

BEHAVIORISMUS

TEORIE SOCIÁLNÍHO UČENÍ

PSYCHOLOGIE OSOBNOSTI

BEHAVIORISMUS

Počátek 20. století, 1. polovina 20.st.
Významný směr **americké** psychologie

VÝCHODISKA

PSYCHOLOGIE = čistě objektivní, experimentální přírodní věda.

Základním prvkem zkoumání v psychologii má být **pozorovatelné a měřitelné chování**.

Teoretickým cílem je spíše předpovídání a ovládání chování než základní porozumění duševním jevům

Zabývá se studiem procesů UČENÍ

BEHAVIORISMUS

VÝCHODISKA

Osobnost je pojímána jako zkušenostmi akumulovaná sada naučených vzorců chování

Základní tezí neobehavioristů je jednota člověka s jeho prostředím

Psychika se dodnes pojímá jako nástroj a výsledek adaptace (přizpůsobení)

BEHAVIORISMUS

HISTORICKÉ DĚLENÍ

Klasický behaviorismus (J. B. Watson)

- Atom chování = psychický reflex (Stimul-Reakce S-R)
- Hledání prvku, který by byl obecně platný pro jakékoli adaptivní chování
- „Osobnost“ nepsychologický pojem, atomismus, umělost, redukce na experiment

Neobehaviorismus (C. L. Hull, B. F. Skinner)

- Větší důraz na rozdíl mezi zvířetem a lidskou bytostí
- chování = stimul – osobnost – reakce (S-O-R)

BEHAVIORISMUS

DNES

Základní tezí neobehavioristů je jednota člověka s jeho prostředím

Psychika se dodnes pojímá jako nástroj a výsledek adaptace (přizpůsobení)

Exaktnost v experimentu

Kognitivně-*behaviorální* terapie

PRŮKOPNÍCI

EDWARD LEE THORNDIKE (1874-1947)

Konekcionalismus



Zákon účinku – reakce na podnět je určena tím, zda předchozí zkušenosti byly „trýznivé“ či „uspokojivé“

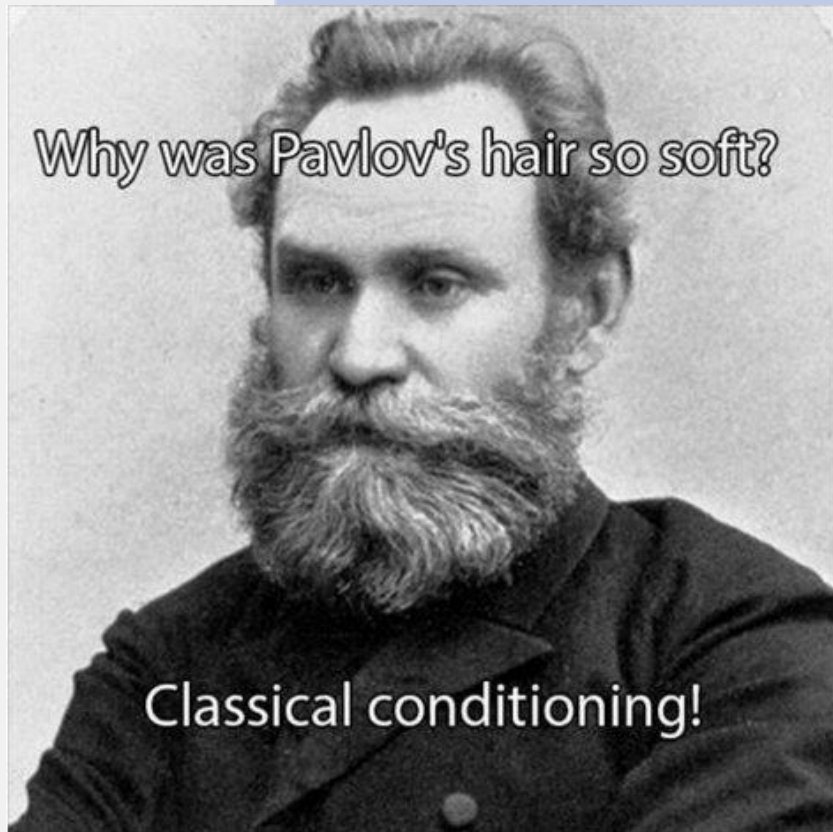
Zákon cviku – reakce bude spjata s podnětem tím pevněji, čím častěji se s ním bude spojovat (+ síla a doba trvání)

