

Behaviorismus

„psychologie bez duše“

PaedDr. Mgr. Hana Čechová

„Behaviorismus je velkým směrem americké psychologie 20. století. Inspirován pozitivistickým ideálem (poznámka: vyhnout se spekulaci, požadavek ověřitelných faktů) vědy odmítl metodu introspekce jako nevědeckou a předmět studia psychologie omezil na objektivně pozorovatelná fakta, tedy především na studium chování.

Z hlediska behaviorismu je lidská mysl černá skříňka (black box), k níž objektivními metodami vědeckého zkoumání nelze proniknout.“

(Plháková Alena, Dějiny psychologie, s. 149)

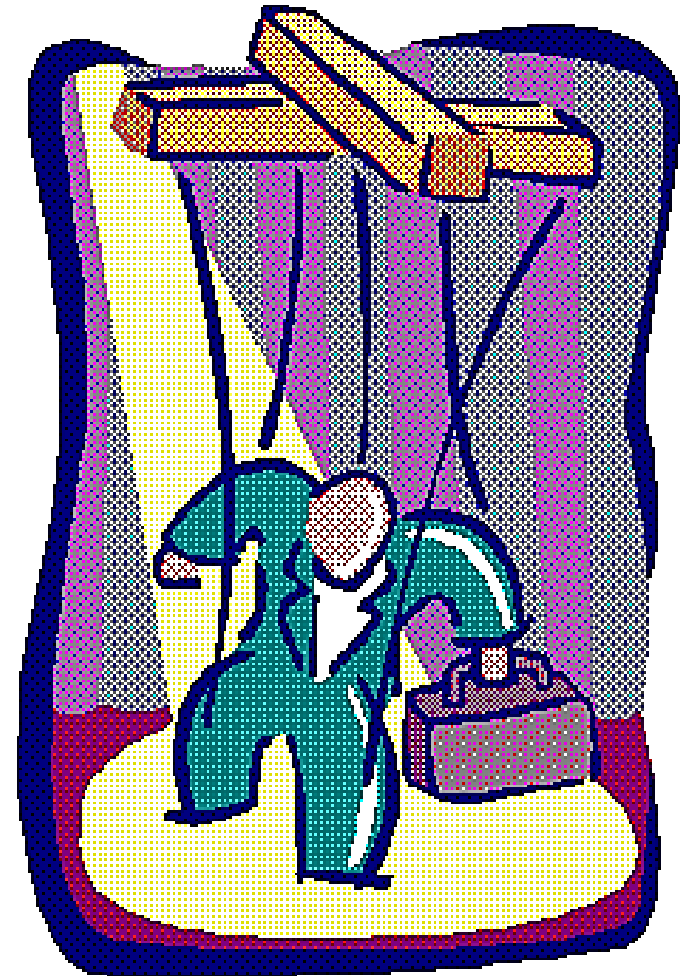
„Behaviorismus je myšlenkový směr, v jehož centru zájmu stojí chování, jeho pozorování a analýza. Psychologie je podle pojetí behaviorismu čistě objektivní, experimentální přírodní věda.

Jejím cílem je předvídání a ovládání chování.

(Behaviorismus. In Wikipedia: the free encyclopedia online)

Osnova

1. Behaviorismus
2. Východiska
3. Zásady
4. Spor behavioristů a mentalistické psychologie
5. Ruská reflexní škola
6. John Broadus Watson
7. Neobehaviorismus
8. Kritika behaviorismu
9. Využití teorií behaviorismu



<https://learningtheories.wikispaces.com/Group+1+-+Behaviorism>

1/ Behaviorismus

- Velký americký směr psychologie poč. 20. stol.
- Nazýván „**psychologie bez duše**“
- Nově vymezuje předmět psychologie
- Centrem zájmu je **CHOVÁNÍ** (behavior), jeho pozorování a analýza
- Chování je rozložitelné do reakcí
- Reakce lze studovat v závislosti na působících podnětech na organismus
→ **zkoumá proces adaptace člověka na prostředí**
- VÝCHOZÍ PŘEDPOKLAD: vzorec **S (stimul) – R (reakce)**
- Cíl: **předvídat a ovládat chování**
- **Popírá roli dědičnosti** (J. B. Watson)

