, aufgebaut um Fälle, die du nicht vergisst. Es ist wichtig, weil psychologische Behauptungen täglich über deinen Feed fluten, und King lehrt dich, Belege zu verlangen, alternative Erklärungen abzuwägen und Bestätigungsfehler zu erkennen. Studierende, Führungskräfte, Eltern und alle, die neugierig sind, warum Menschen sich so verhalten, wie sie es tun, legen es mit schärferem Denken und einer brauchbaren Landkarte des Geistes aus der Hand.

Die Kernideen

An iron rod through the skull rewrote what we know about personality

Vermont, 1848. Phineas Gage, a railroad foreman, survived an iron tamping rod, 3 feet 7 inches long and 1.25 inches in diameter (weighing 13.25 pounds), being driven through his skull, destroying much of his left frontal lobe. He survived physically but his personality changed dramatically from responsible and polite to impulsive and profane. This provided early evidence that the frontal lobes regulate personality and social behavior. Decades later, in 1879, Wilhelm Wundt opened the first psychology laboratory in Leipzig, Germany, using introspection to study conscious experience and turning the field into an independent science.

Gage's case shows why psychology needed to become a science: dramatic anecdotes are compelling, but only systematic study can separate real patterns from coincidence. King frames the whole discipline around three commitments, psychology as a science grounded in empirical evidence, as a hub science linking biology, medicine, and sociology, and as a way to understand everyday life. The brain is not just an organ of thought; it is the machinery of who you are.

Probier es aus: This week, when you hear a bold psychological claim, pause and ask what evidence supports it and what alternative explanations exist.

Your brain has four lobes, and each one runs a different show

Split-brain patients changed how we see the mind. Roger Sperry and Michael Gazzaniga studied people whose corpus callosum had been severed, cutting the highway between hemispheres. When an object appeared in the right visual field, the patient could name it, because the left hemisphere handles language. When it appeared on the left, the patient insisted they saw nothing, yet their hand could still point to it. The right hemisphere knew what it saw; it just couldn't say so. This maps onto the cortex's division of labor: occipital lobes for vision, temporal for hearing and language, parietal for touch and spatial processing, frontal for planning, decisions, and voluntary movement.

The neuron is the basic unit of the nervous system, with parts including dendrites, an axon, and a cell body (myelin sheath also noted). The split-brain findings surprise people because they reveal that conscious experience can be split in two: knowing something without being able to verbalize it. Localization has limits, but the evidence is clear that different cortical areas do different jobs.

Probier es aus: Notice a moment today when you 'know' something you can't put into words, and consider which hemisphere might be holding it.

A candle flame 30 miles away: the edges of your senses

The absolute threshold is the minimum amount of stimulus energy a person can detect 50 percent of the time; for vision, under ideal conditions, a candle flame can be seen 30 miles away on a dark, clear night. Below the surface of perception, color vision runs on two systems: the trichromatic theory, tied to Thomas Young and Hermann von Helmholtz, with three cone types sensitive to blue, green, and red, and the opponent-process theory, where red-green and blue-yellow pairs explain afterimages. The book describes the classic visual cliff experiment by Eleanor Gibson and Richard Walk (1960). Infants aged 6 to 14 months were placed on a table with a glass surface extending over a patterned drop-off; most infants refused to crawl over the deep side, even when their mothers called them.

Your senses are far more sensitive than daily life suggests, and perception is built, not just received. Gestalt principles, figure-ground, similarity, closure, proximity, continuity, show the brain organizing fragments into wholes automatically. The visual cliff result startles because it suggests depth perception is partly innate: babies who have barely learned to crawl already treat the drop as real danger. Sensation supplies raw data; perception interprets it.

Probier es aus: Stare at something red for 30 seconds, then look at a white wall and watch the green afterimage appear.

The night scientists caught dreams on camera

The book recounts William Dement's discovery of REM sleep in 1953. Dement and Eugene Aserinsky observed that sleeping infants had periodic bursts of rapid eye movements; when adults were awakened during these periods, they reported vivid dreams 80 percent of the time, compared to only 7 percent during non-REM sleep. What dreams mean stayed contested: Sigmund Freud called dreams 'the royal road to the unconscious,' separating manifest content, the literal story, from latent content, the hidden meaning, while J. Allan Hobson's activation-synthesis theory treats dreams as the brain's attempt to make sense of random neural firing. Meanwhile, sleep deprivation has a price: after 24 hours awake, performance drops to the level of someone with a blood alcohol concentration of 0.10 percent, above the legal limit in every U.S. state.

