

Кафедра клинической психологии и психотерапии с курсом ПО

Дисциплина:

Теории личности в клинической психологии

Тема:

Психология как наука о поведении

лекция № 5 для студентов 2 курса,
обучающихся по специальности 37.05.01 – Клиническая психология

канд.псих.н., доцент
Волкова Олеся Владимировна

Красноярск

План лекции:

1. Бихевиоральная концепция теории личности
 2. Научение как центральная проблема бихевиоризма: закономерности, виды, модели научения
 3. Классическая парадигма И.П.Павлова: респондентное поведение
 4. Оперантная парадигма Б.Ф.Скиннера: оперантное поведение
 5. Подкрепление и наказание
 6. Социально-обучающая парадигма А.Бандуры
-

Бихевиоризм

(от англ. *behaviour* – поведение) – направление, рассматривающее психику как формы поведения.

Поведение - совокупность реакций организма на стимулы внешней среды

Формула: стимул-реакция
 $S \rightarrow R$

Задача психологии – установить однозначные отношения между стимулами и реакциями.



Д. Уотсон (1878-1958)
американский
психолог,
основоположник
бихевиоризма

I. Бихевиоральная концепция теории личности

Основной метод классического бихевиоризма - наблюдение и экспериментальное изучение реакций организма в ответ на воздействия окружающей среды с целью выявления доступных математическому описанию корреляций между этими переменными.

Личность с точки зрения бихевиоризма

- Это опыт, который человек приобрел в течение жизни.
 - Это результат научения.
 - Изучение личности включает в себя нахождение своеобразного характера взаимоотношений между поведением организма и результатами, подкрепляющим его.
 - Бихевиоральное направление рассматривает человека как организм.
 - Для бихевиориста человек есть просто – организм. Слова «человек» и «организм» используются как синонимы. Человеческое поведение для бихевиориста – это рефлекс его организма.
-

-
- Человек - объект воздействий в полной аналогии с естественно-научным подходом,
 - Психолог работает в первую очередь с внешне видимым, наблюдаемым поведением человека и его реакциями.
 - Бихевиоральное направление находится полностью в поведенческой парадигме и ставит в первую очередь задачи изменения поведения.
-

"Психология с бихевиористской точки зрения есть чисто объективная, экспериментальная область естественной науки, которая нуждается в интроспекции так же мало, как такие науки, как химия и физика. При объективном изучении человека бихевиорист не наблюдает ничего такого, что он мог бы назвать сознанием, чувствованием, ощущением, воображением, волей, постольку он больше не считает, что эти термины указывают на подлинные феномены психологии. Он приходит к заключению, что все эти термины могут быть исключены из описания деятельности человека..." - Джон Уотсон.

Практическое применение бихевиоризма

Практическое применение бихевиоральных схем продемонстрировало исключительно высокую эффективность - прежде всего в области исправления «нежелательного» поведения. Психотерапевты поведенческого направления предпочли отбросить рассуждения о внутренних терзаниях и стали рассматривать психологический дискомфорт как следствие неправильного поведения.

Лечить надо не симптом, а болезнь, то есть решать проблему, лежащую в основе психологического дискомфорта, - поведенческую проблему. Иными словами, человека надо научить правильно себя вести.

Основные направления внутри поведенческой парадигмы

- бихевиоральное направление,
 - когнитивно-бихевиоральное направление,
 - традиционная педагогика,
 - деятельный и личностно-деятельный подход.
-

-
- Бихевиоральное направление рассматривает человека только как организм и объект воздействий, работает в первую очередь с внешне видимым, наблюдаемым поведением человека и его реакциями.
 - Когнитивно-бихевиоральное направление - внешнее поведение человека определяют не только и не столько внешние стимулы, но его внутренние переменные (импульсы, состояния и ментальные карты). При этом сами эти внутренние переменные определяются внешними обстоятельствами и могут быть ими изменены.
 - Традиционная педагогика - вполне поведенческий подход. Для традиционной педагогики чувства школьника могут быть любыми и разными, естественно отражая обстоятельства жизни и то, что с ним происходит, но за свое поведение (соответственно возрасту) человек отвечает сам, лично.
-