2/ Východiska

- 1) Bezpodmínečný **požadavek vědeckosti** $\leftrightarrow$ vše, co je zkoumáno, musí být empiricky přístupné výzkumníkovi (psychologovi)
- 2) Toto lidská psyché nesplňuje $\leftrightarrow$ introspektivně přístupná pouze zkoumané osobě, ne však výzkumníkovi (psychologovi)
- 3) Lidské psyché má i nevědomé složky, které nejsou přístupné ani svému nositeli (teorie hlubinné psychologie)
- 4) Behavioristé: na základě bodu 2 + 3

ZÁVĚR: hledisko vědeckosti se pomocí introspekce zcela vytrácí

3/ Zásady

- 1) Psychologie chápána jako čistě přírodní věda o **chování**
- 2) **CÍL:** chování poznat a ovládat
- 3) **Chování člověka je pouze sadou podmíněných reakcí na podněty** → lze zaznamenat tělesné, svalové a fyziologické reakce
- 4) Přecenění roli **výchovy**
- 5) Odmítnuty vrozené psychické dispozice
- 6) Dodržování schématu **S (stimul) – R (reakce)**
- 7) Zcela vyřazeny **vnitřní duševní pochody** → vědomí, mentální stavy jsou nezachytitelné a odvozené, tudíž **nezkoumatelné**



Co je mezi S – R je jen černá skříňka (black box), něco co nehraje příliš velkou roli a nemá smysl se tím zabývat.

4/ Spor behavioristů a mentalistické psychologie

➤ Odpor behavioristů vůči:

1/ introspektivní metodě (introspekce = „dívat se dovnitř“) = pečlivé zkoumání vlastních subjektivních zkušeností

2/ mentalistickému vymezení předmětu psychologie

a) psychologie je věda o lidské psychice, jednání (chování) a prožívání → psychologii chápou jako humanitní, společenskou vědu o prožívání

