

Teórie učenia

PhDr. Miloš Šlepecký

Abnormálne správanie sa osvojí učením tak ako každé iné správanie. Vzniká ak sa neposilňuje, alebo trestá adaptívne správanie, či posilňuje maladaptívne správanie.

/Dieťa si môže osvojiť agresívne správanie od takto sa správajúcich rodičov. Môže sa ho naučiť aj napodobňovaním správania hrdinov z televízie. Ak agresivitou dosiahne cieľ, je posilnené a jeho správanie sa upevní.

Habituačné učenie

- Prirodzená schopnosť nášho organizmu adaptovať sa na podnety.
- Podnetové prahy

Teórie učenia z ktorých vychádza

- Thorndikeov zákon účinku: Keď správanie odmeňujete zvyšujete pravdepodobnosť jeho výskytu.
- Učenie pokusom a omylom: odpovede ktoré viedli k úspechu sa pravdepodobne budú opakovať.

Burrhus Frederick Skinner

- Moje správanie v každom momente nie je ničím iným ako výsledkom genetického základu, osobnej histórie a súčasného prostredia. To však neznamená, že dokážem vysvetliť všetko, čo robím, alebo čo som robil. B.F. Skinner, 1983.

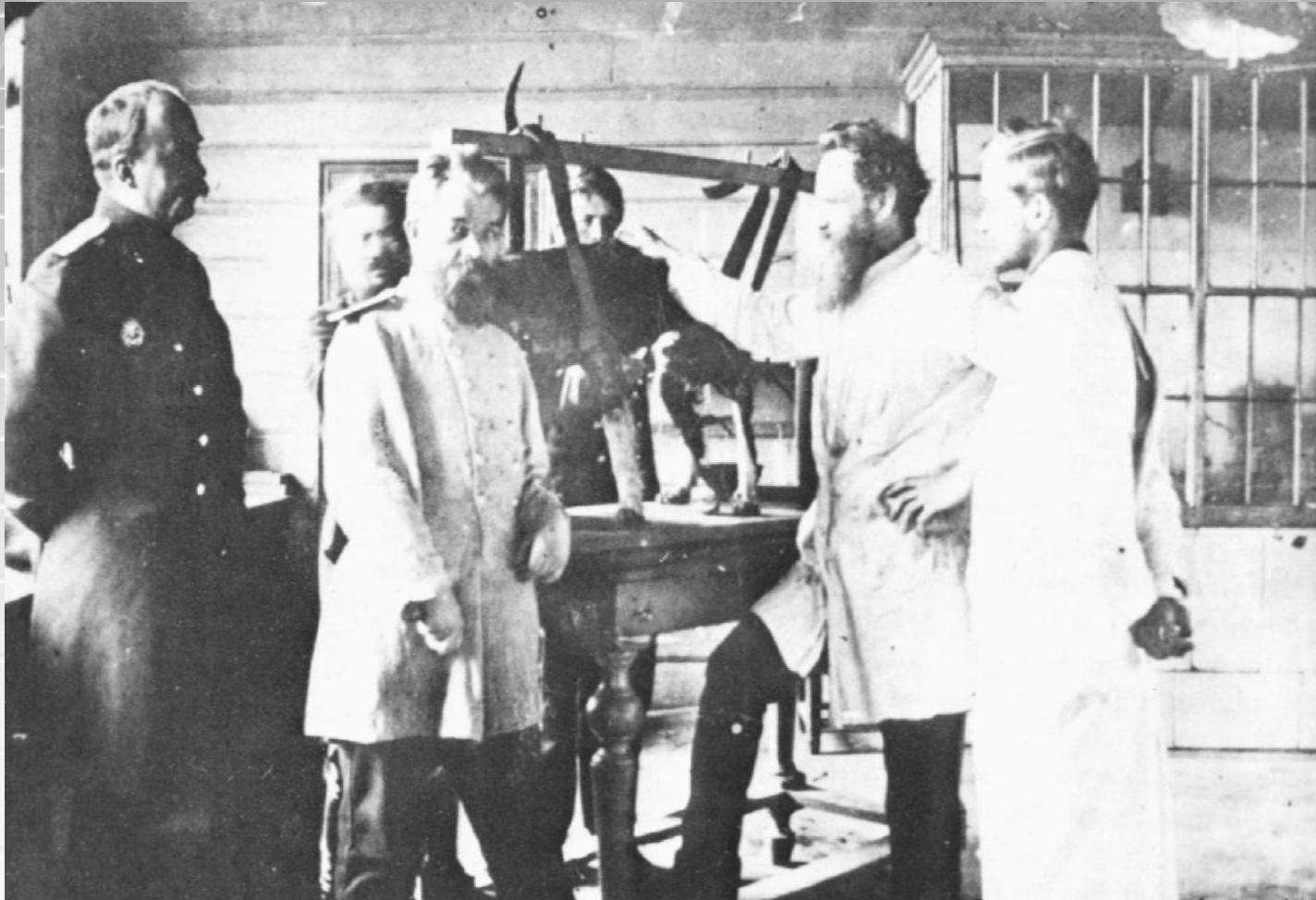
Práca

- Experimentálne pozoroval potkany a holuby.
- Bol fanatik
- Mnohé prejavy správania sa vyskytovali naslepo a náhodne
- Po ktorých nasledovali príjemné dôsledky tak sa mali tendenciu vyskytovať častejšie a zámerne.
- Voľne spustené správanie nazval operantným /operačným/ a príjemné dôsledky určitého správania posilnením.

Skinner Operačné podmieňovanie

- **Operácia** je vôľové správanie /odpoveď/, ktorá **ovplyvňuje** prostredie.
- Záchvat zúrivosti a široký úsmev sú rovnaké operácie, ak vyvolávajú pozornosť rodičov.
- Operačné podmieňovanie. Určitá operácia /pozorované konanie/ je posilnené /odmenené/ a to zvyšuje pravdepodobnosť jej výskytu.

Pavlovov pes



Pavlov klasické podmieňovanie

- Je to podmienené spojenie medzi podnetom a reflexom.
- Spároval zvonec s potravou, ktorá spôsobovala slinenie.
- Pes sa naučil sliniť na zvuk zvonca.

Podmieňovanie