-
- Деятельный подход - Согласно деятельному подходу внутренний мир, мысли и переживания человека - не простое отражение внешних обстоятельств жизни, а преломление через его систему мотивов и личностных конструктов. При этом основной акцент деятельного подхода - на том, что человек делает реально, в жизни, на его действиях и поступках. Сторонники деятельного подхода убеждены, что душа - душой, а за свое поведение человек отвечает сам.
 - Личностно-деятельное направление (подход) - Согласно личностно-деятельному подходу, взрослый и разумный человек свою жизнь строит сам, ставя цели и находя средства для их решения. Любая мысль и любая эмоция должны быть адресны и целесообразны. И за то, что у меня в душе, и за свое внешнее поведение - отвечаю я сам лично, как Автор своей жизни. В центре внимания - все равно поведение, хотя поведение не только внешнее, но и внутреннее.
-

II. Научение как центральная проблема бихевиоризма. Модели научения

Научение – это

- постепенность изменения;
- роль упражнения;
- специфику научения по сравнению с врожденными особенностями индивида.

Научение (обучение, учение) - процесс приобретения субъектом новых способов осуществления поведения и деятельности, их фиксации и/или модификации. Изменение психологических структур, которое происходит в результате этого процесса, обеспечивает возможность дальнейшего совершенствования деятельности.

Учение И.П. Павлова об образовании условных рефлексов

В результате одного или нескольких предъявлений индифферентного разграничителя (условного стимула) и следующего за ним безусловного стимула (пищи), который вызывает безусловную, врожденную реакцию (слюноотделение), индифферентный раздражитель сам начинает вызывать реакцию. В процессе установления временной связи безусловный стимул выполняет функцию подкрепления, условный - сигнальное значение, а рефлекс способствует адаптации организма к меняющимся условиям среды.

Законы обучения

- *Закон готовности*: чем сильнее потребность, тем успешнее научение. Закон выводится на основе установления связи между потребностью и научением.
 - *Закон эффекта*: поведение, которое приводит к полезному действию, вызывает снижение потребности и поэтому будет повторяться.
 - *Закон упражнения*: при прочих равных условиях повторение определенного действия облегчает совершение поведения и приводит к более быстрому выполнению и снижению вероятности ошибок.
-

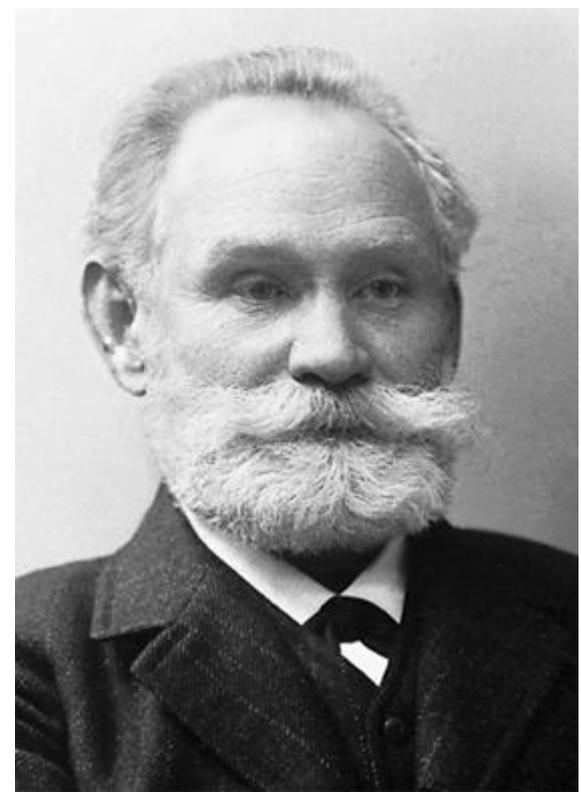
-
- *Закон недавности*: лучше заучивается тот материал, который предъявляется в конце серии. Этот закон противоречит эффекту первичности - тенденции к лучшему заучиванию материала, который предъявляется в начале процесса научения. Противоречие устраняется при формулировке закона "эффект края". U-образная зависимость степени заученности материала от его места в процессе научения отражает этот эффект и называется "позиционной кривой".
 - *Закон соответствия*: существует пропорциональное отношение между вероятностью ответа и вероятностью подкрепления.
-