Zavedl termíny „**haló efekt**“ a „**sociální inteligence**“

PRŮKOPNÍCI

IVAN P. PAVLOV (1849-1936)

Klasické podmiňování



Nepodmíněný reflex – reflex, vyvolaný podnětem, který vyvolá reakci svou povahou

Podmíněný reflex – reakce na naučený podnět, vnímaná kauzalita

Podmiňování ovlivňuje **časové řazení**, **vyhasínání**

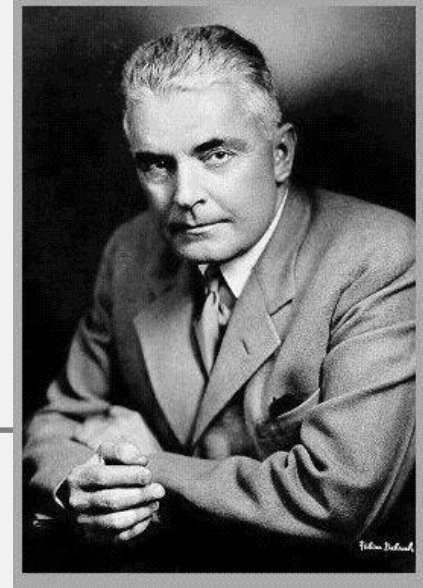
(opakování stimulu bez následku vede k oslabování efektu), **zobecnění**

(stimul podobný podmíněnému vyvolá stejnou reakci, ale slabší),

diferenciace (když z podobných stimulů jeden vede k následku a druhý ne, dochází k naučenému odlišování stimulů)

JOHN B. WATSON (1878 - 1958)

Klasický behaviorismus



Kritika introspekce vycházela z její neschopnosti poskytnout objektivní informace

S-R psychologie



OSOBNOST = PRODUKT SOUSTAVY ZVYKŮ, šířeji jako souhrn činností, které lze poznat pozorováním činností

Nelze zpětně zjistit okolnosti, za kterých se osobnost vytvářela, nevěřil v genetiku

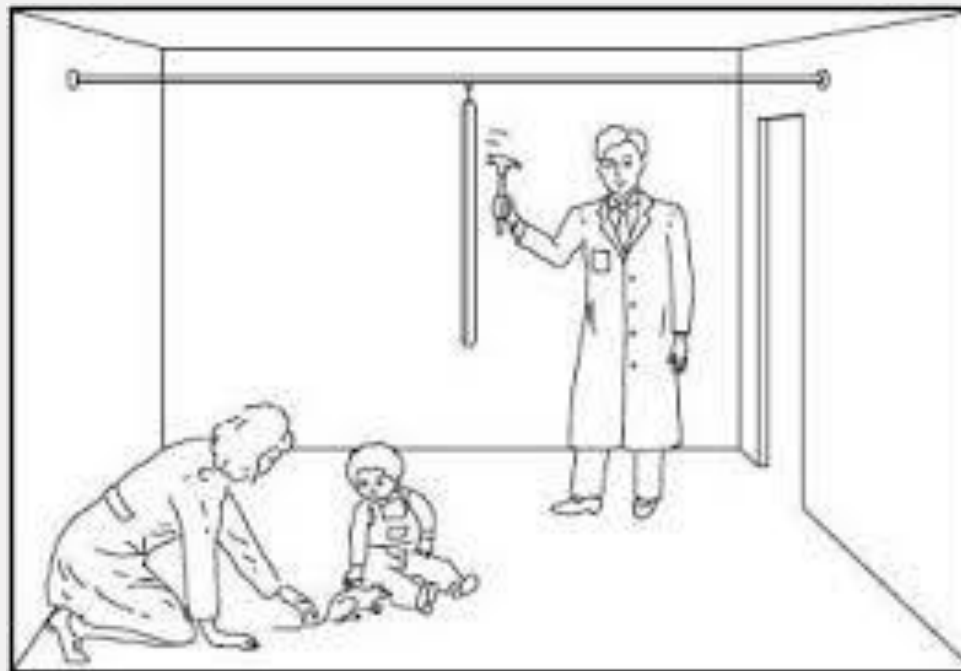
Odmítá pojetí vlastností jakožto popisných jednotek osobnosti bez zřetele ke konkrétní situaci. Osobnost člení na dílčí zvykové jednotky, vztažené vždy jen k určitému druhu situace.