Dreams went from mystery to measurable phenomenon the moment researchers could time waking to eye movements. The Freud-versus-Hobson debate still shapes how people think about dreams: hidden wishes versus the brain narrating noise. The sleep-deprivation number lands hard because it reframes all-nighters as driving drunk. Sleep is not downtime; it is a biological process with measurable stakes for memory, mood, and safety.

Probier es aus: Tonight, note what time you go to bed, then notice how much sharper you feel after any night you add an hour.

A bell, a mallet, and a doll: how behavior gets learned

In Pavlov's experiments, a dog learned to salivate at the sound of a bell (conditioned stimulus) after it was repeatedly paired with food (unconditioned stimulus). The book describes Skinner's operant chamber (Skinner box), used to study operant conditioning in animals, where a rat presses a lever to receive a food pellet. The book discusses Albert Bandura's social cognitive theory and observational learning, including the famous Bobo doll experiment (1961) showing that children aged 3 to 6 who watched an adult model aggressively punch, kick, and hit an inflatable Bobo doll with a mallet while yelling 'Sock him in the nose' were more likely to imitate that aggression.

Three learning engines run in parallel: association (classical conditioning), consequences (operant conditioning), and observation (social cognitive theory). The Bobo doll finding unsettles people because it means you are always teaching, even when you think you're not. Children don't need reinforcement to copy you; they need only to see. Every model in a child's environment, from parents to screens, is a lesson being delivered.

Probier es aus: Pick one habit you want in a child around you and model it deliberately this week, out loud and visibly.

The man who couldn't remember, and the curve of forgetting

The case of H.M. (Henry Molaison) is described: to treat severe epilepsy, surgeons removed his hippocampus and surrounding medial temporal lobe tissue on both sides in 1953. After the surgery, H.M. could no longer form new conscious memories (anterograde amnesia), though he

could learn new motor skills, revealing the hippocampus's crucial role in memory consolidation. The three-stage model of memory (proposed by Atkinson and Shiffrin in 1968) includes sensory memory, short-term memory (working memory), and long-term memory. Elizabeth Loftus's research on the misinformation effect demonstrates how memories can be distorted by information presented after the event; in one study, participants watched a film of a car accident and were later asked, 'How fast were the cars going when they smashed into each other?' Those who heard the word 'smashed' estimated speeds averaging 40.8 miles per hour, while those asked with the verb 'contacted' estimated 31.8 miles per hour.

Memory is not a recording; it is a reconstruction, editable after the fact. H.M. shows memory has separate systems, conscious recollection versus motor skill, living in different brain structures. Loftus's misinformation effect explains why eyewitness testimony can go wrong: a single verb in a question rewrites the past. Once you see memory as constructive, you stop trusting your recall as gospel and start asking what got in afterward.

Probier es aus: Before accepting a vivid memory of an event, ask yourself what you've heard or read about it since it happened.

Sultan passt die Stöcke zusammen: der Schimpanse, der nachdachte

Wolfgang Köhlers Einsichts-Lernexperimente mit Schimpansen auf Teneriffa während des Ersten Weltkriegs werden beschrieben. Ein Schimpanse namens Sultan bekam zwei kurze Stöcke, die man zusammenstecken konnte, um eine Banane außerhalb seines Käfigs zu erreichen. Nach sichtbarer Frustration fügte Sultan die Stöcke plötzlich zusammen und holte die Banane – ein Beweis für Einsicht statt Versuch-und-Irrtum-Lernen. Die menschliche Intelligenz wurde auf dieselbe Weise vermessen, von außen nach innen: Charles Spearman schlug einen allgemeinen Intelligenzfaktor vor, den g-Faktor; Howard Gardner plädierte für acht eigenständige Intelligenzen – sprachlich, logisch-mathematisch, räumlich, musikalisch, körperlich-kinästhetisch, interpersonell, intrapersonell und naturalistisch; Robert Sternberg teilte sie in analytische, kreative und praktische Intelligenz.

