



Der amerikanische Psychologe J. B. Watson gilt als der Begründer des Behaviorismus. Er vertrat die Meinung, dass eine psychologische Untersuchung sich ausschließlich auf das sichtbare Verhalten von Mensch oder Tier konzentrieren sollte.

Watson stützte sich auf die Beobachtungen von Pawlow und versuchte diese auf den Menschen zu übertragen. In Pawlows Untersuchungen waren alle Versuche ausschließlich an Tieren vorgenommen worden. Watson überprüfte die Pawlow'sche Erkenntnis am Menschen. **Er vertrat die Meinung, dass jegliches Verhalten konditionierbar sei.**

Von vielen Lerntheoretikern wird Watson – der eine ausführliche Korrespondenz mit Pawlow führte – als der eigentliche Vater und Begründer des Behaviorismus angesehen.

Watson wurde durch seinen Versuch mit dem *kleinen Albert* bekannt (Watson & Rayner, 1920). Albert, ein neun Monate alter Junge, befand sich durch einen Krankenhausaufenthalt in Watsons Wirkungskreis. Watson versuchte, die klassische Konditionierung auf den Menschen zu übertragen:

Der kleine Albert ('little Albert')

Albert hatte keine Angst vor Ratten - er konnte sogar mit einer zahmen Ratte spielen. Diese Situation nutzte Watson, um dem Jungen eine Angst zu konditionieren, eine Angst vor Ratten. Immer wenn Albert die Ratte (NS) zu sehen bekam, wurde hinter dem Jungen mit einem Hammer auf ein Stahlrohr geschlagen. Dieses laute und unangenehme Geräusch brachte Albert erschrocken zum Weinen. Nach sehr wenigen Wiederholungen begann das Kind beim Anblick der Ratte sofort zu weinen, schon bevor der Lärm ertönte. Man könnte sagen, dass Watson eine "experimentelle Neurose", wie sie Pawlow bezeichnete, konditioniert hatte.

Nach sieben Versuchsdurchgängen reagierte *Albert* auf die Ratte mit Furcht, selbst dann, wenn ihrer Darbietung kein Knall mehr folgte.

- ▶ Ratte (neutraler Stimulus, NS) → keine spezifische Reaktion
- ▶ lautes Geräusch (unkonditionierter Stimulus, UCS) → Erschrecken und Weinen (unkonditionierte Reaktion, UCR)
- ▶ *wiederholte Paarung von NS + UCS* → UCR
- ▶ Ratte (der ehemals neutrale Stimulus ist jetzt ein konditionierter Stimulus, CR) → Erschrecken und Weinen (konditionierte Reaktion, CR)

1. Situation [Bild 1]

Das Kind kann mit dem Tier spielen. Das Tier stellt einen NS dar, der keine spezifische (natürliche) Reaktion auslöst.

2. Situation [Bild 2]

Der Schlag mit einem Hammer auf eine Eisenstange (UCS) löst bei dem Kind erschrockenes Entsetzen aus. Das Kind fängt als natürliche Reaktion auf dieses laute Geräusch an zu weinen (UCR).

3. Situation [kein Bild]

Die Reize aus Bild 1 und 2 werden wiederholt zusammen dargeboten (NS = Kaninchen + UCS = lautes Geräusch).

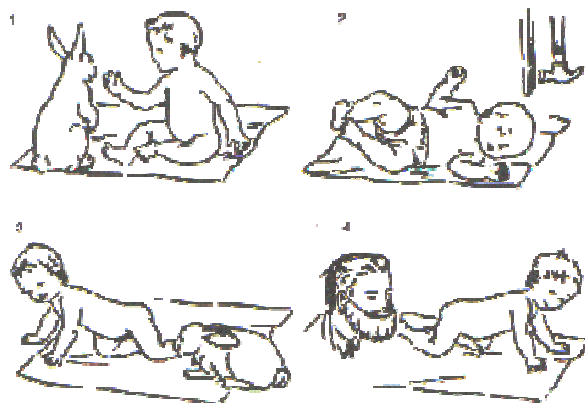
4. Situation [Bild 3]

Das Kaninchen (konditionierter Stimulus, CS) löst beim Kind nun Angst und Furcht aus (konditionierte Reaktion, CR), da das Kaninchen mit dem unangenehmen Geräusch assoziiert wird.

5. Situation [Bild 4]

Die konditionierte Reaktion (Angst, Furcht) wird bereits durch einen Reiz ausgelöst, der an das Kaninchen erinnert (im Bild der Bart). Der Reiz wurde generalisiert und auf den Bart übertragen.

Die untenstehende Grafik veranschaulicht die Erzeugung einer Phobie mittels klassischer Konditionierung (hier mit einem Kaninchen statt einer Ratte).



Bildquelle: Mietzel (1998 a, 129)

Albert wurde aus dem Krankenhaus entlassen, bevor Watson die Gegenkonditionierung (die Extinktion der Angst vor dem Tier) vornehmen konnte.