b) zkoumá **psychické jevy** a jejich **vnější projevy (chování)**

c) chování a prožívání tvoří funkční jednotu

↔ chování je nástrojem (výsledkem) prožívání

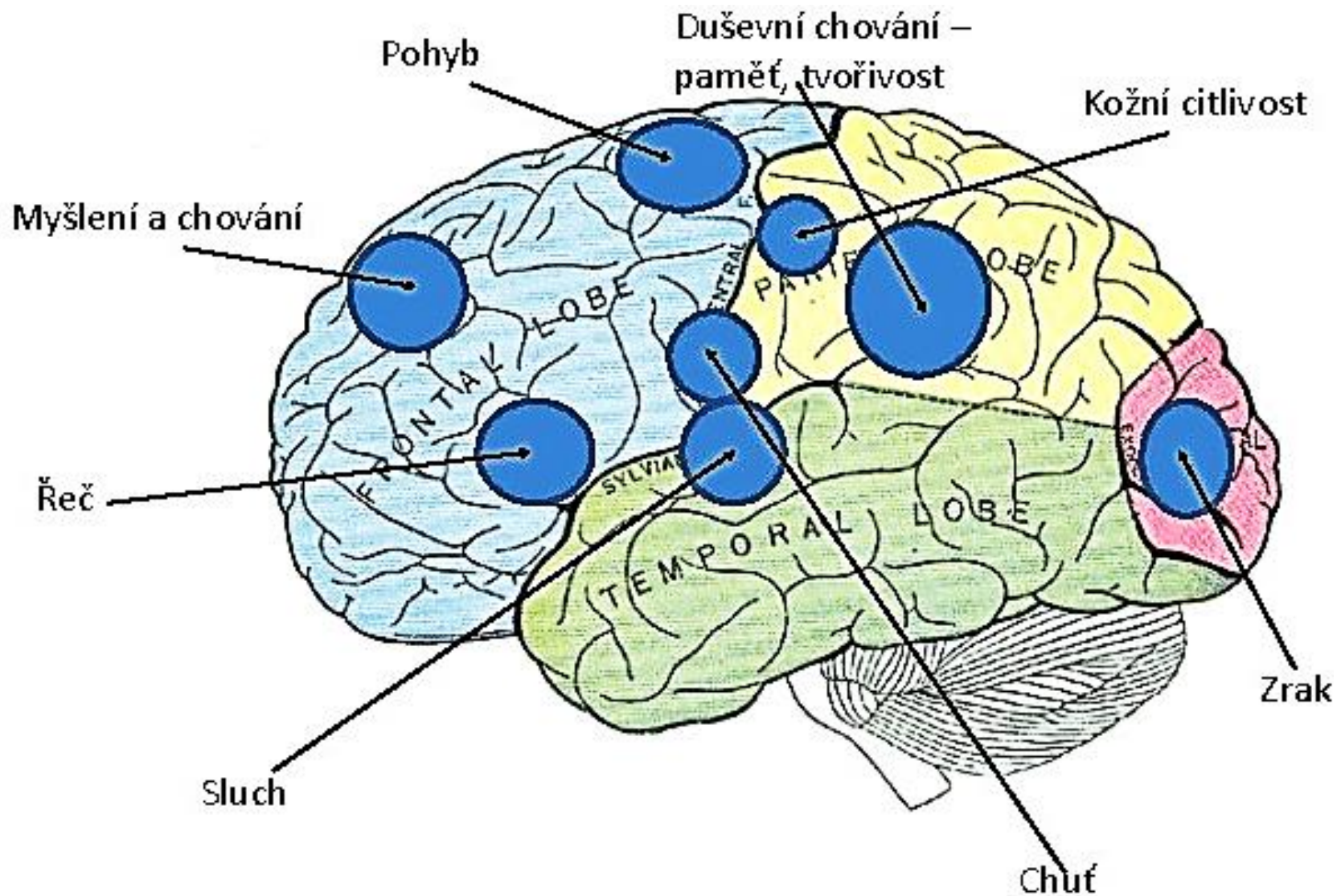
5/ Ruská reflexní škola

- Předchůdce behaviorismu
- Přísně objektivní a materialistický přístup ke zkoumání lidské psychiky
- Psychologem – analytikem může být pouze **fyzilog**

Ivan Michailovič Sečenov (1829 – 1905)

- a) odpůrce introspektivní psychologie
- b) „**mozkové reflexy**“ – psychickou činnost ztotožnil s reflexní mozkovou aktivitou, pojem asociace nahrazen termínem „**reflexní oblouk**“
- c) reflexní aktivita člověka podstatně složitější než u zvířat
- d) **termíny:**
 - bezděčné reflexy** (kašel, kýchání...)
 - reflexy úmyslné** (ovlivněny vyššími mozkovými centry)
 - mozková centra** reflexy tlumí (**inhibice**) nebo zesilují (**excitace**)

Většina center lidského chování (činnosti ovlivněné vůlí) jsou umístěny v mozkové kůře (šedá hmota mozková, povrch koncového mozku).



