

Konceptje psychologiczne człowieka

I. Konceptja behawiorystyczna

Fundamentem koncepcji behawiorystycznej jest założenie, że zachowanie człowieka, jego osiągnięcia w nauce i pracy twórczej, a także kontakty interpersonalne i działalność organizacyjna są zależne od dwóch głównych czynników: wyposażenia genetycznego oraz szeroko rozumianego środowiska fizycznego i społecznego. Na środowisko to składają się instytucje kulturalne, partie polityczne, system szkolny, sytuacja rodzinna oraz środki masowego przekazu. W ujęciu tym środowisko traktowane jest jako konfiguracja lub mozaika bodźców (S), które sterują reakcjami człowieka (R). Mówiąc językiem matematycznym, zachowanie R stanowi funkcję układu zewnętrznych bodźców, co oznacza, że jednostka jest w znacznym stopniu kontrolowana przez zewnętrzne zdarzenia. Głównym zadaniem psychologa w tej perspektywie jest badanie relacji zachodzących między bodźcami a reakcjami, przy czym przyczyn zachowania poszukuje się nie wewnątrz osobowości, lecz w zewnętrznym otoczeniu.

Współcześni behawiorysty rozszerzyli to podejście, zauważając, że relacja ta nie jest jednokierunkowa. Nie ograniczają się do stwierdzenia, że środowisko steruje człowiekiem, ale zwracają uwagę, iż działanie ludzkie wpływa zwrotnie na zmianę środowiska. Zachowanie ludzkie jest zatem sprawcze, ponieważ kształtuje otoczenie jednostki. Mimo to behawiorysty nakreślili wizerunek człowieka zewnątrzsterownego, którego zachowanie jest zaprogramowane przez aktywne środowisko. Prowadzi to do wniosku, że dzięki odpowiednim metodom manipulacji środowiskiem można dowolnie modyfikować reakcje ludzkie. Poglądy te, sugerujące, że aby ukształtować „człowieka doskonałego” z odpowiednimi nawykami, należy

najpierw stworzyć „doskonałe środowisko”, wpłynęły na rozwój tak zwanej inżynierii behawiorystycznej.

Sterowanie pozytywne i system wzmocnień

W optyce behawioralnej zachowanie jest zawsze narzędziem do osiągnięcia pewnych skutków (klasycznym przykładem jest szczur uczący się naciskania dźwigni w celu otrzymania pokarmu). Konsekwencje zachowania, które są ważne dla jednostki i sterują jej działaniem, nazywamy wzmocnieniami. Szczególne znaczenie ma rozróżnienie wzmocnień pozytywnych i negatywnych. Do pierwszych należą te pożądane i korzystne, często zwane nagrodami, takie jak pokarm, wynagrodzenie, uznanie społeczne, awans, podziw czy miłość. Wzmocnienia negatywne to bodźce awersyjne, czyli szeroko rozumiane kary: zagrożenie, przymus, dezaprobata, degradacja czy porażka. Najprościej rzecz ujmując, rzeczy dobre dla człowieka są wzmocnieniami pozytywnymi, a rzeczy złe – negatywnymi.

Główną rolę w efektywnym sterowaniu zachowaniem odgrywają wzmocnienia pozytywne. Skuteczna manipulacja wymaga jednak nie tylko doboru odpowiedniej nagrody (co jest trudne, gdyż ten sam bodziec może być dla jednych nagrodą, a dla innych karą), ale przede wszystkim właściwej procedury ich stosowania. Wyróżnia się tu kilka systemów. Procedura stałych odstępów czasowych, gdzie zachowanie nagradzane jest regularnie po upływie określonego czasu, często wywołuje skutki ujemne – ludzie pracują nierytmicznie, zwalniając po otrzymaniu nagrody (wypłaty) i zwiększając wysiłek tuż przed nią. Znacznie skuteczniejsza jest procedura stałych proporcji, gdzie wzmocnienie następuje po wykonaniu określonej pracy (np. po co n-tej reakcji), co pobudza aktywność i zwiększa tempo.

Jeszcze inne efekty przynoszą procedury zmienne. Procedura zmiennych odstępów czasowych, gdzie nagroda pojawia się nieregularnie i losowo, nie pozwala na przewidywanie momentu jej otrzymania. Najbardziej efektywny jest jednak rozkład o zmiennych proporcjach, przypominający grę losową (wygrana może

paść za pierwszym lub za setnym razem). W tej sytuacji ludzie pracują na wyczerpanych obrotach, żyjąc w ciągłej nadziei na nagrodę.

