

Systemisches Coaching

# Konditionierung

Hausarbeit

Ralf Falkenstein

6.3.2023

## Inhalt

1. Was ist Konditionierung .....	2
1.1. Definition Konditionierung.....	2
2. Welche Arten von Konditionierung gibt es .....	2
2.1. Klassische Konditionierung.....	2
2.1.1. Definition von Klassischer Konditionierung.....	3
2.2. Operante Konditionierung.....	3
2.2.1. Definition von Operante Konditionierung.....	3
3. Klassische Konditionierung nach Pawlow .....	3
4. Operante Konditionierung nach Skinner.....	5
5. Beispiele für Klassische Konditionierung.....	6
6. Beispiele für Operante Konditionierung .....	8
7. Kann Konditionierung aufgehoben werden? .....	10
8. Fazit .....	11
9. Quellen .....	12

## 1. Was ist Konditionierung

Konditionierung bezieht sich auf einen Prozess, bei dem ein bestimmtes Verhalten eines Individuums durch wiederholte Assoziation mit einem bestimmten Reiz erworben oder modifiziert wird. Es gibt verschiedene Arten der Konditionierung, die in der Psychologie und anderen Bereichen der Verhaltenswissenschaften untersucht werden, wie die klassische Konditionierung und die operante Konditionierung.

In der Psychologie wird Konditionierung auch oft als Lernprozess betrachtet, da sie dazu beiträgt, dass Individuen bestimmte Verhaltensweisen erwerben oder vermeiden. Konditionierung ist auch ein wichtiger Bestandteil der Verhaltensänderungstherapie, die darauf abzielt, negative Verhaltensmuster durch die Anwendung von Verstärkern und Strafen zu verändern.

Ein wichtiger Faktor bei der Konditionierung ist die zeitliche Nähe zwischen dem Reiz und der Reaktion.

### 1.1. Definition Konditionierung

Unter Konditionierung versteht man in der Lernpsychologie Formen des Lernens von Reiz-Reiz-Assoziationen bzw. Reiz-Reaktions-Assoziationen durch wiederholte Koppelung von Reizen.

## 2. Welche Arten von Konditionierung gibt es

Grundsätzlich ist Konditionierung eine Lerntheorie, die jedoch experimentell belegt ist. Diese Lerntheorie basiert auf dem Reiz-Reaktionsmodell.

Bei der Konditionierung gilt es zwischen verschiedenen Verfahren zu unterscheiden. Zum einen die Klassische Konditionierung (Reiz und Reaktion), des Weiteren die Operante Konditionierung (Reiz, positiver oder negativer Verstärker, Reaktion).

### 2.1. Klassische Konditionierung

Ein neutraler Reiz wird mit einem Reiz verbunden der einen Reflex ausführt. Später löst der neutrale Reiz die Reaktion allein aus.

Die klassische Konditionierung wurde am bekanntesten durch das berühmte Experiment von Ivan Pavlov mit Hunden, bei dem er zeigte, dass Hunde lernen können, Nahrung mit einem bestimmten Signal, wie zum Beispiel dem Läuten einer Glocke, zu assoziieren.

### 2.1.1. Definition von Klassischer Konditionierung

Klassische Konditionierung ist eine behavioristische Lerntheorie, die besagt, dass eine unbedingte Reaktion (meist instinktiv vorhanden) durch Lernprozesse von einem Reiz auf einen anderen Reiz übertragen werden kann.

## 2.2. Operante Konditionierung

Durch das Herbeiführen einer Belohnung oder Bestrafung wird ein Verhalten gelernt. Das Individuum (Lebewesen) selbst entscheidet wie häufig es durch ein bestimmtes Verhalten belohnt oder bestraft wird.

Die operante Konditionierung wurde durch das Experiment von B.F. Skinner bekannt, bei dem er zeigte, dass Verhaltensweisen durch Konsequenzen verstärkt oder abgeschwächt werden können. Zum Beispiel wird ein Verhalten durch positive Verstärkung verstärkt, wenn eine Person für das Verhalten belohnt wird, und durch negative Verstärkung verstärkt, wenn eine unangenehme Erfahrung vermieden wird.

### 2.2.1. Definition von Operante Konditionierung

Bei der operanten Konditionierung wird Einfluss auf die Auftrittshäufigkeit einer Verhaltensweise genommen. Erwünschte Verhaltensweisen werden durch angenehme Konsequenzen (Positive Verstärkung) bzw. durch das Ausbleiben unangenehmer Konsequenzen (Negative Verstärkung) belohnt.

