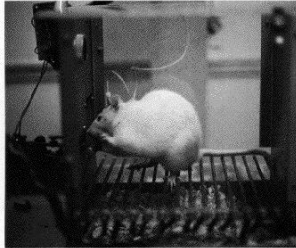


## A behaviorizmus és a tanulásemlétekek a személyiségpszichológiában



## A behaviorizmus gyökerei

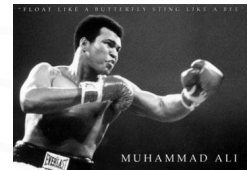
- Animal machine (Descartes),
- L'homme machine (La Mettrie)
- Reflextan (Pavlov, Behtyerev)
- XIX. századi mechanisztikus, objektívizáló emberkép
- Enviromentalizmus
- Az introspektív módszer bírálata

## A pozitívizmus

- Auguste Comte (1798 - 1857)
- Az ember és a tudomány fejlődésének tudományos vagy pozitív stádiuma
- Pozitív: tényleges és hasznos
- A végső okok keresését feladják, a *tények* megfigyeléséből megismerhetők az általános *törvényszerűségek*

## Amerikai világ- és emberkép

- „Self-made man” →
- Pragmatizmus  
(C.S. Pierce, W. James, J. Dewey)
- Tudományosan letisztult és kísérleti tapasztalatokra alapozott válaszok az élet konkrét gyakorlata számára

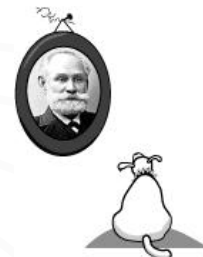


## A behaviorizmus alapelvei

- Csak az objektíve megfigyelhető folyamatok (ingerek és válaszok) vizsgálhatók tudományosan
- A személyiség: az elsajátított viselkedérepertoár és a tanulási tapasztalatok összessége
- A belső folyamatok vizsgálhatatlansága: „Black box”
- „Pszichológia lélek nélkül”

## Klasszikus kondicionálás

- Pavlov kutyakísérletei
- Feltételes reflex kialakítása társítással: kondicionálás
- A humán pszichológiában Watson alkalmazza



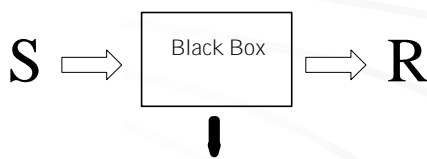
## J. B. Watson behaviorista programja

- A pszichológiának az alkalmazkodással kell foglalkoznia
- Elementarizmus és környezeti determinizmus, mint főelv
- Cél a viselkedés irányítása
- Az introspekción és a belső folyamatok kiiktatása
- A gondolkodás = belső beszéd, beszéd = viselkedés

## A klasszikus kondicionálás alapfogalmai

- US (*Unconditioned stimulus*) - feltétlen inger
- UR (*Unconditioned response*) - feltétlen válasz
- CS (*Conditioned stimulus*) - feltételes inger
- CR (*Conditioned response*) - feltételes válasz

## A viselkedés alapképlete



## A feltételes reflex kialakulása

1. US  $\longrightarrow$  UR
2. CS + US  $\longrightarrow$  UR  
 CS + US  $\longrightarrow$  UR  
 CS + US  $\longrightarrow$  UR  
 CS + US  $\longrightarrow$  UR ...
3. CS  $\longrightarrow$  CR

## A bejósolhatóság szerepe

- Pavlov: a kontiguitás (időbeli érintkezés) és a párosítás gyakorisága
- Wagner és Rescorla: a CS bejósoló értéke fontosabb
- Mennyire meglepő az inger?
- Az összes jelen lévő CS „versengése”: nyerhető mennyiség arányos az UCS még bejósolatlan részével

## Redundancia

	1. Szakasz	2. Szakasz	3. Szakasz
Kís. Csop	Fény $\Rightarrow$ Áram	Fény+Hang $\Rightarrow$ Áram	Hang $\Rightarrow$ - CR
Kont. Csop		Fény+Hang $\Rightarrow$ Áram	Hang $\Rightarrow$ + CR

*Kamin blokkolási kísérlete*

## Biológiai korlátok

	1. Szakasz	2. Szakasz	3. Szakasz
Kís. Csop	Íz és fény + hang	rosszullét (belső)	Íz: + elkerülés Fény + hang: - elkerülés
Kont. Csop	Íz és fény + hang	áramutés (külső)	Íz: - elkerülés Fény+hang: + elkerülés

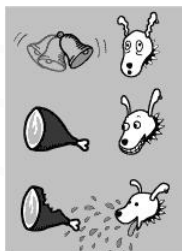
➔ Genetikailag meghatározott, milyen asszociációk alakulnak ki