Теории научения в психологии личности исходят из двух положений

- Всякое поведение усваивается в процессе научения.
 - В целях соблюдения научной строгости при проверке гипотез необходимо соблюдать принцип объективности данных. В качестве переменных, которыми можно манипулировать, выбираются внешние причины (пищевое вознаграждение), в отличие от "внутренних" переменных в психодинамическом направлении (инстинкты, защитные механизмы, Я-концепция), которыми манипулировать нельзя.
-

III. Классическая парадигма И.П.Павлова: респондентное поведение

- *Респондентное поведение* подразумевает характерную реакцию, вызываемую известным стимулом, последний всегда предшествует первой во времени. Хорошо знакомые примеры - это сужение или расширение зрачка в ответ на световую стимуляцию, подергивание колена при ударе молоточком по коленному сухожилию и дрожь при холоде. В каждом из этих примеров взаимоотношение между стимулом (уменьшение световой стимуляции) и реакцией (расширение зрачка) невольное и спонтанное, это происходит всегда.
- Также респондентное поведение обычно влечет за собой рефлексы, включающие автономную нервную систему. Однако респондентному поведению можно и научить.



Классическое обусловливание (по И.П.Павлову)

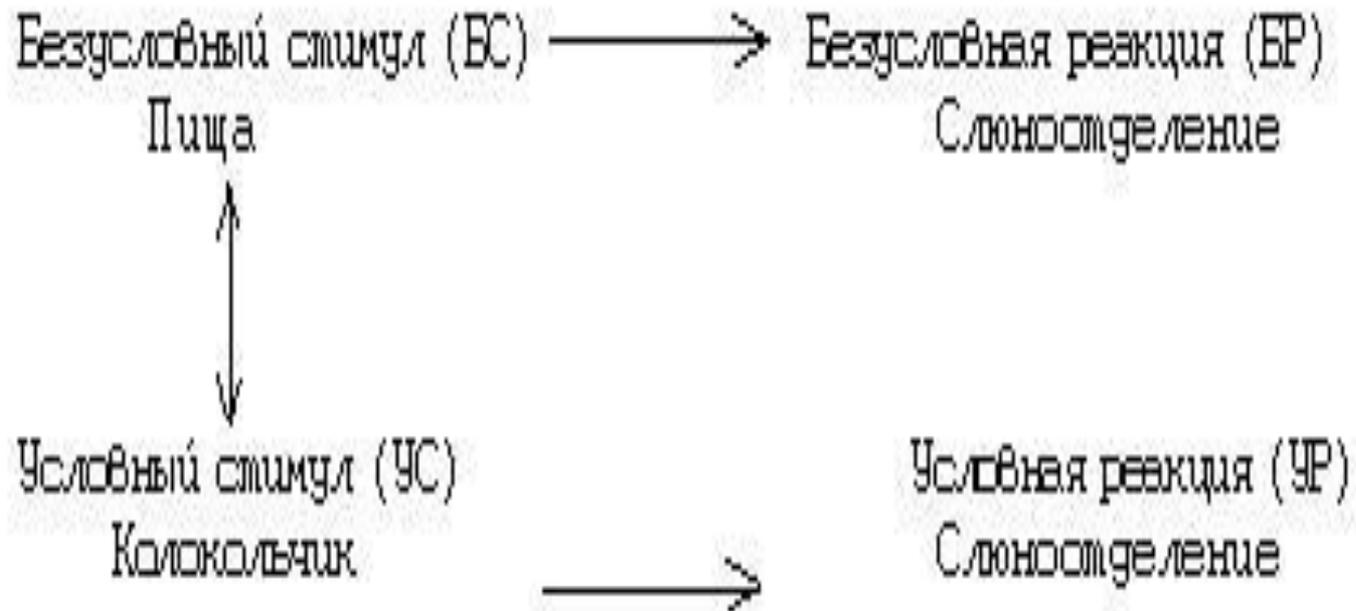


Рис. 1. Парадигма классического обусловливания по Павлову

Процесс *угасания* демонстрирует, что *подкрепление* (пища) значимо как для приобретения, так и для сохранения респондентного научения.

