


Физиология высшей нервной деятельности

Ассоциативное обучение у
человека. Поведенческая
психотерапия.



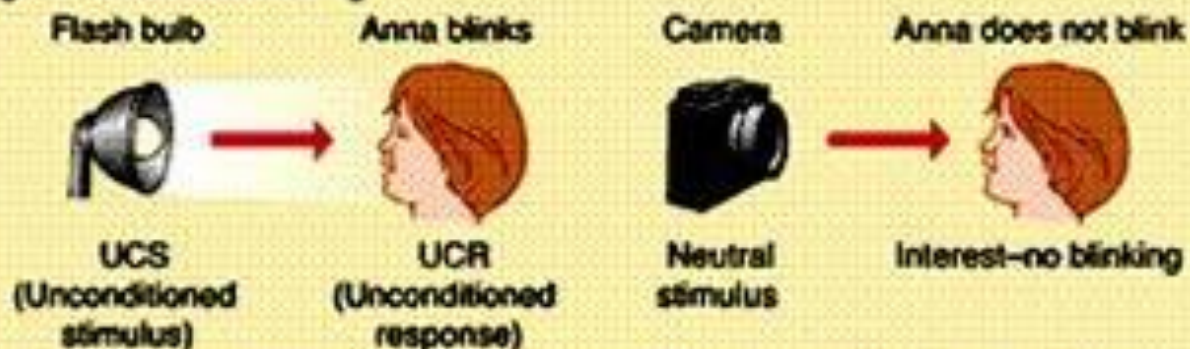
Исследования ассоциативного обучения у человека

Возникшие у человека условные рефлексy остаются за пределами его сознания, однако сильно влияют на его поведение.

С одной стороны, они помогают в определенное время засыпать, просыпаться, принимать пищу, сосредотачиваться на учебе или работе и т.п. Они обеспечивают заблаговременную подготовку всех систем организма к различным видам деятельности. Условные рефлексy помогают автоматически совершать массу необходимых действий, не загружая при этом сознание излишней работой - чистить зубы, вести машину, идти знакомым маршрутом на работу и домой, выполнять какую-либо привычную работу и т.п.)

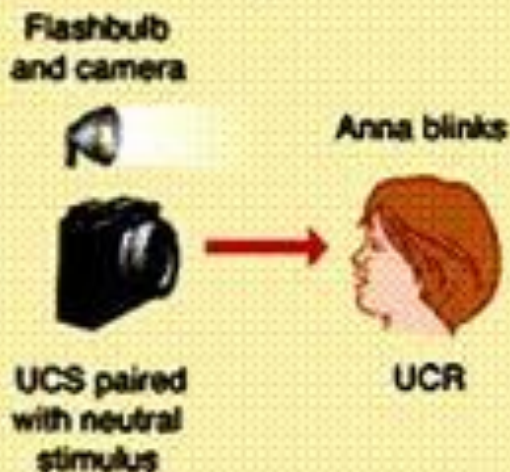
Classical Conditioning

Stage 1: Before conditioning



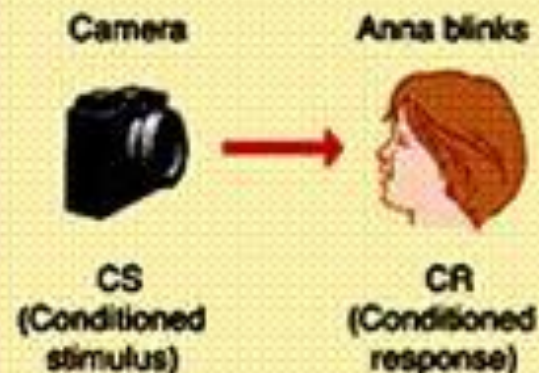
UCS automatically produces UCR. Neutral stimulus does not produce blinking.

Stage 2: Conditioning



UCS is paired with neutral stimulus. UCS produces UCR.