W procesie sterowania istotne są także metody konstruowania reakcji, takie jak metoda kolejnych przybliżeń. Polega ona na tym, że w początkowym etapie nagradza się zachowania jedynie zbliżone do pożądaných, a z czasem kryteria stają się coraz surowsze, aż do momentu, gdy nagradzane są tylko reakcje w pełni złożone i właściwe. Niestety, zasady sterowania pozytywnego są często łamane, co prowadzi do błędów, z których najpowszechniejszym jest opóźnienie wzmocnienia. Odroczenie nagrody drastycznie zmniejsza jej znaczenie i obniża poziom ludzkiego wysiłku – wzmocnienie powinno być bezpośrednie.

Sterowanie negatywne – mit kary

Sterowanie punitywne (awersyjne) polega na stosowaniu kar w celu wyeliminowania zachowań dewiacyjnych. Behawioryści wykazali jednak, że skuteczność tego sterowania jest znacznie niższa niż sterowania pozytywnego. Kara z reguły nie eliminuje zachowań aspołecznych, lecz jedynie je tłumi na czas istnienia zagrożenia. Gdy widmo kary znika, niepożądane reakcje powracają, a ludzie często uczą się jedynie, jak unikać przykrych konsekwencji, planując bardziej wysublimowane działania. Kara spełnia swoje zadanie tylko wtedy, gdy jest częścią całościowego programu modyfikacji zachowania, wskazującego jednocześnie drogę do nagród.

Stosowanie kar niesie ze sobą ryzyko skutków ubocznych. Należy do nich generalizacja hamowania (tłumienie również zachowań pożądaných), zaburzenia emocjonalne (lęk, agresja), unikanie źródła karania (np. unikanie szkoły przez karanych uczniów) oraz dostarczanie negatywnych wzorców zachowania (uczenie się agresji od karzącego). Specyficzną formą sterowania negatywnego jest procedura pozbawiania nagród, gdzie karą staje się utrata przywilejów. W tym przypadku ludzie koncentrują się na unikaniu sytuacji, które grożą taką stratą.

II. Koncepcja psychodynamiczna

Koncepcja psychodynamiczna stoi w opozycji do modelu behawiorystycznego. Zamiast człowieka zewnątrzsterownego, proponuje obraz jednostki kierowanej przez wewnętrzne siły motywacyjne, często nieświadome i skonfliktowane. Jak stwierdził Erich Fromm, podejście to interesuje się nie tyle tym, co jednostka myśli czy mówi, ale strukturą jej charakteru i energii. Znając siły napędowe, można przewidzieć zachowanie człowieka nawet w zmienionych warunkach. Twórcy tej koncepcji, zamiast inżynierii zachowania, opracowali zasady psychoterapii – metody klinicznej pomagającej w rozwiązywaniu nieświadomych konfliktów i adaptacji do świata.

Próba scalenia behawioryzmu i psychoanalizy jest teoria Dollarda i Millera, wyjaśniająca mechanizm działań za pomocą czterech terminów: popędów (motywatorów, np. głód), wskazówek (sygnałów orientacyjnych), reakcji oraz wzmocnień (reduktorów popędu).

Według współczesnych psychoanalitików działanie człowieka stymulują popędy, dzielące się na dwie klasy. Popędy pierwotne to wrodzone siły biologiczne (głód, unikanie bólu, seks), których zaspokojenie jest niezbędne do życia. Znacznie liczniejsza jest grupa popędów wtórnych, powstałych w wyniku socjalizacji. Należą do nich potrzeba bezpieczeństwa, potrzeby społeczne (władzy, miłości, kontaktu) oraz potrzeby osobiste. Co istotne, człowiek z reguły nie zna swojej motywacji i nie zdaje sobie sprawy z sił, które nim rządzą.

Realizacja tych dążeń napotyka na przeszkody, których głównym źródłem są konflikty. Mogą być to konflikty wewnętrzne (motywacyjne), gdy w człowieku ścierają się sprzeczne dążenia, lub zewnętrzne (interpersonalne), gdy cele jednostki stoją w sprzeczności z celami innych ludzi.