ruská reflexní škola

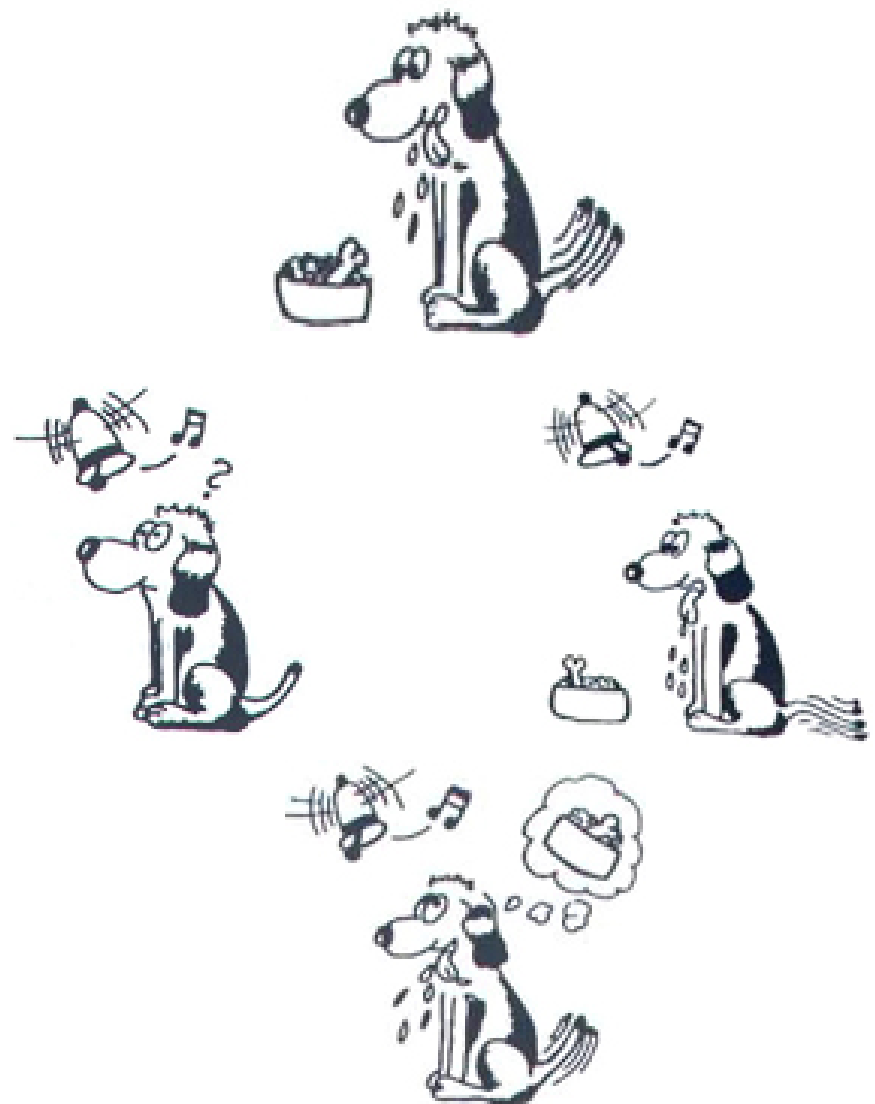
Ivan Petrovič Pavlov (1849 – 1936)

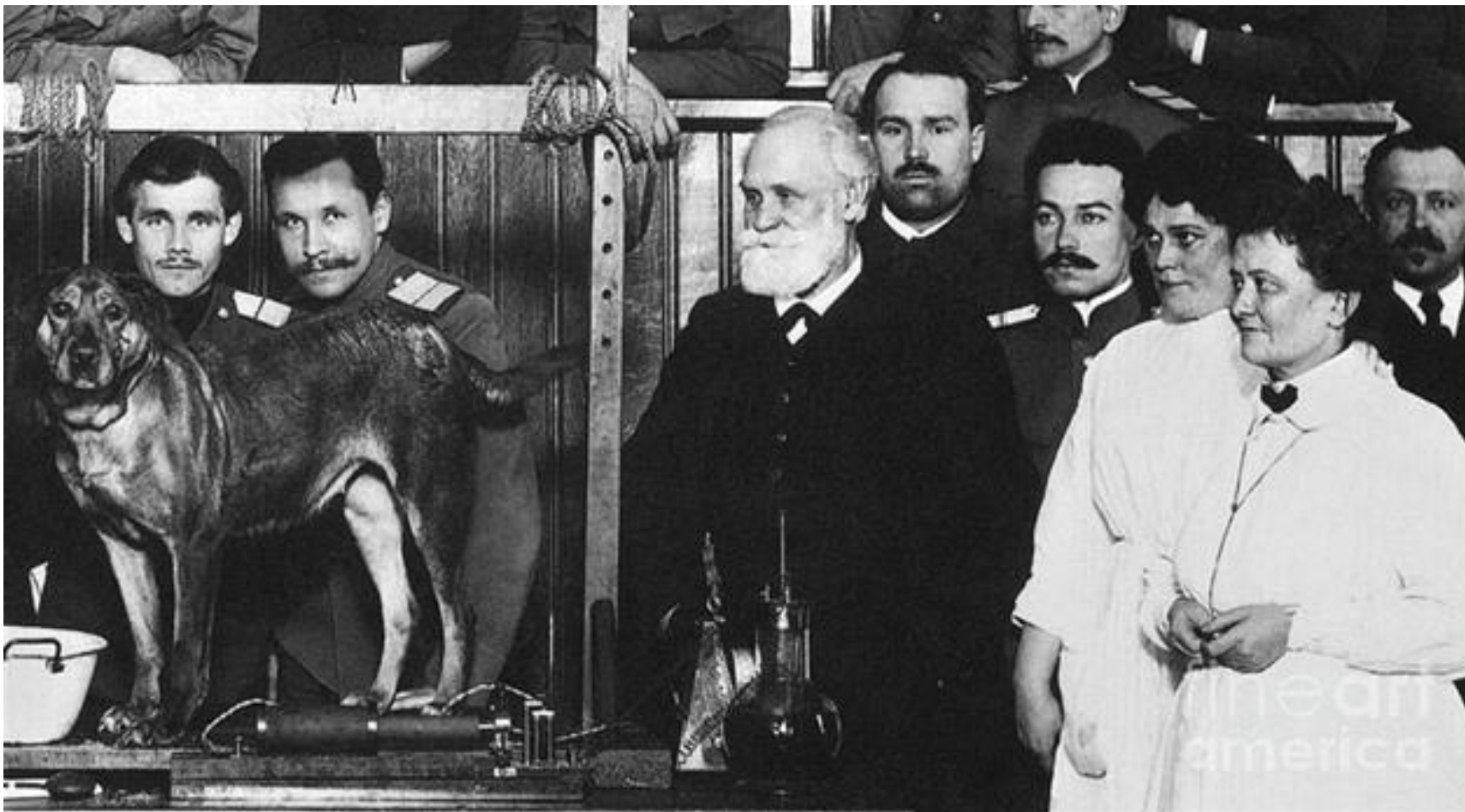
- 1904 Nobelova cena za výzkum trávicích procesů
- Světově známý objevem ***klasického podmiňování***
 - 1/ pokusy se psy (produkce slin při krmení)
 - 2/ psi začali slinit, když ucítili krmení
 - 3/ po několika dnech→ sliní, když jen uslyšeli kroky zřízence nebo vrznutí dveří