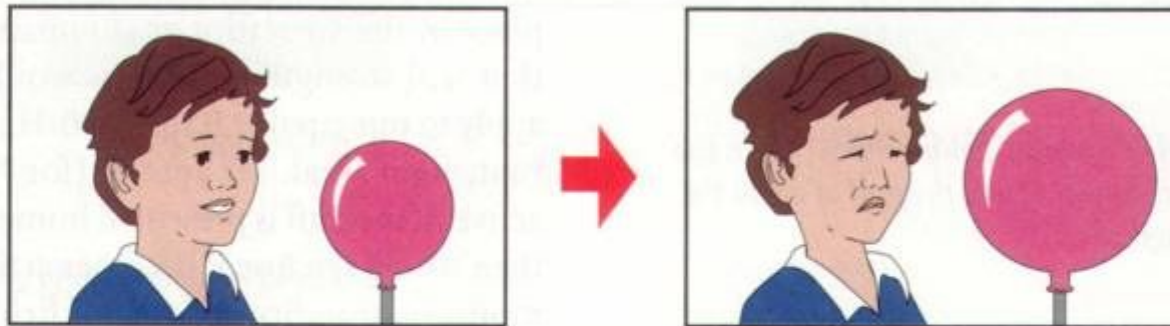
Stage 3: After conditioning



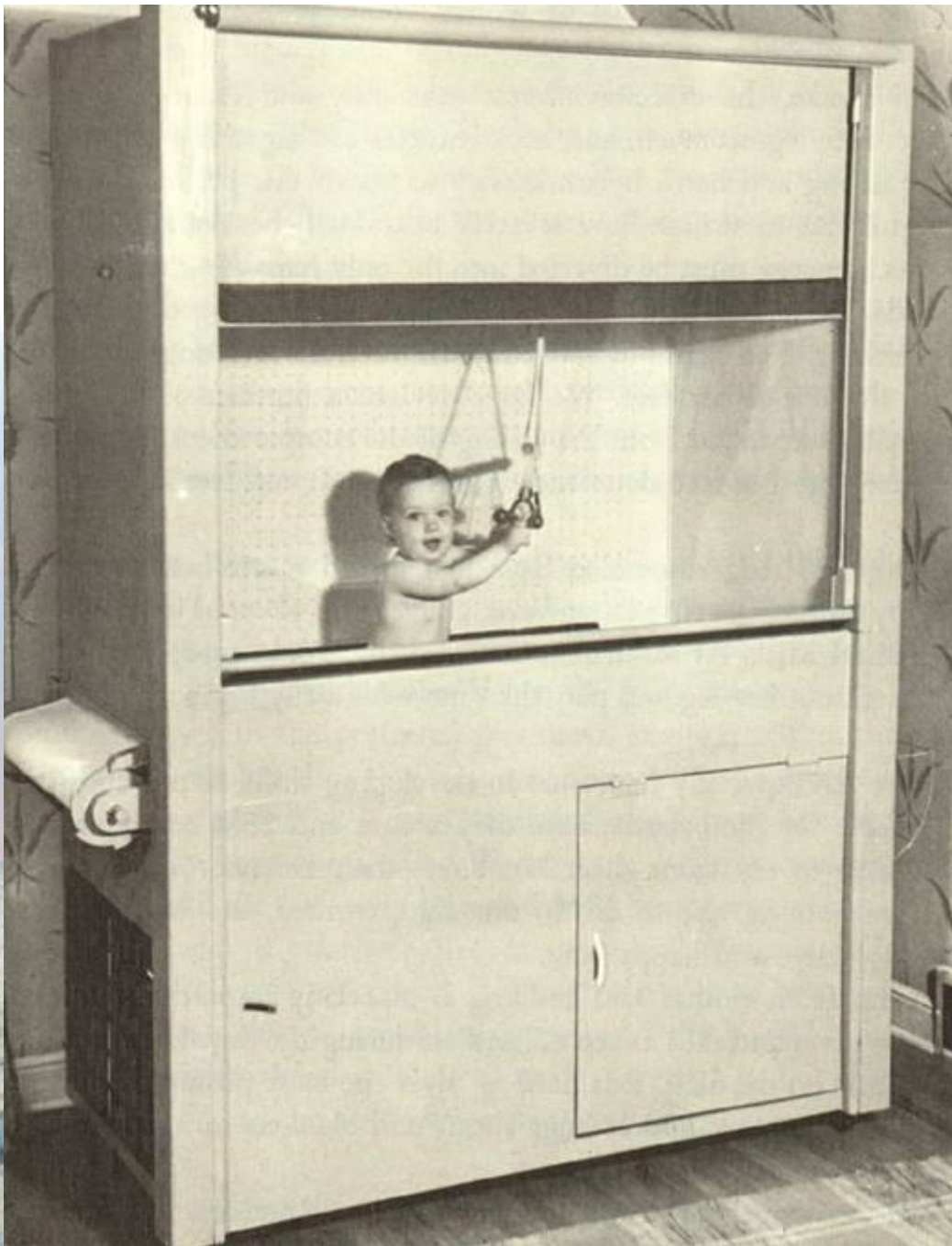
Neutral stimulus (camera) is now the conditioned stimulus. It produces a CR, blinking, which is like the UCR produced by the flashbulb.