## A magasabb rendű kondicionálás

- A korábbi CS egy idő után US-sé válhat
- Újabb és újabb feltételes reflexek építhetők ki (*másodlagos, harmadlagos kondicionálás*)
- A biológiai reflexektől távolodva a kondicionált kapcsolatok erőssége *csökken*

## A tanulás törvényszerűségei

- Generalizáció
- Diszkrimináció
- Kioltság / Gátlás
- Spontán felújulás



## Érzelmi kondicionálás

- Kellemes esemény + semleges inger = *pozitív preferenciák*
- Kellemetlen esemény + semleges inger = *averziók*



## Operáns kondicionálás

- Instrumentális kondicionálás
- „R-típusú kondicionálás”
- Aktív előnyt feltételez
- B.F. Skinner



## Az effektus törvénye

*Thorndike vezette be*

- A, Viselkedés ➔ kedvezőbb állapot ➔ a viselkedés megjelenésének valószínűsége nő
- B, Viselkedés ➔ kedvezőtlenebb állapot ➔ a viselkedés megjelenésének valószínűsége csökken

## Szokáshierarchia

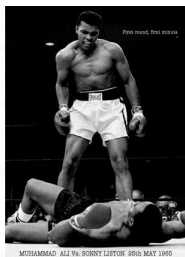
- A, Viselkedés
- B, Viselkedés
- C, Viselkedés
- D, Viselkedés kedvezőbb állapot → D viselk. Vsz ↑
- E, Viselkedés
- F, Viselkedés

## Jutalom

- Jutalom: a viselkedést megerősítő tényező
- Elsődleges jutalom: biológiai szükségletek kielégítése
- Másodlagos jutalom: klasszikus kondicionálással az elsődleges jutalommal asszociálódik
- Büntetés elmaradása: averzív kondicionálás

## ...és büntetés

- Az adott viselkedés elmaradásához vezet
- A jutalom megvonása (*time out*) is büntető hatású

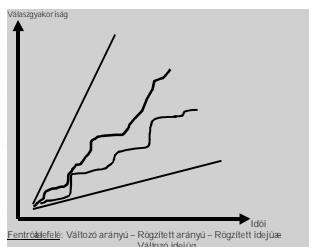


## Solomon és a büntetés időzítése

- Solomon kutyakísérlete, amit Aronfreed alkalmazott emberre
- A „vétek” elkövetése előtti büntetés: ellenállás a csábításnak (anticipátoros szorongás), de ha mégis megteszi, utána nincs büntetés
- A „vétek” elkövetése utáni büntetés: megteszi (nincs ellenállás a csábításnak), utána büntetés

## Megerősítési tervek

- Válaszgyakoriság alapján
- Folyamatos /Részleges
- Rögzített/ változó időközönként
- Rögzített/ változó arányú (válaszmenység)



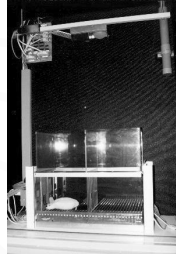
## Skinner emberképe

- Szabadság - Determinizmus
- Ésszerűség - Ésszerűtenség
- Holizmus - Elementarizmus
- Alkatiság - Környezeteiség
- Szubjektivitás - Objektivitás
- Proaktivitás -Reaktivitás
- Homeosztázis -Heterosztázis
- Megismerhetőség - Megismerhetetlenség



## Dollard és Miller viselkedés-elmélete I.

- Motivációs állapot hatása a tanulásra
- Drive-redukciós hipotézis (Hull)
- Drive-állapot és szokáshierarchia
- A drive csökkenése: jutalom értékűt



## Dollard és Miller viselkedés-elmélete II.

- Vezetőingerek: ingervezérelt viselkedés - diszkrimináció
- A jelzőingerek átrendezik a szokáshierarchiát
- Generalizáció: új és korábbi helyzetek jelzőingerei
- Frustráció-agresszió hipotézis (⇒ PFT)

## Shaping

- A viselkedés megjelenési formájának változtatása
- A megközelítő viselkedésmódok megerősítése
- Szukcesszív közelítés
- Általános tendenciák ⇒ specifikusabb tendenciák
- Idomítás



## Kognitív/Szociális tanuláselméletek

- A kondicionálás-elméletek kritikái
- Tolman: kognitív térképek
- „Organizmusikus változók”
- $S \Rightarrow O \Rightarrow R$
- Kognitív folyamatok (⇔ *black box modell*)
- Emberi komplexitás ⇔ állati tanulás



## Szociális megerősítés

- Szociális megerősítők
- Nincs szükség a drive fogalmára
- Önmegerősítés
- Önbüntetés