„manifest“ *Psychologie z pohledu behavioristy*

Studie malého Alberta

Zima 1919-1920 - J.B.Watson a Rosalie Rayner: podmíněná reakce strachu u 11 měsíčního Alberta. Došlo ke **generalizaci strachu**.

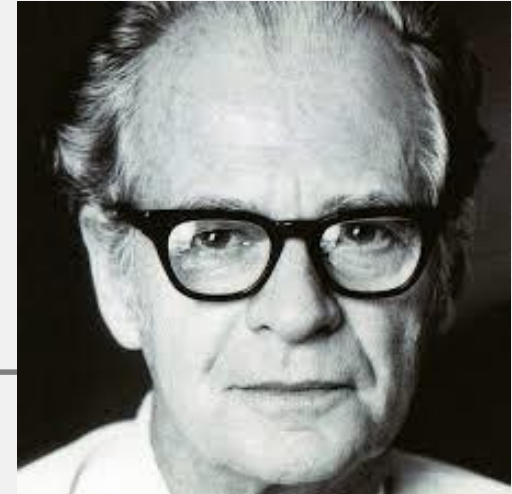
- Kojenci mají jen několik málo vrozených reflexů a 3 vrozené emocionální reakce – **strach, zlost a lásku**
- U Alberta se vyvinul strach ze všeho chlupatého
- Malý Albert zůstal traumatizován



„Dejte mi tucet zdravých, dobře vyvinutých dětí a můj vymezený svět, abych v něm vychoval ... specialistu v jakémkoliv oboru – lékařem, právníkem, ... a taky žebrákem a zlodějem bez ohledu na jeho talent, záliby, sklony, schopnosti, dispozice či rasový původ.“
Behaviorismus, 1924

B.F. SKINNER (1904-1990)

Operantní podmiňování



- Organismus produkuje spontánní chování – **operanty**
- Ty můžou být posíleny – **zpevněny** – pozitivně (odměna) anebo negativně (odstranění nepříjemného podnětu), takže příště pravděpodobnost takového chování vzrůstá – **podmíněná odezva**

pravděpodobnost výskytu spontánních projevů chování se mění na základě jejich důsledků.