⇒ SYSTEMATICKÝ VÝZKUM

- 1/ těsně před krmením puštěn metronom (cca 7 - 9krát za den)
- 2/ po 2 – 10 dnech: psi sliní bezprostředně po zapnutí metronomu

1. **Nepodmíněný podnět** evokuje určitou vrozenou reakci bez předchozího učení. V Pavlovových experimentech bylo nepodmíněným podnětem navlhčené mleté maso se suchary.
2. **Nepodmíněný reflex, tj. slinění** je nenaučená, vrozená odezva na nepodmíněný podnět (potrava).
3. **Podmíněný podnět** je původně neutrální stimul (př. kroky, tikání metronomu), který během učení získal schopnost vyvolávat vrozenou reakci = slinění.
4. **Podmíněný reflex** je původně nepodmíněná reakce (slinění), kterou vyvolal podmíněný podnět (tikání metronomu) ↔ slinění na základě zvuku (a bez potravy)





https://1gr.cz/fotky/bulvar/15/083/org/BK5d8db5_ivan_petrovich_pavlov_granger.jpg

klasické podmiňování

- **Reflexy nepodmíněné** – vrozené (dýchání, mrkání, kýchání...), automatická reakce, vyvinuly se v průběhu vývoje jako následek stále se opakujících vlivů vnějšího i vnitřního prostředí, nutné k zachování života, **nemění se** ⇒ **nezajišťují přizpůsobení se organismu měnícím se podmínkám**
- **Reflexy podmíněné** – naučené (červená = stůj), tvoří se v kůře mozkové, **vyhasínání** ⇒ musí se posilovat, **zajišťují přizpůsobení se organismu měnícím se životním podmínkám**
- **Klasického podmiňování se využívá při léčbě některých závislostí**, např. alkoholismu.
- Po požití alkoholu se podává tabletka (antabus, disulfiram), která do cca 30 minut vyvolává zvracení.
- Léčba trvá několik týdnů
- Vzniká spojitost ⇒ pohled, vůně nebo požití alkoholu vyvolává pocit zvracení

6/ John Broadus Watson (1878 - 1958)

