

Бихевиоризм

Идеи высказывал еще У. Джемс, говоря о навыках, которые формируются в проблемных ситуациях. Основу бихевиоризма закладывает Эдвард Торндайк, который сам себя к бихевиористам не относил. Само движение возникает в 1912 году, когда Джон Уотсон публикует статью "Психология с точки зрения бихевиоризма". Принципы практически не отличаются от Торндайка, но они высказываются как единственно верные. С 1912 г. до 30-х годов начинается триумфальное шествие бихевиоризма.

Э. Торндайк проводил эксперименты на кошках. Кошка, которая не ела некоторое время, помещалась в клетку, вне которой находилась миска с едой. Кошка металась по клетке и случайно нажимала на рычаг, который открывал клетку. Торндайк отмечал время, которое необходимо, чтобы открыть клетку. Эксперимент повторялся, модифицировался, строились кривые научения и т.д.

Проводились эксперименты в лабиринтах (проблемные ящики).

Традицию экспериментов с крысами вводит Дж. Уотсон. Отличие экспериментов Павлова и Торндайка впервые обозначил Б.Ф. Скиннер.

Модель экспериментов Торндайка:

$$S \rightarrow R \rightarrow S \rightarrow R'$$

R' – это правильное поведение, которое при повторении закрепляется. Это оперантное научение.

Модель экспериментов Павлова (а затем Уотсона):

$$S \rightarrow R \rightarrow S' \rightarrow R$$

В данном случае меняется стимул, реакция остается той же. Стимул, который не вызывал реакцию, начинает ее вызывать.

Дж. Уотсон проводил эксперименты с детьми при возникновении эмоций. Ребенка пугали, показывая зайчика. В дальнейшем на зайчика ребенок плачет. После этого надо было отучить ребенка бояться. Техника систематической десенсибилизации. Ребенка сажали на руки матери и вдалеке демонстрировали зайчика, а затем постепенно его приближали до тех пор, пока зайчик не оказывался рядом с ребенком.

Торндайк: пробы – ошибки – случайный успех. Формирует законы научения:

- закон повторения (частоты повторения);
- закон ассоциативного сдвига;
- закон готовности (для успешного научения необходимо наличие потребности).

Торндайк игнорировал то, что недоступно наблюдению. Это стало отличительной чертой бихевиоризма. Эти правила высказываются и Дж. Уотсоном.

Дж. Уотсон формализует принципы бихевиоризма:

- 1) бихевиорист исследует поведение, не обращая при этом к тому, что невозможно измерить;
- 2) бихевиорист не обращается к фактам, которые не являются наблюдаемыми.

Дж. Уотсон разрабатывает свою концепцию мышления: мышление это внутренняя речь, понимаемая как субвокальное проговаривание, которое также можно измерить.

Уотсон верил в то, что из человека можно сформировать все, что угодно, вне зависимости от способностей, задатков и т.п.

В 30-е годы благодаря жесткой формуле удалось сформулировать правила проведения эксперимента. Тогда же в бихевиоризме вводятся в рассмотрение гипотетические конструкты. Постепенно с 30-х гг. ортодоксальный бихевиоризм становится экзотикой.

В 30-е гг. была осознана необходимость введения гипотетических конструктов: образных компонентов, потребностей, мотивации.

С точки зрения бихевиористов проблемы человека есть результат неправильного научения. Психологическая работа есть изменение неадекватных форм поведения на более адекватные посредством переучивания. Т.о. методы: наблюдение, эксперимент. Почти все эксперименты в психологии выполнены в бихевиористской традиции.

Родоначальником когнитивного бихевиоризма является Эдвард Толмен. Дальнейшее развитие – когнитивная психология, которая зарождается как включение в психологию кибернетических понятий (Н. Винер) и понятий теории связи. Она возрождает структурные представления.

В 30-е гг. Кларком Халлом внедряются понятия потребности и влечения, он строит свой вариант бихевиоризма – гипотетико-дедуктивный.

$$T_p = f [(P+V) * sHr],$$

где: T_p – тенденция поведения;

P – потребность (как функция депривации)

V – влечение (как функция опыта)

sHr – сила стимул-реактивной связи.