The child watches the balloon grow large (neutral stimulus) until it bursts (US), which causes a defensive startle reaction (UR).



After the child's first experience with a bursting balloon, the mere sight of an inflating balloon (CS) elicits a defensive reaction (CR).

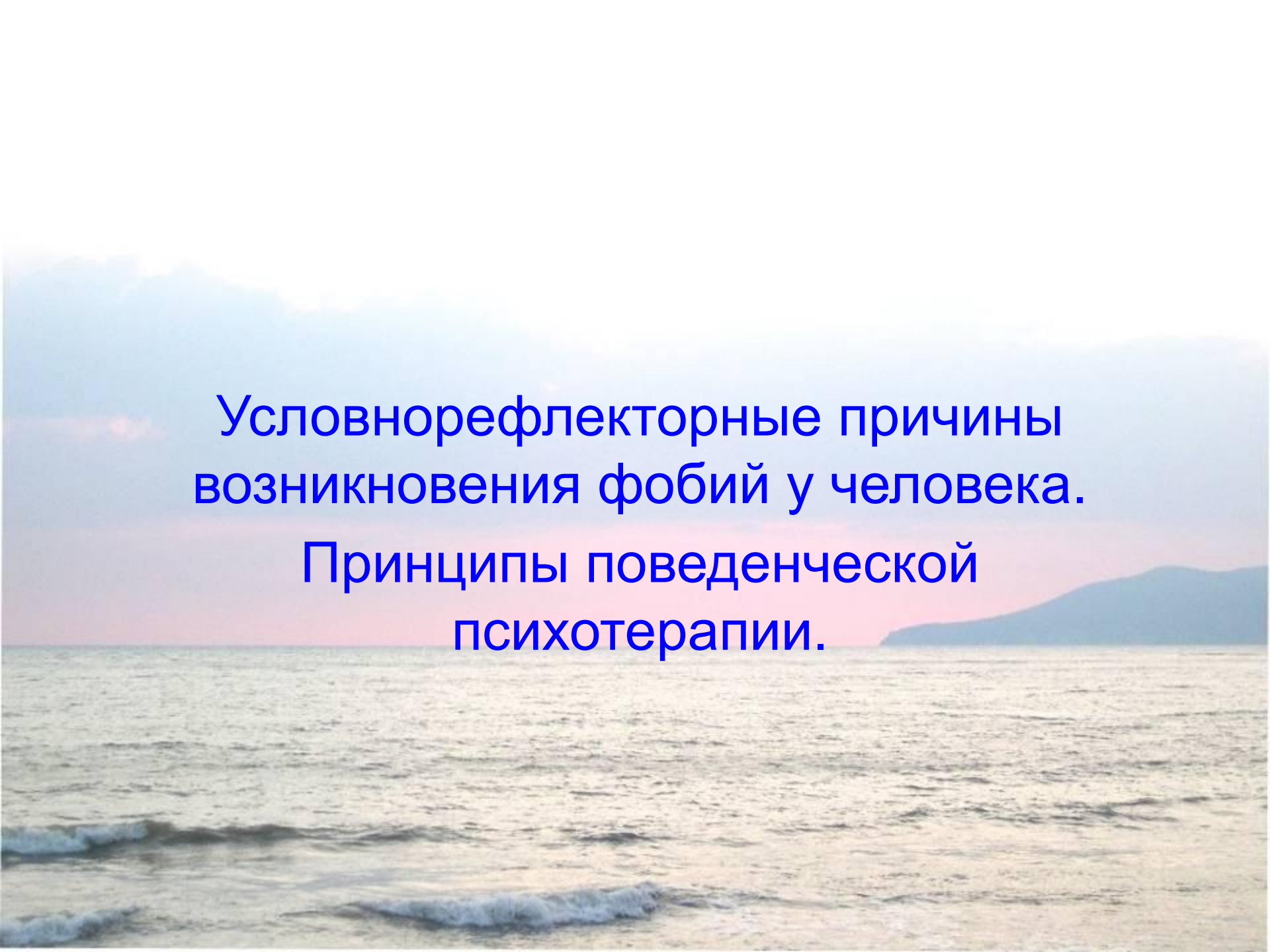


Скиннер создал вариант камеры для своей второй дочери Дебби, которую описал в статье «"Baby in a Box» в журнале «The Ladies Home Journal» в 1945

