

Michael A. Britt

PSYCHOLOGISCHE EXPERIMENTE

48 Theorien im Praxistest

**Aus dem Amerikanischen
von Svenja Tengs**

Anaconda

Lizenzausgabe mit freundlicher Genehmigung
Die amerikanische Originalausgabe erschien unter dem Titel
*Psych Experiments. From Pavlov's dogs to Rorschach's inkblots,
put psychology's most fascinating theories to the test.*
Copyright © 2016 by Simon & Schuster, Inc.

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind
im Internet unter <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© dieser Ausgabe 2017 Anaconda Verlag GmbH, Köln

Alle Rechte vorbehalten.

Umschlagmotive: [shutterstock.com/Alex Leo](https://www.shutterstock.com/Alex+Leo) (Rorschachs Tintenklecks). –

[freepik.com](https://www.freepik.com) (Hirn). – [shutterstock.com/Derya Celik](https://www.shutterstock.com/Derya+Celik)

(Zahnräder). – [shutterstock.com/dipego](https://www.shutterstock.com/dipego) (Kreis)

Umschlaggestaltung: Druckfrei. Dagmar Herrmann, Bad Honnef

Satz: InterMedia – Lemke e. K., Ratingen

Printed in Czech Republic 2017

ISBN 978-3-7306-0503-5

www.anacondaverlag.de

info@anacondaverlag.de

INHALT



| | |
|--|-----|
| Einleitung | 5 |
| Eine Einführung in psychologische Experimente | 7 |
| Klassische Konditionierung, die man selbst durchführen kann | 20 |
| Wie man dazu manipuliert wird, mehr Geld auszugeben als gewollt | 26 |
| Distanzen einschätzen – mehr Psychologie, als man denkt | 32 |
| Das Gedächtnis ist besser, als man glaubt | 36 |
| Wie Augenzeugen in die Irre geführt werden können | 42 |
| Ja, das Durchschreiten einer Tür macht vergesslich | 47 |
| Die Loci-Methode – eine der wirkungsvollsten Erinnerungstechniken | 55 |
| Wie man die Produktivität von Angestellten steigert | 63 |
| Wie man seine kreativen Fähigkeiten verbessern kann | 69 |
| Mentale Sets können das Denken beschränken | 75 |
| Ein Gesicht in der Menge erkennen | 81 |
| Wie man positiver über das Leben denkt | 87 |
| Wie psychiatrische Labels unsere Sicht auf andere beeinflussen | 94 |
| Das Design von alltäglichen Dingen | 101 |
| Schönheit liegt anscheinend nicht nur im Auge des Betrachters ... | 107 |
| Wie Rollen uns tief berühren können | 112 |
| Wenn große Anstrengung keinen Unterschied macht | 117 |
| Wie Anonymität uns gemein werden lässt | 123 |
| Warum die Partnerwahl weniger romantisch ist, als man denkt ... | 129 |
| Die Macht der Konformität | 135 |
| Was macht uns wahrhaft glücklich | 141 |
| Überzeugungsstrategien in einem Restaurant | 146 |

| | |
|---|-----|
| Außergewöhnliche Reize. | 152 |
| Kognitive Dissonanz: Wir sehen, was wir sehen wollen | 157 |
| Rorschachs Tintenklecksbilder | 162 |
| Wie sich ein Telefonat von einem persönlichen Gespräch unterscheidet | 169 |
| Sich an etwas erinnern, was nie geschah. | 174 |
| Wie und wann wir blind für Veränderungen sind | 179 |
| Warum erinnert man sich an bestimmte Dinge?. | 185 |
| Wie physikalische Wärme zu psychischer Wärme führt | 192 |
| Macht Rot attraktiver? | 199 |
| Unsere Körper beeinflussen uns mehr, als wir glauben. | 206 |
| Wenn der Versuch, gut dazustehen, schlecht aussieht. | 212 |
| Bilder des Gehirns und Überzeugung | 218 |
| Unser Gehirn liebt die Neugier | 223 |
| Wie Verhalten geformt wird | 229 |
| Wie funktioniert Kreativität tatsächlich? | 234 |
| Wie Aberglaube wahrhaftig funktioniert | 240 |
| Wo Diskriminierung beginnt | 245 |
| Sich nicht gerade viele Gedanken machen. | 252 |
| Die Entstehung moralischen Denkens. | 257 |
| Wie sich das Denken von Kindern mit dem Älterwerden verändert | 263 |
| Überreden, indem man zuerst um das Unmögliche bittet | 269 |
| Die Psychologie des Humors | 275 |
| Eine bessere Methode zur Lügenaufdeckung. | 280 |
| Der Körper beeinflusst das Denken | 286 |
| Die Ursachen von beruflicher Zufriedenheit | 291 |
| Eine psychologische Schutzimpfung | 296 |
| Wahrnehmung ist mehr als das, was wir sehen. | 302 |
| Smartphones: Behinderung oder Verbesserung unserer Lebenserfahrung? | 307 |
| Bibliografie | 313 |
| Index. | 317 |