System obronny

W obliczu nierozwiązywalnych konfliktów i frustracji rodzącej lęk, uruchamia się nieświadomy system obronny „ja”. Mechanizmy te, odkryte przez Freuda, nie rozwiązują problemów, lecz jedynie redukcją lęk, działając podobnie jak środki przeciwbólowe. Do najważniejszych należą: represja (wypieranie ze świadomości myśli wywołujących lęk), stłumienie (świadome panowanie nad nieakceptowanymi dążeniami), projekcja (rzutowanie własnych wad na innych w celu ochrony samooceny) oraz racjonalizacja. Ta ostatnia polega na nieadekwatnym wyjaśnianiu przyczyn zachowania i zastępowaniu prawdziwych motywów tymi „mile widzianymi”. Bohdan Zawadzki wyróżnił tu „kwaśne winogrona” (uznawanie nieosiągalnego celu za nieważny) oraz „słodkie cytryny” (wmawianie sobie, że przykra sytuacja jest przyjemna). Istnieje także substytucja, czyli zastępowanie celów nieosiągalnych łatwiejszymi, która może przybrać formę kompensacji (cele podobne) lub sublimacji (wyrażanie popędów w formie społecznie uznanej, np. sztuce).

Anatomia lęku

W koncepcji tej kluczowe jest rozróżnienie strachu i lęku. Strach to reakcja na znane, zewnętrzne niebezpieczeństwo (np. egzamin, zwierzę), przed którym można uciec lub się bronić. Lęk natomiast jest sygnałem niebezpieczeństwa wewnętrznego, zagrażającym strukturze osobowości. Ponieważ jego źródło jest nieświadomione, ucieczka jest niemożliwa. Lęk wynika często z frustracji i konfliktów między popędami. Wyróżniamy lęk normalny (proporcjonalny do zagrożenia) oraz neurotyczny (nieproporcjonalny), który wymaga stosowania mechanizmów obronnych i blokady świadomości.

III. Koncepcja poznawcza

Zwolennicy koncepcji poznawczej odrzucają wizję człowieka jako marionetki sterowanej przez środowisko (behawioryzm) lub nieświadome popędy (psychoanaliza). Widzą w nim samodzielny podmiot, badacza, który przyjmuje, przetwarza i interpretuje informacje, nadając im sens. Podstawową metodą modyfikacji

człowieka jest tu celowe wychowanie i autokreacja.

Centralne miejsce zajmuje tu umysł, zwany układem poznawczym lub systemem reproduktywno-generatywnym. Posiada on względnie stałe właściwości (niezmienniki antropiczne) takie jak inteligencja, pamięć czy zdolność abstrakcyjnego myślenia.

TYPES OF MEMORY



**SENSORY
MEMORY**



**SHORT-TERM
MEMORY**



**LONG-TERM
MEMORY**

Informacje, które człowiek przetwarza (metabolizm informacyjny), pochodzą z dwóch źródeł: środowiska zewnętrznego oraz indywidualnego doświadczenia zapisanego w strukturach poznawczych.

Struktury poznawcze

Struktury te są centralnym składnikiem osobowości i zawierają sądy o środowisku naturalnym, kulturze, świecie społecznym oraz samowiedzę (strukturę „ja”). Wiedza ta może być deklaratoryjna („wiem, że...”) lub proceduralna („wiem, jak...”). System ten charakteryzuje się cechami formalnymi: złożonością, stopniem abstrakcyjności (zdolność do tworzenia systemów hierarchicznych), otwartością (podatność na modyfikację pod wpływem nowych danych) oraz aktywnością (umiejętność stosowania wiedzy w praktyce). Brak dopływu informacji prowadzi do deprivacji zmysłowej, zaś ich nadmiar do

przeciążenia, co wymusza selekcję danych.