В конце 30-х гг. группа молодых американских ученых призывает к эмпирической проверке положений психоанализа. Следствием этого было обширное исследование мотивации. В итоге это становится отдельным направлением в психологии: У. Тейлор (тревожность), Спенс (агрессия), Г. Мюррей (разработка проективной методики для исследования мотивации (ТАТ – тест тематической апперцепции), разработка эмпирической классификации мотивов, он же говорит о том, что человек при неопределенном содержании стимульного материала склонен дополнять своими переживаниями интерпретацию стимульного материала).

Ортодоксальный бихевиоризм просуществовал довольно долго в лице Б. Скиннера. Он себя исчерпал к началу 60-х годов с появлением работ лингвиста Хомского.

Самое большое достижение Скиннера - формула оперантного научения:

$$S_T \rightarrow R \rightarrow S_T \rightarrow R'$$

Позитивное и негативное подкрепления.

В 30-е – 40-е гг. американская психология, основанная на бихевиористских принципах, становится ведущей в мире.

Популярность бихевиоризма определилась на основе большой волны эмиграции в Америку. Обычно эмигрировали люди, у которых возникали определенные трудности. Общественное сознание, философия того времени в США говорила о том, что прошлое значения не имеет – все зависит от усилий человека.

Бихевиоризм предложил концепцию человека, который формируется внешними воздействиями. Такого рода идеи активно поддерживаются большевиками в России.

Природа человека изменяема. Идеи бихевиористов сильно повлияли на педагогику. В России: детские коммуны из разных условий, из разной среды. Все дети помещались в одинаковые условия. Акцент: коллективное воспитание лучше, чем семейное.

Существуют определенные программы, которые ориентированы на формирование у человека тех или иных поведенческих навыков.

Говорят о несколько поверхностном подходе бихевиористов к человеку, т.к. он очень технический. Возможно на основе навыков поведения влияние на личность человека, но это не единственное.

Манипулирование часто считается психологически вредным и опасным для самого человека. Если ты владеешь техниками, но они не совпадают с внутренним отношением, это может вызвать проблемы. В каких-то ситуациях проблема может исчезнуть, а в каких-то усилится. Встает вопрос, в каких случаях, какой метод эффективен.

В рекламе, управлении, торговле, менеджменте – считаются эффективными бихевиоризм + педагогика. В последнее время все больше внимания уделяется убеждениям, ценностям, мотивам. Необходимо осознанное сочетание подходов. Бихевиоризм очень практичен.

Гуманистическая психология

В 60-е годы возникает гуманистическая психология. Это направление изменило отношение к предмету и методам психологии.

Гуманистическая психология утверждает, что работать надо только с целостной человеческой личностью. Человек уникален, следовательно, никакие аналогии между экспериментами на животных и человеческим поведением невозможны.

Гуманистические психологи первыми заговорили о том, что здоровые нормальные люди могут быть объектом психологии (во всяком случае, они это себе приписывают).

А. Маслоу. Выдвинул идею самоактуализирующейся личности. Человек обладает потребностью в собственном развитии.

Основные принципы:

- 1) Индивид рассматривается как единое целое;
- 2) Неуместность экспериментов над животными;
- 3) Внутренняя природа человека в сущности хороша (или нейтральна);
- 4) Творческий потенциал человека;
- 5) Акцент на психическое здоровье.

Пирамида потребностей Маслоу:

- 1) физиологические потребности (витальные): голод, жажда и т.п.
- 2) потребности безопасности и защиты: долговременное выживание и стабильность.
- 3) потребности принадлежности и любви (аффилиации): присоединение и принятие.
- 4) потребность самоуважения: значение и компетентность.
- 5) потребности самоактуализации, или потребности личного совершенствования: реализация потенциала.

Т.о. расширяется понятие предмета психологии. Гуманистические идеи во многом были подготовлены когнитивизмом. Когнитивисты предложили когнитивную модель человека: поведение человека определяется не столько его внутриличностными особенностями или внешним воздействием ситуации, но, прежде всего, субъективным восприятием окружающей ситуации, его представлениями о социальной реальности, его картиной мира.