## 3. Klassische Konditionierung nach Pawlow

### **Pawlowscher Hund**

Das Experiment von Pawlow, das auch als „Pawlowscher Hund“ bekannt ist, wurde in den 1890er Jahren durchgeführt, um das Verhalten von Hunden zu untersuchen und zu verstehen, wie sie auf bestimmte Reize reagieren. Das Experiment wurde von dem russischen Physiologen Ivan Pawlow durchgeführt.

Das Experiment, Pawlowscher Hund bietet auch heute noch ein klassisches Beispiel, um das grundsätzliche Prinzip der Lerntheorie darzustellen.

Dabei untersuchte Pawlow den Speichelfluss bei Hunden. Pawlow stellte fest: durch den Geruch und durch den Anblick von Futter wird bei Hunden der Speichelfluss deutlich angeregt.

In diesem Experiment stellte das Futter einen unbedingten Reiz dar, der die Reaktion des Speichelflusses herbeiführte. Diese Reaktion ist eine angeborene Reaktion bei Hunden und muss nicht erst gelernt werden.

Pawlow nutzte eine Glocke als neutralen Reiz. Zu Beginn des Experiments zeigten die Hunde außer Neugier keine weiteren spezifischen Reaktionen auf den neuen Reiz.

Während der Experimente wurden den Hunden neben der Nahrung gleichzeitig ein Glockenschlag präsentiert. Da der Hund auf das Futter reagierte setzte der Speichelfluss ein.

Mit der Zeit lernten die Hunde, die Glocke mit der Nahrung zu verknüpfen, und begannen, auf das Klingeln der Glocke mit einem Verlangen nach Nahrung zu reagieren. Selbst wenn keine Nahrung präsentiert wurde, setzte bei den Hunden nach dem Erklingen des Glockenschlags der vermehrte Speichelfluss ein.

Die Glocke, oder genauer der Glockenschlag, ist vom anfänglich neutralen Reiz zu einem bedingten Reiz geworden. Den vermehrten Speichelfluss als Reaktion bezeichnet man jetzt als bedingte Reaktion.

Die neue Konditionierung ist darauf zurückzuführen das Pawlow unmittelbar zu dem Futter den Glockenschlag erklingen ließ. Dadurch ist ein direkter Zusammenhang zwischen Futter und Glocke entstanden. Wenn Pawlow den Hunden das Futter gezeigt und mehrere Stunden später erst die Glocke geläutet hätte, würde in diesem Fall keine Verbindung zwischen den beiden Reizen hergestellt werden. Die Hunde hätten keine Assoziation mehr zum Glockenschlag.

---

**Iwan Petrowitsch Pawlow (1849-1936)** war ein russischer Physiologe und Mediziner, der die Verdauung von Hunden untersuchte. Mit seinem Experiment des "Pawlowschen Hundes" legte er den Grundstein für moderne Verhaltensforschung.

---

Das Experiment von Pawlow zeigte, wie Hunde, auch andere Tiere, lernen können, bestimmte Reize mit bestimmten Verhaltensweisen zu verknüpfen. Dieses Konzept der klassischen Konditionierung hat wichtige Auswirkungen auf die Psychologie und das Verhalten von Tieren und Menschen.

## 4. Operante Konditionierung nach Skinner

### **Skinner Box**

Der Experimentierkasten "Skinner Box" wurde von dem amerikanischen Psychologen B.F. Skinner entwickelt, um das Verhalten von Tieren unter kontrollierten Bedingungen zu untersuchen.

B.F. Skinner führte in den 1930er Jahren eine Reihe von Experimenten durch, um die Prinzipien des operanten Konditionierens zu untersuchen. Das Ziel war es, zu verstehen, wie Verhaltensweisen durch Belohnungen und Bestrafungen geformt und verstärkt werden können.

Ein bekanntes Experiment, das Skinner durchgeführt hat, ist das "Skinner-Box"-Experiment. Dabei handelte es sich um eine Apparatur, die aus einer Kiste bestand, in der sich eine Ratte befand. Ratte 1 konnte mittels einer Hebelstange Futter aus einem Spender erhalten. Skinner beobachtete das Verhalten der Ratte 1 und untersuchte, wie das Verhalten durch Verstärkung geformt werden konnte.

Skinner variierte die Art der Verstärkung, indem er beispielsweise die Belohnung entweder automatisch gab, wenn die Ratte 1 auf den Hebel drückte, oder sie nur dann gab, wenn die Ratte 1 eine bestimmte Sequenz von Handlungen ausführte. Er untersuchte auch, wie verschiedene Zeitpläne der Belohnung das Verhalten der Ratte 1 beeinflussten.