Einsichtslernen zerbrach die Annahme, dass alles Lernen langsame Verstärkung ist, und zeigte, dass Probleme durch plötzliche Umstrukturierung gelöst werden können – bei Schimpansen wie bei dir. Die Intelligenzdebatte, eine allgemeine Fähigkeit gegen viele Arten, ist eigentlich eine Frage darüber, was als klug gilt. Gardners acht Typen und Sternbergs drei bieten ein Vokabular für Fähigkeiten, die IQ-Tests verfehlen, etwa den Raum lesen oder ein Problem ohne Handbuch lösen.

Probier es aus: Wenn du diese Woche an einem Problem festhängst, geh komplett weg; Einsicht kommt oft, wenn du aufhörst zu rackern.

Draht-Mütter und Wassergläser: was Kinder wirklich brauchen

Harry Harlows Bindungsexperimente mit Rhesusaffen werden ausführlich dargestellt. Affenbabys wurden von ihren Müttern getrennt und bekamen zwei Ersatzmütter: eine aus Draht,

die Milch gab, und eine aus weichem Frotteestoff, die keine Milch gab. Die Affen verbrachten bis zu 18 Stunden pro Tag an der Stoffmutter klammernd und rannten zu ihr, wenn sie erschreckt wurden – ein Beweis, dass Körperkontakt, nicht nur Fütterung, für Bindung entscheidend ist. Das Buch behandelt die Bindungstheorie, einschließlich Mary Ainsworths Strange-Situation-Test, der sichere, vermeidende und ambivalente Bindungsstile identifizierte. Jean Piagets Konservierungsaufgabe wird beschrieben: Ein Kind sieht zwei identische Gläser mit gleichen Wassermengen. Das Wasser aus einem Glas wird in ein höheres, dünneres Glas gegossen. Kinder in der präoperationalen Phase (2 bis 7 Jahre) sagen typischerweise, das höhere Glas habe mehr Wasser, und scheitern an der Mengenerhaltung, während konkret-operationale Kinder (7 bis 11 Jahre) erkennen, dass die Mengen gleich sind.

Entwicklung läuft in Stufen ab, die du beobachten kannst: Piagets Konservierungsaufgabe zeigt, dass die Logik von Kindern qualitativ anders ist, nicht nur schwächer als die Logik von Erwachsenen. Harlows Affen stürzten die fütterungsbasierte Sicht auf Liebe; Trost selbst ist ein Bedürfnis. Ainsworths Stile deuten an, dass die ersten Beziehungen Schablonen für spätere setzen. Zusammen erklären sie, warum ein umarmtes Kind und ein gefüttertes Kind nicht dasselbe sind.

Probier es aus: Wenn ein kleines Kind in deinem Leben auf etwas Unlogischem beharrt, probiere Piagets Wassertrick und beobachte sein Denken, ohne es zu korrigieren.

Die Pyramide, die erklärt, warum du dich auf leerem Magen nicht selbst verwirklichen kannst

Das Buch behandelt Abraham Maslows Bedürfnishierarchie, dargestellt als Pyramide mit fünf Ebenen: physiologische Bedürfnisse (Hunger, Durst) an der Basis, dann Sicherheitsbedürfnisse, Bedürfnisse nach Liebe und Zugehörigkeit, Bedürfnisse nach Anerkennung und an der Spitze die Selbstverwirklichung; Maslow schlug vor, dass untere Bedürfnisse zumindest teilweise erfüllt sein müssen, bevor höhere Bedürfnisse motivierend werden. Die Emotion bekam eigene Theorien: Die James-Lange-Sicht sagt, die physiologische Erregung kommt zuerst, die Cannon-Bard-Sicht sagt, Erregung und Gefühl geschehen gleichzeitig, und die Zwei-Faktoren-Theorie von Schachter und Singer sagt, Emotion ist physiologische Erregung plus ein kognitives Etikett. Das Buch beschreibt Paul Ekmans Forschung zu Gesichtsausdrücken. Ekman zeigte Fotografien von sechs Grundemotionen – Glück, Traurigkeit, Wut, Angst, Überraschung und Ekel – Menschen in verschiedenen Kulturen, einschließlich der isolierten Fore auf Papua-Neuguinea. Die Erkennungsraten für diese Ausdrücke waren über Kulturen hinweg konstant hoch, im Durchschnitt 80 bis 90 Prozent Genauigkeit.