Т.е. взаимодействие с внешним миром происходит через призму своего опыта, реакция человека на ситуацию определяется его реакцией на его восприятие этой ситуации.

Курт Левин предлагает формулу:

$$B = f(P, E),$$

где: B – поведение; P – личность; E – окружение, среда.

Если мы хотим проанализировать поведение человека, необходимо учитывать части: личностное влияние и влияние среды.

Для психоаналитиков: $B=f(P, e)$

Для бихевиористов: $B=f(p, E)$

Курт Левин: ситуация должна быть описана не извне, а так, как ее видит человек (т.е. субъективно), следовательно, наша ситуация – часть нас самих. Т.о. исследуются связи личности с ситуацией. Тогда поведение человека становится следствием личностной интерпретации его восприятия ситуации.

Когнитивизм, гештальт-психология, другие движения постепенно породили то, что начинает оформляться в гуманистическую психологию. Она возникает в 60-е гг. Гуманистическая психология выступала в оппозиции, как психоанализу, так и бихевиоризму.

Время возникновения гуманистической психологии совпадает с возникновением движения хиппи, движения левых, студенческими волнениями во Франции. Мир, оправившийся от II мировой войны, хочет свободы, внимания к человеческой личности.

Ценности хиппи – самое ценное – человек, убеждение в том, что человек может быть лучше. Акцент на здесь и теперь, отказ от планирования жизни, делай то, что нравится, открытость, самораскрытость, налет иррациональности – способы познания необычным образом.

Эти же идеи витают в пространстве гуманистической психологии. И гуманистическая психология, и движение хиппи возникают в одном месте: Сан-Франциско, Калифорния.

Гуманистические психологи говорят: академическая психология не занимается жизнью человека и его проблемами. Т.о. гуманистические психологи занимаются человеком и его проблемами (это было провозглашено).

Основные принципы гуманистической психологии:

1. В центре внимания психологии – здоровая личность.
2. Психология должна быть наукой об индивидуальности, а не о типах людей. Отвергается возможность переноса каких-либо данных исследований на животных на человека.
3. Психология должна обладать потенциалом, позволяющим делать выводы, связанные с практической жизнью людей.
4. В центре внимания – субъективный опыт человека, субъективные переживания. Любые методы, такие как искусство, интуиция и др. принимаются.

Отвергается возможность объективного инструментального познания. В изучении людей мы должны идти путем понимания, а не объяснения.

И. Ялом, Р. Мэй.

Гуманистические психологи – те, кто объединился не вокруг одной идеи, а против общих врагов: психоанализа и бихевиоризма. Когда они отстояли себя как новое направление, начались проблемы вокруг единой общей платформы. Практически сразу гуманистическая психология начинает распадаться на ряд самостоятельных направлений и движений.

На сегодняшний день гуманистическая психология есть собирательная категория для ряда самостоятельных направлений.

К этим направлениям относятся:

- 1) Клиент-центрированная терапия К. Роджерса;
- 2) Гештальт-терапия;
- 3) Экзистенциальная психология.

В последние годы наступает некоторый спад, некоторое разочарование.

Гуманистическим психологам не удалось преодолеть разрыв между практикой и академической психологией. Чрезмерный акцент на индивидуальности стал причиной того, что человек рассматривался вне культурной и социальной среды. Слабость гуманистической психологии заключается в том, что она сильно продвинулась в плане личности, но сильно отстала в плане социальной среды.

Американская философия значительно больше философия отдельного человека, т.е. американская философия – наука об отдельном человеке.

В 70-80-е гг. возникает оппозиция европейской психологии американской. Психология европейца – это не то же самое, что психология американца. Европейец – человек социума, социальной среды, культуры. Необходимо и такое изучение человека, в котором человек рассматривается как единица социальной среды. Существует очень много вопросов, на которые до сих пор нет ответов. Большая ошибка, что науку, теорию, можно заменить практической работой.

Чем больше мы развиваемся в направлении практики, тем сильнее возвращаемся к теории.

На каком основании мы можем утверждать, что человек по своей природе позитивен? Существует ли путь самоактуализации как единственный?

Под знаменем гуманистической психологии активно развивается практическая психология. Сейчас ощущается дефицит в фундаментальном понимании человека.