- Označenie inštrumentálny znamená, že správanie, ktoré má dôsledky, slúži ako inštrument, povzbudzujúci, alebo naopak tlmiaci svoje vlastné zopakovanie.
- U Pavlova sa posilnenie spájalo s podnetom, u Skinera s odpoveďou.
- U Pavlova je dôležité to, čo sa udialo pred správaním, u Skinnera to, čo sa udialo ako dôsledok správania.

- U Pavlova sa posilnenie spája s **podnetom**

- U Skinera s **odpoved'ou**

- **Podmieňovanie**

- S  R Pavlov

- R  S /posilnenie/ Skinner

Dvojfaktorová teória strachu

Mowrer

- Je kombináciou klasického a operačného podmieňovania.
- 1. Určitá situácia vedie klasickým podmieňovaním k rozvoju strachu.
- 2. Vyhýbavé správanie znemožňuje vyhasnutie naučenej reakcie a je udržiavané znížením strachu.
- Očakávanie úzkosti sa postupne generalizuje na iné podnety.

Posilnenie

- Správanie sa získava a upevňuje dôsledkami.
- Poznáme tri základné druhy posilnenia.
- Pozitívne posilnenie, čiže poskytnutie niečoho /jedla, vody, sexuálneho kontaktu/.
- Negatívne posilnenie, odstránenie niečoho /ostrého svetla, elektrického šoku/.
- Trest, škodlivý podnet, ktorého úlohou je znížiť pravdepodobnosť výskytu nežiadúceho správania.

Získavanie a upevňovanie správania

- Správanie **pretrváva** ak má príjemné dôsledky
- Ak odmena neprichádza, správanie **vyhasína**
- Správanie sa získava a upevňuje dôsledkami

Naučená bezmocnosť, Seligman

- Ak je organizmus vystavený averzívny podnetom pred ktorými nie je úniku vykazuje podobnú neschopnosť naučiť sa adaptívnejším reakciám i keď už podnetom uniknúť môže.

Teória sociálneho učenia Bandura

- Učenie napodobňovaním
- Zástupné klasické podmieňovanie emočných reakcií /Pozorovateľ sa môže naučiť reagovať určitou emóciou na situáciu i tak, že pozoruje reakcie niekoho druhého.

Behaviorizmus

- Príčinu symptómu považuje za nepodstatnú.
- Podstatný je zdroj posilnenia
- Problém pretrváva, lebo ho niečo posilňuje
- Ak sa nezmení posilnenie, nezmení sa ani problém a náhľad je zbytočný
- Úlohou psychoterapie je zmena maladaptívneho správania pomocou práce s posilňovačmi.