Motivation hat eine Ordnung, und das Überspringen von Stufen scheitert: Du kannst nicht Sinn jagend herumlaufen, während deine Grundbedürfnisse unerfüllt bleiben – deshalb taucht Maslows Pyramide immer noch überall auf, vom Management bis zur Therapie. Ekmans interkulturelle Trefferquoten deuten an, dass manche emotionale Ausdrücke universell menschlich sind, keine gelernten Konventionen. Die Zwei-Faktoren-Theorie erklärt, warum dasselbe rasende Herz sich wie Angst oder wie Aufregung anfühlen kann, je nachdem, wie du die

Situation etikettierst.

Probier es aus: Etikettiere einen Nervositätsanfall diese Woche laut als Aufregung um und beobachte, ob sich das Gefühl verschiebt.

Id, Ich und OCEAN: die vielen Wege, eine Persönlichkeit zu vermessen

Das Buch behandelt Freuds Struktur der Persönlichkeit: das Es (Lustprinzip), das Ich (Realitätsprinzip) und das Über-Ich (moralische Komponente). Das Buch behandelt Freuds Abwehrmechanismen, darunter Verdrängung, Verleugnung, Projektion, Rationalisierung und Sublimierung. Das Buch behandelt die Big-Five-Faktoren der Persönlichkeit: Offenheit, Gewissenhaftigkeit, Extraversion, Verträglichkeit und Neurotizismus (OCEAN); diese Traits zeigen im Erwachsenenalter Stabilität, mit Korrelationen von etwa 0,50 bis 0,70 über Zehnjahresintervalle. Das Buch behandelt Carl Rogers' personenzentrierten Ansatz und das Konzept der bedingungslosen positiven Wertschätzung, mit Betonung von Empathie und Echtheit.

Persönlichkeit lässt sich lesen als Konflikt (Freud), als stabile Traits (die Big Five) oder als ein Selbst, das auf sein Potenzial hinfiebt (Rogers). Die Trait-Daten sind die Überraschung für Skeptiker: Persönlichkeit ist nicht in der Kindheit festgelegt, aber sie ist bemerkenswert stabil und hält Korrelationen von 0,50 bis 0,70 über ein Jahrzehnt Erwachsenenlebens. Rogers' Punkt ergänzt die Zahlen: Annahme ist keine Nachsicht, sie ist der Boden, in dem Veränderung wächst.

Probier es aus: Bewerte dich heute selbst von 1 bis 10 auf jedem Big-Five-Trait, dann bitte jemanden, der dich gut kennt, dich zu bewerten, und vergleiche.

Schocks, Linien und ein falsches Gefängnis: wie gute Menschen schiefgehen

Das Buch behandelt Stanley Milgrams Gehorsamsexperimente (1963), in denen Teilnehmer angewiesen wurden, einem 'Lernenden' für falsche Antworten elektrische Schocks zu verabreichen, mit Schockstufen beschriftet von 15 Volt (leichter Schock) bis 450 Volt (XXX); 65% der Teilnehmer gehorchten der Autorität vollständig und verabreichten den maximalen 450-Volt-Schock, selbst wenn der Lernende schrie und verstummte. Das Buch behandelt Philip Zimbardos Stanford Prison Experiment (1971), in dem 24 männliche Studenten zufällig als Wärter oder Häftlinge in einem simulierten Gefängnis im Keller des Psychologiegebäudes von Stanford eingeteilt wurden; das Experiment war auf 2 Wochen geplant, wurde aber nach nur 6 Tagen abgebrochen, weil die Wärter zunehmend missbräuchlich wurden und die Häftlinge Anzeichen von extremem Stress und emotionalem Zusammenbruch zeigten. Das Buch behandelt Solomon Aschs Konformitätsexperimente, in denen Teilnehmer sich einem offensichtlich falschen Gruppenurteil über Linienlängen anschlossen; etwa 75% der Teilnehmer konformten mindestens einmal.