Ratte 2 konnte durch Betätigen einer Hebelstange Strom abschalten, der durch ein Bodengitter der "Skinner-Box" floss. Skinner beobachtete das Verhalten der Ratte 2 und bemerkte das diese immer wieder die Hebelstange bediente und damit den Strom abschaltete.

Beide Ratten hatten einen Lernerfolg. Ratte 1 hatte gelernt das sie durch das Bedienen der Hebelstange Futter erhält, Ratte 2 hatte gelernt das durch das Bedienen der Hebelstange der Strom abgeschaltet werden kann. Beide Ratten hatten gelernt, Verhalten mit positiven Konsequenzen zu wiederholen und damit negative Konsequenzen zu vermeiden.

Diese Lerneffekte nannte Skinner: Lernen durch Verstärkung oder Lernen am Erfolg

Skinner führte ähnliche Experimente mit Tauben durch und zeigte, dass auch Vögel durch operante Konditionierung lernen können, bestimmte Verhaltensweisen auszuführen.

Insgesamt trugen Skinners Experimente dazu bei, unser Verständnis davon zu vertiefen, wie Verhaltensweisen durch Belohnung und Bestrafung geformt werden können und wie diese Prinzipien auf verschiedene Arten von Lebewesen angewendet werden können.

Diese Lerneffekte nannte Skinner: Lernen durch Verstärkung oder Lernen am Erfolg

---

**Burrhus Frederic Skinner** (1904 - 1990), bekannt als B. F. Skinner, war ein US-amerikanischer Psychologe und der prominenteste Vertreter des Behaviorismus in den Vereinigten Staaten. Er prägte die Bezeichnung operante Konditionierung, erfand das sogenannte programmierte Lernen. Skinner ist der Begründer des Radikalen Behaviorismus und der Verhaltensanalyse.

---

## 5. Beispiele für Klassische Konditionierung

Klassische Konditionierung am Paradebeispiel Pawlowscher Hund ist eine Erklärung von Lernverhalten. Dazu gibt es auch einige andere klassische Konditionierungsbeispiele, die vielleicht aus dem Alltag bekannt sind:

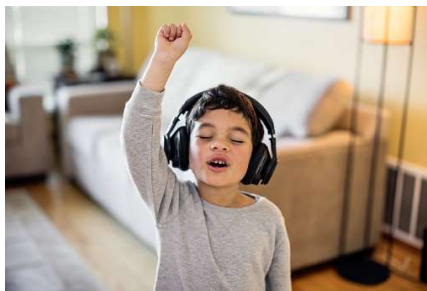
1. Angstreaktion: Ein Beispiel ist, wenn jemand eine phobische Reaktion auf eine bestimmte Situation hat, wie zum Beispiel eine Spinne. Wenn diese Person als Kind von ihren Eltern gelernt hat, dass Spinnen gefährlich sind und daraufhin selbst auch eine starke Angstreaktion hatte, kann das zu klassischer Konditionierung geführt haben. Die Person assoziiert die Spinne nun automatisch mit Angst und Schrecken.



2. Raucherentwöhnung: Ein Raucher, der beim Rauchen immer Kaffee trinkt, könnte klassisch konditioniert werden, wenn er versucht aufzuhören. Er wird dann die Zigarette vermissen, weil er den Geschmack des Kaffees automatisch mit dem Rauchen assoziiert hat.



3. Geschmackspräferenz: Wenn ein Kind immer nur Süßigkeiten isst, wenn es eine bestimmte Musik hört, wird das Kind die Musik mit dem angenehmen Geschmack von Süßigkeiten assoziieren. Später, wenn es die Musik hört, wird es sich an den Geschmack von Süßigkeiten erinnern und sich danach sehnen.





4. Übelkeit nach Krankheit: Wenn jemand eine Lebensmittelvergiftung hatte, kann er klassisch konditioniert werden, um eine Übelkeit in Gegenwart bestimmter Nahrungsmittel zu entwickeln. Die Person kann dann eine Aversion gegen das Essen dieser Lebensmittel entwickeln, weil sie sie mit Übelkeit und Unwohlsein assoziiert.