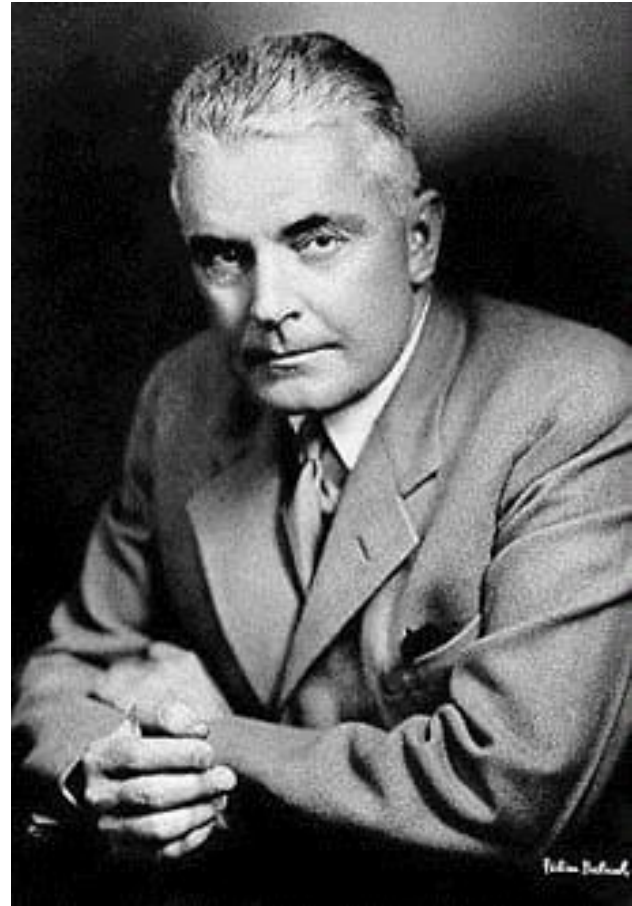
- Zakladatel behaviorismu
- Navázal na výzkumy I. P. Pavlova (1849-1936)
- **TEZE:**
Téměř všechno chování je výsledkem podmiňování a prostředí formuje chování jedince posilováním určitých návyků.
- **PŘEDPOKLAD:**
 - 1/ základním prvkem zkoumání v psychologii má být **pozorovatelné a měřitelné chování**
 - 2/ správný vědecký přístup se omezuje na **zaznamenávání tělesných, muskulárních a fyziologických reakcí**
 - 3/ **vědomí a mentální stavy** považuje za **odvozené a nezachytitelné**
 - 4/ zaměřuje se na chování jako takové
 - 5/ zkoumá podněty a reakce na ně, odměny a tresty, které následují
S (stimul) – R (reakce)

Popírá roli dědičnosti:

„Dejte mi na výchovu tucet zdravých dětí a já vám zaručím, že z každého z nich vychovám specialistu, jakého náhodně zvolím – lékaře, právníka, umělce, obchodníka, dokonce i žebráka, zloděje bez ohledu na jeho talent, sklony i bez ohledu na vlastnosti jeho předků“.

Tři v této době revoluční principy.

1. Náplní psychologie by mělo být **chování**, nikoli vědomí
2. Metoda zkoumání by měla být spíše **objektivní** než introspektivní
3. Cílem psychologie by mělo být spíše „**předpovídání a ovládání chování**“ než základní porozumění duševním jevům



Silně kontroverzní pokusy na dětech, kompromitující způsob života → musel se vzdát profesorského místa na univerzitě v Baltimoru.

Poté působil jako psycholog reklamní agentury J. Waltera Thompsona – velice úspěšný. V roce 1957 obdržel od Americké psychologické asociace **zlatou medaili za přínos pro psychologii**.

➤ Zkoumal

1/ nepodmíněné reflexy dětí od narození do 1 roku; -> **dítě má**

-> **3 instinktivní reflexy**: sací, pátrací, uchopovací

-> **3 emocionální reakce**: strach (zadržení dechu, sevření rtů, hlasitý zvuk), zlost (napětí, zadržení dechu, bití ruka, zrudnutí), láska (broukání, vrnění, úsměv)

➤ **CÍL: dokázat, že veškeré další lidské chování a reakce jsou vytvořeny z PODMÍNĚNÝCH reflexů** → pracovní zpráva a studie Albert B. – PODMÍNĚNÁ REAKCE STRACHU (viz Morton Hunt, Dějiny psychologie, Portál, Praha 2000, str. 248)

➤ ZÁVĚR:

→ jakoukoliv reakci, ať už záměrně či nezáměrně, se člověk naučí v průběhu života => vyloučil veškeré okolní vlivy (genetika), označil je procesem učení

➤ Po ukončení experimentu se společně se svoji asistentkou a studentkou nijak nesnažil dítě Alberta B. podmíněné reakce zbavit...