Twórczość i wartości

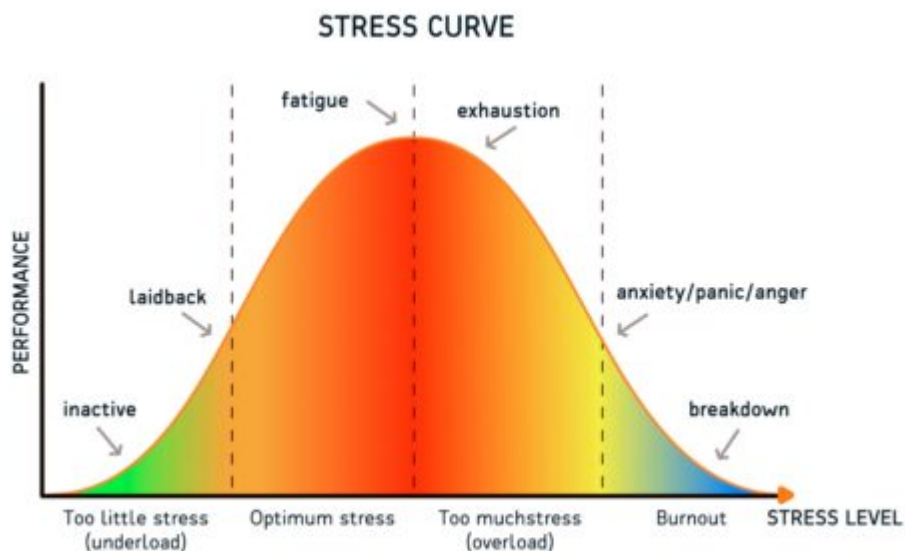
W ramach tej koncepcji M. Boden wyróżnia twórczość psychologiczną (nową dla jednostki) i historyczną (nową dla ludzkości). Źródłem twórczości upatruje się w dwóch modelach: konfliktowym (twórczość jako kompensacja deficytów i obrona przed frustracją) oraz modelu spełnienia (twórczość jako aktualizacja naturalnych potencji). Działania ludzkie są ukierunkowane przez system wartości indywidualnych. Wyróżnia się wartości dionizyjskie (konsumpcja, komfort), heraklesowe (władza, dominacja), prometejskie (wspólnota, altruizm), apollińskie (twórczość, poznanie świata) oraz sokratyczne (rozumienie siebie, samodoskonalenie).

Dynamika działania: motywacja i emocje

Człowiek podejmuje dwa rodzaje działań. Działania zachowawcze (ochronne) są nawykowe i służą zdobyciu deficytowych dóbr (np. jedzenia), a po osiągnięciu celu następuje nasycenie i opór przed dalszym działaniem (reakcja veta). Działania transgresyjne polegają na celowym przekraczaniu granic i innowacyjności. Tu występuje zjawisko „uciekających celów” – osiągnięcie granicy zwiększa motywację do dalszego działania.

Kluczową rolę odgrywa pojęcie poziomu aspiracji, czyli standardu stanu pożądanego. Motywacja rodzi się z rozbieżności między aspiracjami a aktualnymi osiągnięciami. Relacja ta jest nieliniowa: przy małej rozbieżności (poniżej progu tolerancji) działanie nie jest podejmowane, natomiast istnieje pewien punkt optymalny, w którym siły napędowe są największe. Zbyt duża rozbieżność może jednak hamować działanie.

Podobna nieliniowa zależność dotyczy emocji i efektywności działania, co opisują prawa Yerkesa-Dodsona.



Pierwsze prawo mówi, że wraz ze wzrostem pobudzenia (aktywacji) efektywność działania rośnie, ale tylko do pewnego punktu krytycznego, po czym gwałtownie spada – zbyt silne emocje dezorganizują zachowanie. Drugie prawo dodaje zmienną stopnia trudności zadania: przy zadaniach trudnych optymalny poziom pobudzenia jest niższy, a przy łatwych – wyższy. Emocje pełnią funkcje inicjujące, mobilizujące, informacyjne, komunikacyjne oraz regulacyjne.

Frustracja, jako zespół negatywnych emocji związanych z przerwaniem działania, może prowadzić do agresji (gdy źródło postrzegamy na zewnątrz), autoagresji (gdy winę widzimy w sobie) lub apatii. Stres natomiast jest zjawiskiem ogólnobiologicznym, koniecznym do aktywacji organizmu w obliczu zagrożenia, choć odczuwanym negatywnie.

Podsumowując teorię motywacji w ujęciu poznawczym, można posłużyć się wzorem: Motywacja jest funkcją użyteczności (atrakcyjności celu) i subiektywnego prawdopodobieństwa jego osiągnięcia (gdzie 0 to brak szans, a 1 to pewność). Motywy (potrzeby) mogą występować na poziomie wiscelogennym (fizjologicznym), socjogennym (społecznym) oraz psychogennym (związanym z samowiedzą).

Opracowano na podstawie: „Koncepcje psychologiczne człowieka” – J. Koziński.

Jeśli potrzebujesz pomocy w napisaniu referatu czy innej pracy, to polecamy serwis [pisanie prac](#) - prace pisane na (prawie) każdy temat