Einleitung

Ob Sie es glauben oder nicht, im Alltag führen Sie ziemlich häufig Experimente durch. Auch wenn sie weder so bezeichnet werden, noch in die klassische Definition passen, führt man immer dann ein Experiment aus, wenn man herausfinden will, *warum* etwas passiert ist. Angenommen, Ihnen wird schlecht. Dann werden Sie vermutlich nach etwas suchen, das aus dem Alltäglichen heraussticht, nach etwas Ungewöhnlichem. Sie glauben vielleicht, das schlechte Essen identifiziert zu haben (zumindest vertreten Sie eine Hypothese), und entscheiden, sich abgesehen von dieser einen Sache genauso zu ernähren wie zuvor. Die Möglichkeit einer erneuten Erkrankung soll schließlich ausgeschlossen werden. Herzlichen Glückwunsch, Sie sind ein Wissenschaftler!

Der einzige Unterschied zwischen Ihnen und einem klassischen „Wissenschaftler“ besteht darin, dass Ihre alltägliche Vorgehensweise in wissenschaftlicher Hinsicht etwas „schluderig“ ist. Sie verfügen weder über Kontrollgruppen noch über unabhängige Beobachter. Auch mangelt es Ihnen an einer eindeutigen Definition, an einer Messung Ihrer Variablen und an Statistiken. Allerdings wurden diese von Wissenschaftlern genutzten Methoden nur zu einem Zweck entwickelt: Sie sollen uns zu sorgfältigeren Beobachtern machen, damit wir die Frage nach dem Warum mit größerer Sicherheit beantworten können.

Man wird vielleicht nicht alle, in diesem Buch beschriebenen Studien in die Tat umsetzen, was nicht weiter schlimm ist, weil man dennoch einiges über menschliches Verhalten lernen wird. Wer die Experimente dennoch nachstellen möchte, wird bestimmt viel Spaß haben und einiges lernen. Fast alle Größen in der Geschichte der psychologischen Experimente

sind hier vertreten: Pawlow, Skinner, Rorschach, Festinger, Piaget, Kohlberg und Asch – neben Namen der jüngeren Vergangenheit wie Seligmann, Loftus, Cialdini und Zimbardo. Außerdem gibt es eine Einführung in hochaktuelle Forschungsarbeiten, die momentan von Psychologen wie Barret, Eastwick, Diehl, Wiseman und Ariely durchgeführt werden.

Die psychologische Forschung ist überaus lebendig und weit davon entfernt, nur im „Elfenbeinturm“ betrieben zu werden. Sie erfolgt auf Webseiten (siehe „Neugierereffekt“), in Restaurants (siehe Abschnitt über höhere Trinkgelder), im Gericht (siehe Abschnitte über falsche Erinnerungen und neue Lügendetektortests), in der Werbung (es ist doch verwunderlich, wie sehr die Farbe Rot beeinflusst) und sogar auf dem eigenen Smartphone (warum es süchtig macht und ob das Fotografieren mit der Handykamera von der Wirklichkeit ablenkt).

Es ist schon erstaunlich, auf welchen Gebieten Psychologen heute tätig sind. Aber wie gesagt: Auch wenn man kein Experiment oder keine Vorführung aus diesem Buch nachstellt, wird man die Experimente sicherlich überaus fesselnd finden. Bei der Durchführung eines Experiments fühlt man sich wie Sherlock Holmes: Auf der Suche nach Hinweisen (die das menschliche Verhalten erklären) prüft man alle Beweise und probiert dann etwas aus, um zu schauen, was passiert. Ist das nicht letztlich genau das, was alle Wissenschaftler und neugierigen Menschen tun? Sie probieren Dinge aus, um zu sehen, was geschieht.

In diesem Buch wollen wir alle möglichen Dinge auf den Prüfstand stellen und schauen, was passiert ...