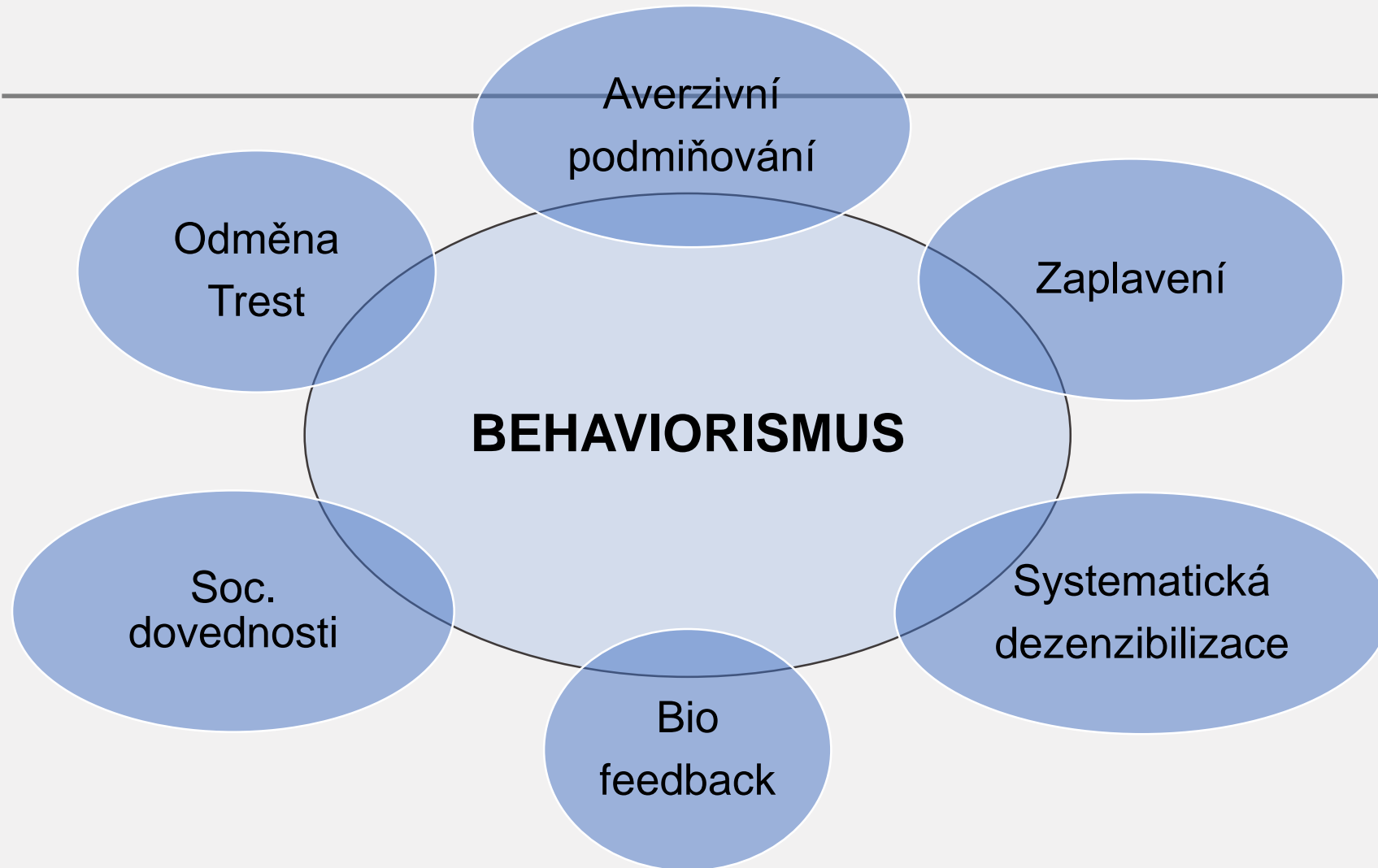
Behaviorální přístup

VÝCHODISKO:

Psychická porucha je maladaptivní chování,
udržované posilováním ➡ dá se stejným
způsobem odnaučit

Přístup zaměřený na změnu **chování**, myšlení a emocí na základě principu učení

TERAPEUTICKÉ TECHNIKY



TEORIE SOCIÁLNÍHO UČENÍ

Osobnost = sociálně získaný model chování

= výsledek nepřetržité interakce osoby a prostředí

Částečně vychází z behaviorismu

John Dollard, Neal E. Miller

Spojení behaviorizmu s psychoanalýzou

- **Pudová potřeba** – motivace (primární/vnější)
- **Signál** (cue) – určuje kdy reaguju a kterou odezvou
- **Odezva** - vyvolávána motivační silou pudové potřeby a směrovým působením signálu (pro učení nezbytná)
- **Zpevnění** – znamená redukci potřeby

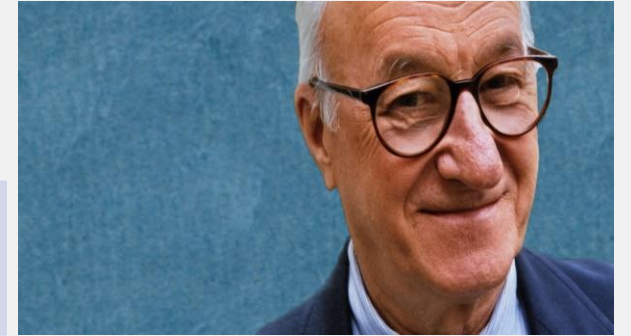
- Osobnost si člověk osvojuje v dětství – sestává z návyků
- Sekundární potřeby – se vyvíjí z primárních v sociokulturním prostředí
- Neurózy – nevědomé konflikty

Podnět (pudová potřeba) + signál -> odezva -> zpevnění

- Podnět + odezva -> návyk

ALBERT BANDURA (1925-2021)