Na ověření této hypotézy provedli v zimě 1919/1920 Watson a jeho studentka Rosalie Raynerová experiment, který se stal jedním z nejslavnějších v historii psychologie, pokus vyvolat podmíněnou reakci strachu u jedenáctiměsíčního chlapce, který se v jejich pracovní zprávě jmenuje Albert B.²⁸ Když bylo Albertovi devět měsíců, umístili v jeho blízkosti bílou krysu, ale nejevil žádný strach; strachem však reagoval, když těsně za jeho hlavou uhodili kladivem do ocelové tyče. Watson a Raynerová nechali uběhnout dva měsíce, aby zážitky vymizely, a pak zahájili experiment. Položili krysu před Alberta, který na ni dosáhl levou rukou; jakmile se jí dotkl, uhodili za ním do ocelové tyče. Chlapec sebou prudce trhl, padl dopředu a zabořil tvář do matrace. Při druhém pokusu Albert sáhl na krysu pravou rukou, a jak se jí dotkl, znovu se udeřilo do tyče; nato Albert poskočil, padl dopředu a začal naříkat.

Watson a Raynerová další experimenty o týden odložili, „aby dítě tolik nerozrušovali“, jak napsali – což je nepochopitelná poznámka, protože když chtěli pokračovat, měli v úmyslu je značně zneklidňovat a skutečně to dělali. V průběhu řady dalších pokusů, při nichž se krysa umisťovala blíže k Albertovi a tlouklo se do tyče za jeho hlavou, se u Alberta naplno rozvinula podmíněná bázlivá reakce při pohledu na krysu:

V okamžiku, kdy se krysa objevila, dítě začalo plakat. Téměř ihned se prudce otočilo doleva, převrátilo se na levý bok, pozvedlo se na všechny čtyři a začalo rychle lézt pryč, že jsme je taktak stačili zachytit u kraje stolu.

Nové a nové experimenty ukazovaly, že Albert svůj strach zobecnil na další chlupaté objekty: králíka, psa, kožešinový kabát, vatu a Watsonovu veselou masku Santa Clause. Po měsíční přestávce byl Albert testován opět a Watson s Raynerovou se zjevným uspokojením zaznamenali, že plakal a bál se krysy i mnoha dalších chlupatých podnětů, které se mu ukazovaly, aniž by to doprovázel úder do ocelové tyče.

uchopovací test, malý Albert (11 měsíců) test



https://cdn-images-1.medium.com/max/1200/1*3hxnjIBd623kzn-xylaoGA.jpeg



<https://pbs.twimg.com/media/CsNibumUkAAPGRL.jpg>

7/ Neobehaviorismus

- Cca od roku 1930
- Vliv dalších systémů psychologie, především ***gestalt psychologie*** (tzv. tvarová psychologie) a ***psychoanalýzy***
- Zakladatel **Edward Chace Tolman** (1886-1959)
- Snaha překonat mechanické chápání psychiky
- Rovnice **S (stimul) – O (objekt) – R (reakce)**
- **OBJEKT JE PROMĚNNÁ**: př. dědičnost, momentální psychický stav, zkušenosti, vzdělání, inteligence, míra vzrušivosti, očekávání...
⇒ uznává, že existují i jiné vlivy působící na člověka (popř. zvíře), které jeho počínání ovlivňují
- **Teorie silně ovlivnily pohledy na proces UČENÍ SE**

John Dollard (1900 – 1980)

Neal Elgar Miller (1909 – 2002)



- Učící se jedinec musí být k odezvě puzen a za její provedení za přítomnosti signálu potom odměněn
=> aby se někdo učil, **musí něco chtít, něčeho si všimnout, něco udělat a něco získat**
- Činiteli jsou