Die Situation schlägt den Charakter öfter, als wir zugeben. Milgram, Zimbardo und Asch bauten jeweils gewöhnliche Aufbauten — ein Labor, ein Keller, ein Linienurteil — und sahen gewöhnlichen Menschen zu, wie sie gehorchten, sich anpassten oder missbrauchten. Das Buch

behandelt den fundamentalen Attributionsfehler — die Tendenz, persönlichkeitsbasierte Erklärungen für das Verhalten anderer zu überschätzen, während man situative Faktoren unterschätzt. Das Buch behandelt kognitive Dissonanz, ein von Leon Festinger eingeführtes Konzept, das das Unbehagen beschreibt, das entsteht, wenn Einstellungen und Verhalten inkonsistent sind.

Probier es aus: Bevor du diese Woche das Verhalten von jemandem beurteilst, liste zwei situative Drücke auf, die es erklären könnten, bevor du den Charakter beschuldigst.

Typ-A-Herzen und das Erschöpfungsstadium: was Stress mit dem Körper macht

Das Buch behandelt das Typ-A-Verhaltensmuster, identifiziert von den Kardiologen Meyer Friedman und Ray Rosenman in den 1950ern, gekennzeichnet durch Wettbewerbsorientierung, Ungeduld und Feindseligkeit, als Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen; eine Längsschnittstudie mit 3.154 Männern im Alter von 39 bis 59 fand, dass diejenigen mit Typ-A-Verhalten über einen Nachbeobachtungszeitraum von 8,5 Jahren doppelt so wahrscheinlich koronare Herzkrankheit entwickelten. Das Buch behandelt Hans Selyes Allgemeines Adaptationssyndrom (GAS), das drei Stadien umfasst: Alarm, Widerstand und Erschöpfung.

Stress ist nicht nur eine Stimmung; er ist eine physiologische Sequenz mit einem Endpunkt, und Selyes drei Stadien geben ihm eine Gestalt, die du an dir selbst erkennen kannst. Die Typ-A-Befunde sind wichtig, weil sie Feindseligkeit, nicht nur Betriebsamkeit, als die gefährliche Zutat ausmachen und das Herzkrankheitsrisiko in einer riesigen Stichprobe verdoppeln. Stressmanagement wird konkret, sobald du weißt, in welchem Stadium du bist: Alarm verlangt Ruhe, Erschöpfung verlangt Veränderung.

Probier es aus: Verfolge deinen Stress eine Woche lang und etikettiere, in welchem GAS-Stadium du jeweils an einem Tag bist; handle entsprechend.

Wenn der Verstand zerbricht: Störungen benennen, von Angst bis Schizophrenie

Das Buch bespricht das DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition) als das Standard-Klassifikationssystem für psychische Störungen und stellt fest, dass es für jede Störung Kriterien auflistet und 2013 veröffentlicht wurde. Das Buch bespricht die Major Depression (gedrückte Stimmung und Verlust von Interesse oder Freude für mindestens zwei Wochen) und die bipolare Störung (abwechselnde manische und depressive Episoden) als affektive Störungen. Das Buch bespricht die Schizophrenie, einschließlich ihrer Positivsymptome (Halluzinationen, Wahnvorstellungen) und Negativsymptome (flacher Affekt, sozialer Rückzug), und stellt fest, dass sie weltweit etwa 1% der Bevölkerung betrifft. Das Buch bespricht Angststörungen, einschließlich generalisierter Angststörung, Panikstörung, Phobien und Zwangsstörung (OCD).

Diagnose ist eine Landkarte, kein Urteil: Die Kriterien des DSM-5 existieren, damit Kliniker mit demselben Label dasselbe meinen, was Forschung und Behandlung möglich macht. Die

Positiv-Negativ-Spaltung bei Schizophrenie wird oft missverstanden – Halluzinationen sind Zusätze zur Erfahrung, flacher Affekt ist eine Abziehung davon. Zu wissen, dass weltweit etwa 1 von 100 Menschen mit Schizophrenie lebt, rahmt sie um vom Filmmonster zu einer häufigen, behandelbaren Erkrankung.

Probier es aus: Wenn du hörst, dass ein Label für psychische Gesundheit beiläufig als Beleidigung verwendet wird, prüfe die tatsächlichen Kriterien, bevor du es weitergibst.