Павлов также обнаружил, что если собаке дают длительный отдых в период угасания, то слюноотделение будет повторяться при звуке колокольчика. Это явление называется *самопроизвольное восстановление*.

Процесс развития по И.П.Павлову

- *Генерализация* - условная реакция на первоначально нейтральный стимул распространяется и на другие стимулы, похожие на условный раздражитель (страх, возникший на конкретную собаку, затем распространяется на всех собак).
 - *Дифференцировка* - специфичная реакция на похожие стимулы, которые различаются по степени подкрепления (например, дифференцировка реакций на круг и эллипс).
 - *Угашение* - разрушение связи между условным стимулом и реакцией, если он не сопровождается подкреплением.
-

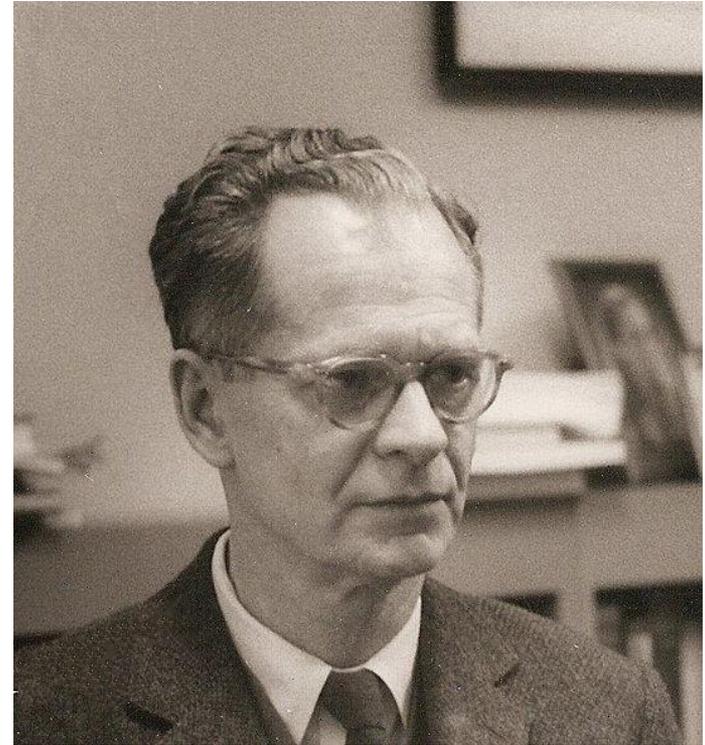
Классическое обусловливание

- это процесс, благодаря которому первоначально нейтральный стимул начинает вызывать реакцию из-за своей ассоциативной связи со стимулом, автоматически порождающим ту же самую или похожую реакцию.
-

IV. Оперантная парадигма Берреса Федерика Скиннера (1904-1990): оперантное поведение

- *Оперантное обусловливание* - это процесс, посредством которого характеристики реакции детерминируются последствиями этой реакции.

"Проконтролируйте условия (среду), и вам откроется порядок"



Оперантное обусловливание

Стремление установить связь между стимулом (S) и реакцией (R) посредством подкрепления - поощрения или наказания.

В схеме стимул-реакция (S-R) ключевой для Скиннера была именно реакция.