PODNĚT (pudová potřeba) – **SIGNÁL** – **ODEZVA** – **ZPEVNĚNÍ** (návyk)
mám hlad *KFC* *najím se* *VŽDY se stavím*

Signál může být tak silný (KFC), že se stane potřebou (jídlo) a nutí jedince k činu (jdu do KFC a nemusím mít skutečný hlad)

- **Osobnost není vrozená, ale získaná v procesu socializace**

Burrhus Frederic Skinner (1904 – 1990)



- Nejslavnější neobehaviorista, věrný původnímu vzorci S – R
- **Zabývá se efekty, které má jednání na okolí**
- Tvůrce teorie **OPERANTNÍHO PODMIŇOVÁNÍ (učení úspěchem)**
=> klíčem změny chování je reflex, nikoli podnět; př. šlápnutí na pedál (neutrální reflex) je odměněno plynulou jízdou...
- **POSÍLENÍ (zpevnění)** - kladný důsledek chování, zvyšuje pravděpodobnost budoucího výskytu chování
 - 1/ **pozitivní posílení** - určité chování odměněno něčím pozitivním, příjemným
 - 2/ **negativní posílení** – chování je posilováno tím, že se chceme vyhnout nepříjemným podnětům (je mi horko = otevřu okno)
- **TREST** – něco nepříjemného jako důsledek mého chování => snaha vyhnout se trestu ovlivňuje způsob chování
- závěr: **KLASICKÉ PODMIŇOVÁNÍ UPEVNĚUJE PODNĚT, OPERANTNÍ PODMIŇOVÁNÍ UPEVNĚUJE ODEZVU**

8/ Kritika behaviorismu

- 1) Studium lidské psychiky omezeno jen na chování
- 2) Odľidštění psychologie – zaměřen na chování zvířat
- 3) Znamenal **krajní empirismus** = existuje pouze to, co vnímám JÁ, co nevnímám, vlastně NEEXISTUJE $\Rightarrow$ lidské chování je produktem osobní zkušenosti
- 4) Setrvávání u vzorce S - R je v podstatě mechanistickým pojetím chování

9/ Využití teorií behaviorismu

- **Kognitivně - behaviorální terapii** - zejm. při léčbě fobií (přeučení)
- Behaviorální terapeuté spojují přesvědčení, že **poruchy chování jsou v podstatě NAUČENÉ REAKCE**
- V behaviorální terapii kladen velký důraz na **techniky**
⇒ nutné najít přiměřenou nacvičovací techniku, která nevhodné chování odstraní, nebo chybějící reakci doplní
- Pokud terapeut zajistí vhodné podmínky, učení nebo odnaučování probíhá automaticky
- Behaviorální terapie se snaží **vypořádat s PŘÍZNAKY, nehledá základní příčiny nemoci**
⇒ toto behaviorální terapeuti připouštějí a považují to za správné

LÉČENÍ SYMPTOMŮ, NA KTERÉ SI PACIENT STĚŽUJE, MÁ BÝT HLAVNÍ VĚCÍ, KTERÉ MUSÍ TERAPEUT VĚNOVAT POZORNOST.

ke zhlédnutí

- ✓ **I. P. Pavlov** a klasické podmiňování (AJ)
www.youtube.com/watch?v=hhqumfpxuzl
- ✓ **John Watson** a „Little Albert“(AJ)
www.youtube.com/watch?v=KxKfpKQzow8
- ✓ **E. L Thorndike** a hlavolamová skříňka (jaká zvířata a za jakých okolností se dostanou ven)(AJ) www.youtube.com/watch?v=BDujDOLre-8
- ✓ **B. F. Skinner** a operativní podmiňování (AJ)
www.youtube.com/watch?v=X6zS7v9nSpo&feature=relatedwww.youtube.com/watch?v=ZlZekx1P1g4&feature=fvwrel
- ✓ **Teorie velkého třesku** – Operantní podmiňování (česky)
<https://www.youtube.com/watch?v=AlhJYeSWqSs>
- ✓ <https://www.brainmarket.cz/nase-novinky/vse--co-jeste-chteli-vedet-o-mozku-a-bali-jste-se-zeptat/> - hezký a jednoduchý přehled