Eine Einführung in psychologische Experimente

Sabbernde Hunde, verwirrte Katzen, abergläubische Tauben, einsichtige Gorillas, aggressive Kinder, ängstliche Erwachsene – die Liste an faszinierenden psychologischen Studien ließe sich unendlich fortsetzen. Forschungen über Menschen sind vielfältig, sonderbar, brilliant, beschämend und manchmal schwer mit anzusehen. Wir haben jede Menge gelernt und einen weiten Weg zurückgelegt, seit Wilhelm Wundt (er gilt als „Begründer“ der experimentellen Psychologie im Jahr 1879) seine Teilnehmer anwies, dem Ticken eines Metronoms zu lauschen und sich dabei selbst zu beobachten. Heute verfügen wir über komplizierte Persönlichkeitstests und MRT (Magnetresonanztomographie)-Scans, um während des Denkvorgangs „in die Black Box“ des Gehirns zu schauen. Aber nur weil manche Forschungen „alt“ sind – wie B. F. Skinners Arbeit mit Tauben –, müssen sie deshalb nicht „altmodisch“ oder falsch sein. Sie sind immer noch äußerst nützlich. Nur weil wir einen MRT-Scan für unser Gehirn verwenden, bedeutet das nicht zwangsläufig, dass wir auch verstehen, was wir da sehen. Wenn wir auf Sigmund Freuds Werk zurückblicken, erscheint uns manches naiv, doch in hundert Jahren werden die Menschen auf unser heutiges Tun zurückschauen und dasselbe denken.

WARUM PSYCHOLOGISCHE EXPERIMENTE WICHTIG SIND

In diesem Buch werden wir einige der berühmtesten und auch weniger bekannte Studien in der Geschichte der Psychologie betrachten. Sie werden bestimmt Ihren Spaß haben, auch wenn Sie keine der hier beschriebenen Studien durchführen sollten. Im Folgenden sind einige Beispiele zu seltsamen, brillanten und wichtigen Studien aufgelistet (manche davon werden wir in diesem Buch nachstellen).

DIE SELTSAMEN

Angenommen, Sie treffen sich mit jemandem, der ein Experiment durchführt und Ihnen erklärt, dass es Ihre Aufgabe sei, in einer Kabine auf der Herrentoilette zu sitzen und Männer dabei zu filmen, wie sie vor einem Pissoir stehend urinieren. Ja, diese Studie wurde in den 1970er-Jahren tatsächlich von R. Dennis Middlemist und seinen Kollegen durchgeführt. Es klingt sonderbar, doch sie wollten herausfinden, welche Wirkung es hat, wenn sich jemand in unserer Nähe aufhält, während wir ... uns entleeren. Es ist wohl wenig überraschend, dass der Beginn der Miktion (des Urinierens) länger dauert, wenn sich jemand in der Nähe befindet. Wahrscheinlich würde man das als „Eindringen in die Privatsphäre“ bezeichnen. Diese Studie mutet zwar etwas seltsam an, hat sich jedoch als äußerst hilfreich für Menschen mit „schüchterner Blase“ erwiesen.

DIE ÜBERRASCHENDEN

Viele Menschen haben Angst vor dem Ende der Welt. Manchmal gehen sie sogar von einem bestimmten Datum aus (erinnern Sie sich an den 12. Dezember 2012, als eigentlich die Welt untergehen sollte?). Was passiert in den Köpfen von Men-

schen, die fest an den Weltuntergang glauben, dieser dann aber nicht eintritt? Wie gehen sie damit um? Leon Festinger und seine Kollegen beschlossen sogar, einer „Weltuntergangssekte“ beizutreten, um herauszufinden, was an jenem letzten Tag geschieht. Diese Studie hat uns viel über ein Konzept namens *kognitive Dissonanz* gelehrt. Wie im Folgenden ausgeführt, spielt kognitive Dissonanz jeden Tag in unserem Leben eine Rolle.

DIE BRILLANTEN

Nicht viele Forscher können von ihrer Studie behaupten, dass sie von einer Bibelgeschichte inspiriert wurde – im Gegensatz zu John M. Darley und C. Daniel Batson. Die Forscher nahmen das Gleichnis vom barmherzigen Samariter und verwandelten es in eine psychologische Studie. Im Gleichnis laufen mehrere Personen an einem Hilfsbedürftigen vorbei. Viele helfen ihm nicht, einer hingegen schon. Vor diesem Hintergrund entwickelte Darley eine Studie, bei der die Teilnehmer (Studenten eines Priesterseminars) gebeten wurden, einen kurzen Vortrag über dieses Gleichnis zu halten. Allerdings mussten sie dafür zu einem Gebäude am anderen Ende des Campus laufen. Unterwegs platzierten Darley und Batson eine Person auf dem Boden, die vorgab, hilfsbedürftig zu sein. Wir lernten viel darüber, in welchen Situationen geholfen wird und in welchen nicht, und was man bei Bedarf tun muss, um Hilfe zu bekommen.

DIE EINFLUSSREICHEN

Viele Menschen halten ihre Erinnerungen für zuverlässig. Wir glauben, dass wir „Blitzlichterinnerungen“ haben und sich die Dinge auf die Art und Weise zugetragen haben müssen, wie wir sie erinnern, weil wir „es mit eigenen Augen gesehen haben!“ Die Psychologin Elizabeth Loftus bewies, wie unzuverlässig