-
- *Оперантное обусловливание* - это процесс, посредством которого характеристики реакции детерминируются последствиями этой реакции.
 - Суть оперантного научения состоит в том, что подкрепленное поведение стремится повториться, а поведение неподкрепленное или наказуемое имеет тенденцию не повторяться или подавляться.
 - *Подкрепление* является одним из принципов обусловливания.
-

Режим подкрепления - правило, устанавливающее вероятность, с которой подкрепление будет происходить. Самым простым правилом является предъявление подкрепления каждый раз, когда субъект дает желаемую реакцию. Это называется *режимом непрерывного подкрепления* и обычно используется на начальном этапе любого оперантного научения, когда организм учится производить правильную реакцию.

Скиннер тщательно изучал, как режим *прерывистого*, или *частичного, подкрепления* влияет на оперантное поведение. Хотя возможны многие различные режимы подкрепления, их все можно классифицировать в соответствии с двумя основными параметрами:

- 1) подкрепление может иметь место только после того, как истек определенный или случайный временной интервал с момента предыдущего подкрепления (так называемый режим *временного подкрепления*);
 - 2) подкрепление может иметь место только после того, как с момента подкрепления было получено определенное или случайное количество реакций (режим *пропорционального подкрепления*).
-

В соответствии с этими двумя параметрами выделяют четыре основных режима подкрепления

- *Режим подкрепления с постоянным соотношением.* Подкрепление осуществляется в соответствии с установленным количеством (объемом) реакций.
 - *Режим подкрепления с постоянным интервалом.* Подкрепление производится только тогда, когда твердо установленный, фиксированный временной интервал истек.
-

-
- *Режим подкрепления с вариативным соотношением.* В этом режиме организм подкрепляется на основе какого-то в среднем predetermined числа реакций. Однако результат в принципе мало предсказуем и непостоянен, и человеку редко удастся вернуть вложенные в покупку билетов деньги.
 - *Режим подкрепления с вариативным интервалом.* Индивид получает подкрепление после того, как проходит неопределенный интервал. Подобно режиму подкрепления с постоянным интервалом, в этом случае подкрепление зависит от времени. Интервал времени произволен. Короткие интервалы, как правило, порождают высокую скорость реагирования, а длинные - низкую.
-

Два типа подкрепления

- *Первичное* подкрепление - это любое событие или объект, сами по себе обладающие подкрепляющими свойствами.
 - *Вторичное, или условное* подкрепление, с другой стороны, - это любое событие или объект, которые приобретают свойство осуществлять подкрепление посредством тесной ассоциации с первичным подкреплением, обусловленным прошлым опытом организма.
-

Характерным для условного подкрепления является то, что оно генерализуется, если объединяется с более чем одним первичным подкреплением

Генерализация - это возникшая в процессе обусловливания ассоциативная связь реакции со стимулами, похожими на те, на которые первоначально был выработан условный рефлекс.

V. Подкрепление и наказание

процесс социализации и собственно научения -
опробывание различных подходов, пока не
будет найден правильный вариант реакции, а
затем ее тренировка до тех пор, пока она
окончательно не закрепится

«Наиболее эффективным способом контроля за поведением является награда. Наказание информирует о том, чего не надо делать, но не сообщает о том, что нужно делать. Наказание является основным препятствием научению. Наказуемые формы поведения не исчезают; они почти всегда возвращаются замаскированными или сопровождаемыми другими формами поведения. Кроме того, наказание поощряет наказывающего. В конечном итоге наказание не удовлетворяет наказывающего и не приносит пользы наказываемому» - Скиннер.

Два наиболее типичных метода аверсивного контроля

- Наказание*
 - Негативное подкрепление*
-

Наказание

относится к любому аверсивному стимулу или явлению, которое следует или которое зависит от появления какой-то оперантной реакции.

Предполагаемая цель наказания - побудить людей не вести себя данным образом.