Sociálně-kognitivní teorie osobnosti



Zdůrazňuje význam SOCIÁLNÍHO UČENÍ a OBSERVAČNÍHO UČENÍ.
Důležitá je také role kognitivních procesů, včetně tzv. **vědomí vlastní účinnosti**, či našeho přesvědčení o našich schopnostech

Můžeme vnímat vztah mezi určitým chováním a jeho reálnými důsledky (odměna či trest) – a tím si vytváříme internalizovaná očekávání.

interakce behaviorálních, kognitivních a environmentálních vlivů

ALBERT BANDURA (1925-2021)

Sociálně-kognitivní teorie osobnosti

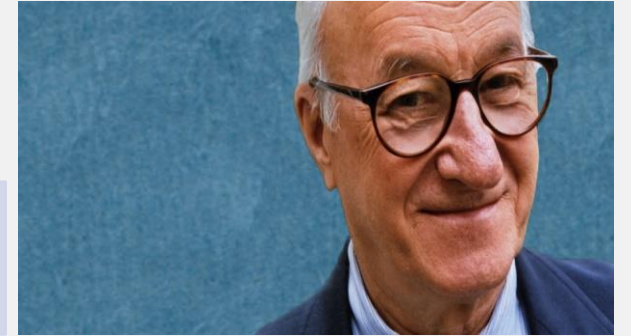


Autoregulace

- ⦿ jedinečná lidská schopnost
- ⦿ Uplatňuje se při uspořádávání prostředí, vytváření kognitivních podpor, postihování důsledků vlastních činností
- ⦿ Vyšší intelektová schopnost symbolického myšlení umožňuje člověku ovlivňovat vnější prostředí
- ⦿ Umožňuje vytváření behaviorálních strategií, směřujících k dlouhodobým cílům
- ⦿ Možnost předvídat důsledky chování a podle toho modifikovat své chování
- ⦿ Pomocí verbální a imaginativní reprezentace zpracovává a uchovává zkušenosti a zážitky

ALBERT BANDURA (1925-2021)

Sociálně-kognitivní teorie osobnosti



Pozorování

- Pozorováním chování druhých si člověk vytváří kognitivní představy
- Učení pozorováním může vést ke zcela rozdílným stylům chování
- Tento proces je řízen čtyřmi navzájem spjatými procesy
 1. *Pozornost* – pozorování modelového chování
 2. *Paměť* – zapamatování a udržování dříve pozorovaného mentálního chování
 3. motorická reprodukce – přenes kódované paměti do nových vzorců odezvy
 4. *motivace* – realizace modelového chování při potenciální přítomnosti posílení

A. Bandura - MODELOVÁNÍ

„Bobo Doll Experiment –
děti napodobovali
chování dospělých vůči
panákovi (agrese/hra)

pozorování

učení

napodobení



A. BANDURA

VĚDOMÍ VLASTNÍ ÚČINNOSTI = kompetence

Přesvědčení člověka, že je schopen dosáhnout požadovaného cíle a přizpůsobit tomu své chování

Je spojeno s lepšími výsledky na poli vztahů práce a zdraví

Vede k větší výkonnosti a odolnosti vůči zátěži

RECIPROČNÍ DETERMINISMUS

Osobnost se vytváří vzájemnou interakcí lidí, jejich činností a jejich prostředí.

JULIAN ROTTER (1954)

4 proměnné:

- **Potenciál chování** – pravděpodobnost volby určitého chování v dané situaci
- **Očekávání** – subjektivní pravděpodobnost, že určité chování povede ke specifickému výsledku
- **Hodnota posílení** - preference jednoho účinku před jiným
- **Psychologická situace**

- Nejvýznačnější aspekty osobnosti jsou naučeny v sociálních kontextech
- Člověk má v situacích na výběr několik variant chování.
- K chování se pojí očekávání (☞ posílení), to se utváří i na základě minulých zkušeností.

Hodnota posílení – který zdroj posílení preferujeme?

Mám se učit celou noc na zkoušku?

? Očekávám, že to povede k lepšímu výsledku? Mám s tím už zkušenosti?

? Má pro mě prioritu dlouhý spánek nebo výsledek zkoušky?

Literatura

Hunt: kap. 9 – Behavioristé

Drápela: kap. 7 – Dollardova a Millerova teorie učení