"Unglücklicherweise wurde Albert entlassen, bevor Watson mit der Gegenkonditionierung beginnen konnte. Vier Jahre später wurde von Mary Cover Jones bewiesen, dass Watsons Versuch aller Wahrscheinlichkeit nach geglückt wäre. Sie stieß auf einen kleinen Jungen namens Peter, der sich sehr vor Hasen fürchtete. Es gelang ihr durch klassische Konditionierung, ihn von seiner Furcht zu heilen (Jones, 1974)." Lefrancois (1994, 21)

Jones (1924) führte bei dem dreijährigen Peter die Gegenkonditionierung durch. Fast wie eine Fortsetzung zu dem Versuch von Watson hatte Peter Angst vor Kaninchen (statt Ratten bei Watson). Jones unternahm eine schrittweise Annäherung des gefürchteten Objekts, während Peter dabei jedes Mal seine Lieblings Speise erhielt. So konnte Peter das Tier immer näher an sich heranlassen, ohne die Angstreaktion gegenüber dem Kaninchen zu zeigen. Zum Schluss der Behandlung konnte Peter das Kaninchen auf den Arm nehmen und es streicheln.

Untersuchungen haben gezeigt, dass es bei Menschen nicht immer einer Wiederholung der Reizsituation bedarf: Ist die Paarung von zwei Reizen so beeindruckend, genügt z. T. eine Paarung, um dem Menschen eine konditionierte Reaktion beizubringen.

Beispiel für die Einmal-Paarungs-Konditionierung:

Ein Kind spielt mit einem unbekanntem Hund und ist somit unerfahren im Umgang mit dem Tier. Der Hund nagt an einem Knochen, den das Kind ihm spielerisch wegnehmen möchte. Anfangs versucht der Hund das Kind gutmütig durch Knurren zu verscheuchen. Da das Kind jedoch nicht aufgibt, knurrt der Hund böse und beißt das Kind leicht in die Hand.

In der Regel ist bedarf es jedoch mehrerer Koppelungen, um eine stabile Reiz-Reaktions-Koppelung zu erreichen. Edelmann (1996, 69) geht von mindestens fünf, manchmal jedoch auch über hundert Koppelungen aus.

Viele menschliche Furchtreaktionen sind wahrscheinlich als Ergebnis von $NS \rightarrow UCS \rightarrow UCR$ - Abfolgen zustande gekommen, vor allem während der frühen Kindheit (Jacobs & Nadel, 1985). Im Unterschied zu Pawlows Hunden reicht beim Menschen unter Umständen ein einziges besonders schreckenerregendes Ereignis aus, um eine konditionierte Furcht entstehen zu lassen [...]." Mietzel (1998, 129 f)

Da der Biss des Hundes für das Kind eine schlimme Reaktion des Tieres darstellt, ist es nicht notwendig, diese Paarung zu wiederholen, um eine Reizkonditionierung zu erfahren: Das Kind assoziiert jetzt das Hundeknurren mit einem folgenden Schmerz. Zukünftig mag diese Assoziation dazu führen, dass das Kind in einer Folgesituation diesen Schmerz zu umgehen versucht (z. B. durch Weglaufen, Vermeidung von jeglichem Kontakt zu Hunden, ...).

- ▶ Knurren des Hundes (neutraler Stimulus, NS) \rightarrow keine spezifische Reaktion
- ▶ Biss (unkonditionierter Stimulus, UCS) \rightarrow Erschrecken und das Empfinden von Schmerzen (unkonditionierte Reaktion, UCR)
- ▶ *einmalige Paarung von NS + UCS \rightarrow UCR genügt, da die Verknüpfung besonders imposant für das Kind ist*
- ▶ Knurren des Hundes (der ehemals neutrale Stimulus ist jetzt ein konditionierter Stimulus, CR) \rightarrow Erschrecken und Vermeidungsverhalten, da Angst vor einem erneuten Biss (konditionierte Reaktion, CR)

Watsons berühmtester Satz

"Gebt mir ein Dutzend gesunde, gut gebaute Kinder und meine eigene spezifizierte Welt, um sie darin großzuziehen, und ich garantiere, dass ich irgendeines aufs Geratewohl herausnehme und es so erziehe, dass es irgendein beliebiger Spezialist wird, zu dem ich es erwählen könnte - Arzt, Jurist, Künstler, Kaufmann, ja sogar Bettler und Dieb, ungeachtet seiner Talente, Neigungen, Absichten, Fähigkeiten und Herkunft seiner Vorfahren. (Watson 1914 zit. nach Bonin 1983, S. 329)" Zimbardo (1992, 242)



Erarbeiten Sie ein ausgereiftes Konzept, um ein Anti-Flugangst-Training mit phobischen Klienten durchführen zu können.