## Vikariáló tanulás

- Behelyettesítés
- Alapja: vikariáló érzelmi arousal (empátia)
- Vikariáló megerősítés
- Mások viselkedése következményeinek megfigyelése
- Feltételezi a mentális folyamatok jelenlétét (mentális modell, elvárások)

## Jelentésgeneralizáció és szabálytanulás

- Generalizáció az ingerek szemantikai tartalma alapján
- Mentális asszociációk kiterjednek a hasonló jelentésűszavakra
- A humán tanulási folyamatok *komplexitása*: pl nyelvsajátítás
- A szabálytanulás az emberi tanulás mindent átható jellemzője

## Elvárások

- Expektancia: a viselkedés elvárt következménye
- Rotter: külső-/ belső-kontrollosság
- Bandura: hatékonysági elvárás /énhatékonyság
- Kontrollhely és hatékonyság összefüggései

## Obszervációs tanulás

- Szociális tanuláselmélet
- Utánzásos tanulás
- Megfigyeléssel tanulás
- Modellkövetői tanulás



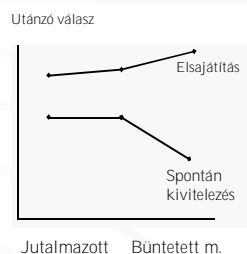
Albert Bandura

## Az utánzást meghatározó tényezők

- Újszerűség
- Figyelem
- A modell szerepe és hatása
- Kódolás, megőrzés: képi és verbális
- Készség a kivitelezésre
- Motiváció
- Előzetes tudás szerepe

## Megerősítés hatása az utánzásos tanulásra

- Agresszió - kísérlet
- Elsajátítás
- Spontán kivitelezés



## A viselkedés végső képlete

$$R = f(S, O, K, C)$$

- S = Ingerfeltételek
- O = Organizmikus változók
- K = Kontingenciák
- C = Konzekvenciák

## Utánzás - azonosulás

- Pszichoanalízis
- Elsődleges (anaklitikus) azonosulás az anyával
- Freud: Ódipusz-komplexus megoldása, Felettes én kialakulása (másodlagos azonosulás)
- Ferenczi Sándor: a traumát átélte gyermek rész-személyiségévé válik a bevetített támadó
- Anna Freud: azonosulás az agresszorral, mint elhárító mechanizmus
- Stockholm szindróma

## Mowrer: fejlődési és defenzív identifikáció

- Fejlődési identifikáció: félelem a szeretet elvesztésétől
- Utánzásos tanulás
- Másodlagos megerősítés a szülő utánzása
- A távol levő szülőön magán utánozza ⇒ fejlődést segíti (Sears)
- Defenzív identifikáció: azonosulás az agresszorral

## Kagan: irigység

- A szülőhöz való hasonlóság = a kívánt tárgyak és tulajdonságok birtoklása
- Két fázisban zajlik
- A modell megirigylése: a hasonlóság észlelése belső megerősítés
- Az azonosság tudata: saját viselkedésben éli át

## Whiting: Státuszirigység

- Kagan elméletéhez hasonlít
- A jutalmazói és büntetői szerepek megirigylése
- Először a kisebbeket és a játékaikat jutalmazza és bünteti
- Internalizálódik, és önmagára is alkalmazza

## Parsons: Szociális hatalom-elmélet

- „Szociális hatalom” az identifikáció alapja
- A családtagok közti viszonyrendszerek sémáinak internalizálása
- A szülő szociális előnyök elosztója is, nem csak fogyasztója
- Bandura szerint a birtoklási dimenzió a gyerek utánzására nagyobb hatással van

## Bronson: Infantilis és ego- identifikáció

- Infantilis identifikáció: kisgyermekkor
- Ego-identifikáció: serdülőkor
- Autoriter család: infantilis identifikáció ∅ egoidentifikáció (félelem, később negatív modell)
- Demokratikus család: infantilis identifikáció × egoidentifikáció

## Sanford: Primitív identifikáció

- „Énválság” idején
- Agresszió idézi elő
- A gyerek saját szülőjévé változik
- Kísérlet az énválság leküzdésére
- Hasonló az etológusok által leírt „*reflected escape*” jelenségéhez

## A viselkedészavarok értelmezése

- A zavar nem a személyiségstruktúra kóros működéséből fakad
- Csak a konkrétan megfigyelhető és leírható viselkedést veszi figyelembe
- Kóros, hibás tanulási folyamatok eredménye a zavar kialakulása és fennmaradása
- Hiányzó viselkedés: készséghiány

## Viselkedésterápia

- Viselkedés- szempontú diagnosztika
- Deszenzitizálás
- Ingerelárasztás
- Operáns és kognitív kondicionálás
- Önkontroll-módszerek
- Negatív gyakorlás
- Szorongás-kioltás
- Viselkedéstréning