## 6. Beispiele für Operante Konditionierung

Operante Konditionierung ist ein Prozess, bei dem das Verhalten einer Person durch Konsequenzen verstärkt oder abgeschwächt wird. Hier sind einige Beispiele für operante Konditionierung:

1. Positive Verstärkung: Eine Person erhält einen Bonus für gute Arbeit. Diese positive Verstärkung erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass die Person in Zukunft ähnlich gute Arbeit leistet.



2. Negative Verstärkung: Eine Person ist in einem Raum mit lauter Musik. Wenn sie den Schalter drückt, wird die Musik ausgeschaltet. Diese negative Verstärkung erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass die Person in Zukunft den Schalter drückt, um die Musik auszuschalten.



3. Positive Bestrafung: Eine Person sagt etwas Unangemessenes zu einem Freund und wird von diesem dafür getadelt. Diese positive Bestrafung verringert die Wahrscheinlichkeit, dass die Person in Zukunft ähnliches Verhalten zeigt.



4. Negative Bestrafung: Ein Kind schlägt einen anderen und wird von seinen Eltern ins Zimmer geschickt. Diese negative Bestrafung verringert die Wahrscheinlichkeit, dass das Kind in Zukunft das gleiche Verhalten zeigt.



Diese sind einige Beispiele für operante Konditionierung wie es sein könnte. Zu beachten ist, dass jeder Mensch und jede Situation einzigartig ist! Der Prozess der operanten Konditionierung kann bei verschiedenen Menschen und in verschiedenen Situationen unterschiedlich sein.

## 7. Kann Konditionierung aufgehoben werden?

Die Aufhebung einer Konditionierung hängt von der Art der Konditionierung ab. Im Allgemeinen kann jedoch gesagt werden, dass eine Konditionierung aufgehoben werden kann, indem man das Verhalten ändert oder neue Verhaltensweisen erlernt.

Wenn es sich um klassische Konditionierung handelt, bei der eine bestimmte Reaktion aufgrund von Assoziationen mit einem bestimmten Reiz gelernt wurde, kann die Konditionierung aufgehoben werden, indem der Reiz nicht mehr mit der Reaktion assoziiert wird. Dies kann durch Extinktion erreicht werden, bei der der Reiz wiederholt ohne die ursprüngliche Reaktion präsentiert wird. Dadurch wird die Verbindung so geschwächt bis irgendwann keine Reaktion mehr stattfindet.

Bei der operanten Konditionierung, bei der ein Verhalten aufgrund von Konsequenzen verstärkt oder gehemmt wird, kann die Konditionierung aufgehoben werden, indem man die Konsequenzen ändert oder das Verhalten durch neue Verhaltensweisen ersetzt.

Es ist wichtig zu beachten, dass die Aufhebung einer Konditionierung Zeit und Anstrengung erfordert und dass es möglicherweise notwendig ist, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen, um Verhaltensmuster und Überzeugungen zu ändern.

## 8. Fazit

Konditionierung bezieht sich auf den Prozess, bei dem ein bestimmtes Verhalten durch Assoziation mit einem bestimmten Reiz erworben wird. Es gibt zwei Arten der Konditionierung: die klassische Konditionierung und die operante Konditionierung.

In der klassischen Konditionierung wird ein neutraler Stimulus (z.B. eine Glocke) mit einem Reiz (z.B. Futter) gekoppelt, um eine Reaktion (z.B. starker Speichelfluss) auszulösen. Im Laufe der Zeit wird der neutrale Stimulus allein ausreichend sein, um die gleiche Reaktion hervorzurufen.

In der operanten Konditionierung wird ein Verhalten durch Belohnung oder Bestrafung verstärkt oder abgeschwächt. Ein Verhalten, das belohnt wird, wird wahrscheinlicher wiederholt, während ein Verhalten, das bestraft wird, seltener auftritt.

Insgesamt kann Konditionierung verwendet werden, um Verhaltensänderungen bei Tieren und Menschen zu induzieren. Es ist ein wichtiger Aspekt der Verhaltenspsychologie und hat viele praktische Anwendungen in Bereichen wie der Tiertraining, Therapie und Bildung.

## 9. Quellen

[www.nachhilfe-team.net/lernen-leicht-gemacht/klassische-konditionierung/](http://www.nachhilfe-team.net/lernen-leicht-gemacht/klassische-konditionierung/)

[www.google.de](http://www.google.de)

<https://lexikon.stangl.eu/241/konditionierung>

<http://www.lern-psychologie.de/behavior/skinner.htm>

[https://de.wikipedia.org/wiki/B. F. Skinner](https://de.wikipedia.org/wiki/B._F._Skinner)

<https://pixabay.com/>

<https://www.pexels.com/>