

Inhalt

Habituation
Haldol-Janssen
Hemmung/-en

Seite 2
Seite 3
Seite 4

Habituation

Der Begriff „Habituation“ (lat.: mit etwas behaftet sein) stammt aus dem Behaviorismus und beschreibt dort, dass mehrfach ausgelöste unbedingte Reflexe an Stärke abnehmen. Das Wegziehen der Hand bei plötzlicher Berührung ist ein Schutzreflex. Er wird auch ohne irgendeine Bestrafung (ohne negative Verstärkung) immer langsamer und schwächer, wenn sich die Berührung wiederholt. In einem allgemeineren Sinn bezeichnet Habituation Vorgänge der Gewöhnung oder Reaktionsabschwächung.

Von bloßer Ermüdung oder einer Verminderung der Motivation unterscheidet die Habituation sich, weil sie reizspezifisch ist. Hört ein Mensch neben sich ein Geräusch, reagiert er mit einer Wendung des Kopfs zur Geräuschquelle, bei Wiederholung jedoch bald nicht mehr. Wird das Geräusch deutlich verändert, bewirkt es wieder dieselbe Wendung wie zu Anfang. Daher handelt es sich bei der Habituation zwar um die einfachste, aber doch um eine Form echten Lernens, denn das Verhalten passt sich durch Habituation an Informationen aus der Umwelt an. Ermüdung kann zwar die Reaktionsbereitschaft allgemein senken, nicht aber in bezug auf einen spezifischen Sinneseindruck. Auf der anderen Seite darf Habituation nicht mit der Löschung von Reaktionen verwechselt werden, die nicht nur durch Reizwiederholung, sondern durch Gegenerfahrungen bewirkt wird. Das verhaltenstherapeutische „flooding“ (Verhaltenstherapie) beruht auf Extinktion, nicht auf Habituation. Die Funktion der Habituation ist, dass man Reize, auf die weder positive noch negative Erfahrungen folgen, nicht mehr beachtet. Dadurch trägt sie auf einer frühen Stufe der Informationsverarbeitung dazu bei, dass bedeutsame Reize aus der Flut der Wahrnehmungen ausgefiltert werden und bedeutungslos unwirksam bleiben. Subjektiv wird dies als unbewusster Einfluss auf die Aufmerksamkeit erlebt, bis dahin, dass selbst starke Sinnesreize nach langer Gewöhnung keine Beachtung mehr finden. Bekannt ist das Beispiel von Menschen, die neben einer Bahntrasse wohnen und die im gewohnten Takt fahrenden Züge nicht wahrnehmen, jedoch aufmerksam werden, wenn ein Zug ausfällt.

(Quelle: Psychologie)

Haldol-Janssen

Siehe unter Psychopharmaka

Hemmung/-en

1. Zustand, der der Erregung polar entgegengesetzt ist; bei vielen Physiologischen Abläufen gibt es einen Wechsel zwischen Hemmung und Erregung.
2. Behinderung oder Bremsung einer Funktion durch eine andere.
 - a) Hemmung des Zustroms an Assoziationen ins Bewusstsein durch krankhafte Verlangsamung des Denkablaufs;
 - b) Hemmung der Tätigkeit von Neuronengruppen durch die Erregung anderer, übergeordneter Neuronengruppen; z.B. tritt eine „affektive Hemmung“ auf, wenn nach der Informationsaufnahme oder nach dem Lernen ein starker Affekt erregt wird.
3. Ranschburgsche Hemmung Sprachliche Fehlleistung, vor allem in geschriebenen Sätzen, bei der hintereinander stehende, gleichlautende Silben zusammengezogen oder ganz ausgelassen werden; z.B. „du bist hoffentlich nass geworden“ statt „du bist hoffentlich nicht nass geworden?“ tritt bei Schizophrenie, aber auch bei Ermüdungszuständen auf.
4. Hemmung im Sinne von Gehemmtheit: Übergroße Zurückhaltung und Schüchternheit; in der psychoanalytischen Deutung durch Verdrängung entstandene Anomalie des Antriebserlebens. Am Beginn steht häufig erlebtes Versagen und Entmutigung. Der Betroffene wird zunehmend passiv. Gleichzeitig werden die innerlich vorhandenen hohen Ansprüche noch verstärkt, für die es dann keine reale Möglichkeit der Erfüllung mehr gibt; die Folge ist weiterer Rückzug und erlebte Minderwertigkeit.

Hemmungen in Psychotherapie und Seelsorge/Beratung

Hier ist die Seelsorge-/Beratungsbeziehung besonders wichtig. Der Seelsorger/Berater muss empathisch, einfühlsam mit dem Ratsuchenden umgehen, damit dieser seine Hemmung in erster Linie einmal gegenüber der Person des Seelsorgers/Beraters überwinden kann. Außerdem wäre eine Therapiegruppe für den Ratsuchenden hilfreich, in deren geschützter Atmosphäre er schrittweise lernen kann, sich zu öffnen.