Позитивное наказание и негативное наказание

- Позитивное наказание встречается всякий раз, когда поведение ведет к аверсивному исходу.
 - Негативное же наказание встречается всякий раз, когда за поведением следует устранение (возможного) позитивного подкрепляющего стимула.
-

Негативное подкрепление - это процесс, в котором организм ограничивает аверсивный стимул или избегает его. Любое поведение, которое препятствует аверсивному положению дел, таким образом чаще повторяется и является негативно подкрепленным.

Тревога, страх, антисоциальные действия и потеря самоуважения и уверенности - это только некоторые возможные негативные побочные явления, связанные с использованием наказания. Угроза, внушаемая аверсивным контролем, может также подтолкнуть людей к моделям поведения даже более спорным, чем те, за которые их первоначально наказали.

Вместо аверсивного контроля поведения
Скиннер (Skinner, 1978)
рекомендовал *позитивное подкрепление*, как
наиболее эффективный метод для
устранения нежелательного поведения.

Генерализация и различение стимулов

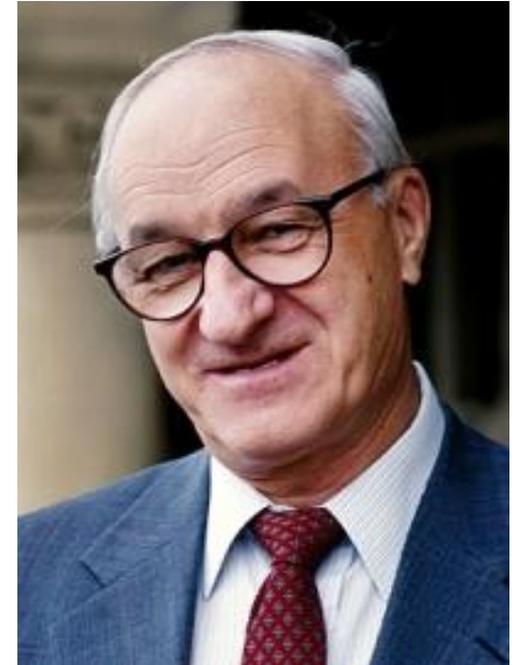
Поведение, усиленное в одной ситуации, весьма вероятно повторится, когда организм столкнется с другими ситуациями, напоминающими ее. Если бы это было не так, то наш поведенческий набор был бы так сильно ограничен и хаотичен, что мы бы, возможно, проснувшись утром, долго размышляли над тем, как реагировать должным образом на каждую новую ситуацию.

В теории Скиннера тенденция подкрепленного поведения распространяться на множество подобных положений называется *генерализацией стимула*.

-
- *Различение стимула*, составная часть обобщения, - это процесс научения реагировать адекватным образом в различных ситуациях окружения.
 - Способность к различению приобретается через подкрепление реакций в присутствии одних стимулов и неподкрепление их в присутствии других стимулов.
-

VI. Социально-обучающая парадигма Альберта Бандуры (1925)

- самоэффективность как представление индивида о своей способности справляться с конкретными ситуациями. Источниками самоэффективности являются:
- знания о своих собственных достижениях;
- косвенный опыт, полученный благодаря наблюдению за другими людьми, имеющими приблизительно равные с индивидом способности, которые демонстрируют умение выполнить поставленную задачу;



Объектом наблюдения является не только модель поведения, но и последствия, к которым она приводит. Этот процесс Бандура назвал *опосредованным (косвенным) подкреплением*, которое также имеет когнитивный компонент - ожидание последствий. Бандура подчеркивал ситуативную специфичность ожиданий и убеждений человека, связанную с умением человека тонко дифференцировать и группировать многообразные условия и обстоятельства жизни. Вместе с тем восприятие одной и той же ситуации индивидуально вариативно и зависит от уникальных личностных характеристик

Источниками самооффективности являются:

- знания о своих собственных достижениях;
 - косвенный опыт, полученный благодаря наблюдению за другими людьми, имеющими приблизительно равные с индивидом способности, которые демонстрируют умение выполнить поставленную задачу;
 - вербальные убеждения и поддержка со стороны социального окружения;
 - физические, телесные признаки (усталость, напряжение, легкость и др.), указывающие на степень трудности поставленной задачи.
-

Компоненты обучения через наблюдение

- Усиление *внимания* за моделью. Оно состоит в выделении тех ее признаков, усвоение которых приведет к полезному результату.
 - Актуализация процессов *запоминания*, которая заключается в способности сохранять результаты наблюдений в символической, закодированной форме.
 - Воспроизведение *движений*, закрепляющее эффекты, полученные путем наблюдения.
 - *Мотивация* обучения, которая определяет значимость данной модели в качестве образца для подражания.
-

Все эти условия определяют эффективность обучения. Однако усвоение модели еще не означает ее реализацию в поведении. Связь усвоения и исполнения зависит от подкреплений - поощрений и наказаний.

Процесс социализации

это механизмы, посредством которых общество побуждает своих членов действовать в соответствии с общепринятыми нормами. В рамках проблемы социализации Бандура рассматривает формирование *агрессивного, полоролевого, просоциального* поведения и *саморегуляции*.

-
- Формирование *агрессивного* -поощрения детей взрослыми людьми проявлять агрессию в социально приемлемых формах.
 - В процессе социализации дети обучаются навыкам поведения, соответствующим их *половой принадлежности*, мальчики - "мужским", а у девочки - "женским" чертам характера и поведенческим техникам.
 - *Просоциальное поведение* связано с проявлением альтруистических и кооперативных стратегий.
 - *Саморегуляция* связана с изменением локуса поощрений и наказаний.
-

Резюме

- Всей историей своего развития бихевиоризм продемонстрировал - значение этого научного направления и его историческая судьба сродни тем, что характерны для любой психологической школы. В свое время его рождение отвечало насущным требованиям науки и практики, всей общественной жизни, явилось позитивным шагом в развитии науки, поскольку позволило отвергнуть отжившие и малопродуктивные представления прошлого. Однако притязания бихевиористов оказались слишком преувеличенными (разве не то же самое можно сказать про любую школу?). Попытки свести все многообразие психических явлений к поведенческим реакциям в ряде случаев действительно производят впечатление примитивизации. Да и аналогии с поведением животных, в известных пределах - бесспорные, за этими пределами начинают звучать абсурдом.
- Бихевиоризм берется объяснить наше поведение и способствовать его формированию в наилучшем направлении. Кое в чем это удается блестяще, кое в чем - более или менее правдоподобно и успешно, однако исчерпывающего объяснения и безупречного практического инструментария он дать не в состоянии. Только вряд ли это может-служить поводом для упреков — ведь никто из психологов, к какой бы школе они ни принадлежали, такого успеха пока не добился. Поведение человека с точки зрения бихевиоризма детерминировано, предсказуемо и контролируется окружением.
- Выделено два основных типа поведения: респондентное и оперантное.
- Ключевые понятия концепции: научение и подкрепление.

Домашнее задание

1. Привести примеры, иллюстрирующие, как различается позитивное и негативное наказание. В каких случаях наказание может эффективно помочь человеку избавиться от неадаптивного поведения?
 2. Ответить на вопрос: Какие проблемы психологической жизнедеятельности человека могут быть скорректированы методами бихевиорального подхода? Приведите практический пример.
 3. Подготовить доклады к семинарским занятиям в соответствии с графиком!
-

Литература

Основная:

1. Общая психология и психология личности /под ред.А.А.Реана. – М.: АСТ, 2009.

Дополнительная:

1. Хьелл, Л. Теории личности: учеб. пособие. – СПб.: Питер, 2006.
3. Хрестоматия по психологии личности. В 2 т. – СПб.: Питер, 2005.

Электронные ресурсы:

1. БД «MedArt»
 2. БД «Медицина»
 3. ЭК КрасГМУ
 4. Электронная библиотека Absotheue
-

Спасибо за внимание!