Wirkt Therapie? Die Antwort aus 375 Studien

Das Buch bespricht die Wirksamkeit von Psychotherapie und stellt fest, dass die Forschung ihren Nutzen über verschiedene Störungen hinweg im Allgemeinen unterstützt; eine Metaanalyse von Mary Lee Smith und Gene Glass (1977) analysierte 375 Studien und fand, dass die durchschnittliche Person, die Psychotherapie erhielt, besser dran war als 75 Prozent der unbehandelten Personen. Das Buch bespricht die kognitive Therapie, entwickelt von Aaron Beck, die sich auf das Identifizieren und Verändern verzerrter Denkmuster konzentriert; Beck fand, dass depressive Personen automatische negative Gedanken haben, die eine kognitive Triade negativer Ansichten über das Selbst, die Welt und die Zukunft widerspiegeln, und die Therapie beinhaltet das Infragestellen von Verzerrungen wie Übergeneralisierung und Katastrophisieren. Das Buch bespricht die humanistische Therapie, insbesondere Carl Rogers' klientenzentrierte Therapie, die Empathie, Echtheit und bedingungslose positive Wertschätzung betont, wobei der Therapeut die Gefühle des Klienten spiegelt. Das Buch bespricht biologische Therapien, einschließlich antipsychotischer Medikamente (z. B. Chlorpromazin bei Schizophrenie), Antidepressiva (z. B. SSRI wie Prozac) und Elektrokrampftherapie (ECT) bei schwerer Depression, und stellt fest, dass ECT wirksam ist, aber Gedächtnisnebenwirkungen hat.

Die Metaanalyse ist wichtig, weil sie Anekdote in Evidenz umwandelt: Der Nutzen von Therapie ist real, messbar und groß. Verschiedene Wege – Gedanken verändern, Akzeptanz anbieten oder die Gehirnchemie verändern – können bei Linderung zusammenkommen, was darauf hindeutet, dass keine einzelne Schule das Heilen besitzt. Der Ruf von ECT ist schlechter als seine Bilanz; sie wirkt bei schwerer Depression, obwohl Gedächtnisnebenwirkungen real sind. Die Passung von Ansatz zu Problem ist die praktische Fähigkeit.

Probier es aus: Wenn du über eine Therapie nachdenkst, schreibe diese Woche die negativen Gedanken auf, die wiederkehren, und notiere, welcher von Becks Verzerrungen sie entsprechen.

Die besten Zitate

- "der königliche Weg zum Unbewussten" - Sigmund Freud
- "Hau ihm auf die Nase" - das erwachsene Modell in Banduras Bobo-Puppen-Experiment
- "Wie schnell fahren die Autos, als sie ineinanderkrachten?" - Elizabeth Loftus' Studienfrage
- "Die magische Zahl Sieben, Plus oder Minus Zwei" - George Miller

Kritik

Als Überblickslehrbuch tauscht es Tiefe gegen Breite: Jede Theorie bekommt Seiten, keine Kapitel, sodass Debatten wie die Replikationsbedenken bei klassischen sozialpsychologischen Experimenten oder die kulturellen Grenzen von Piagets Stufen wenig Raum bekommen. Manche berühmte Studien werden sauberer dargestellt, als die spätere Forschung sie behandelt. Die schiere Zahl der Rahmenmodelle kann ohne aktive Wiederholung verschwimmen. Leser, die in ein einzelnes Gebiet eintauchen wollen — klinische Methoden, Neurowissenschaften oder Sozialpsychologie — brauchen ergänzende Quellen.

In einem Satz

Dein Geist ist erkennbar, und der schnellste Weg zu dieser Erkenntnis sind die Experimente, die ihn kartiert haben, von Gages Eisenstange bis zu Milgrams Schockmaschine.

Für wen sich das Buch eignet

Alle, die jemals einer Erinnerung vertraut, einer Regel gehorcht oder sich gefragt haben, warum sie tun, was sie tun — das heißt: alle. Studierende finden hier die klarste Führung durch das Fach, die es gibt, und neugierige Leser bekommen ein Wissenschaftsbuch, das den Geist als das persönlichste aller Themen behandelt.