Закономерности выработки условных рефлексов у человека не имеют принципиальных отличий от закономерностей их выработки у животных.

Однако человек более склонен анализировать ситуацию с помощью своего разума, что сказывается на скорости обучения.

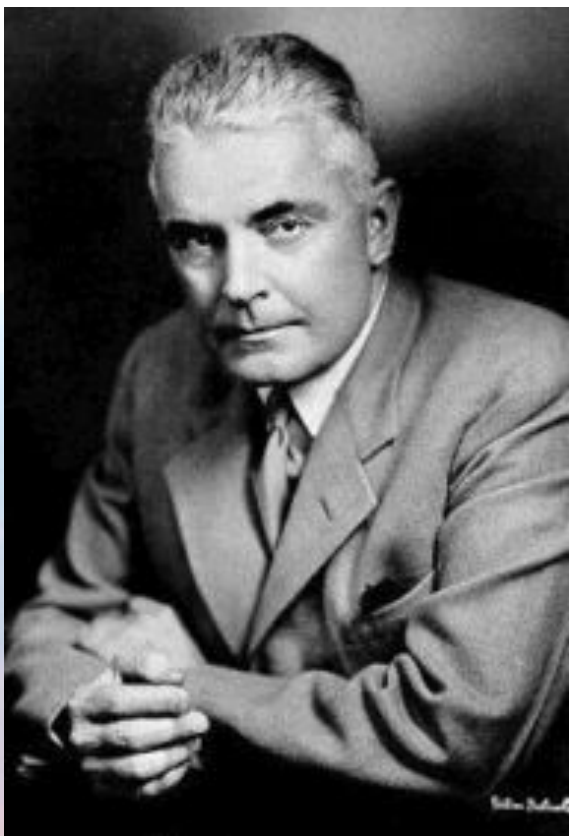
В определенных условиях у человека возможно даже снижение скорости обучения в задачах на обучение методом проб и ошибок по сравнению с животными (это происходит в тех случаях, когда задача не имеет логически обоснованного решения).



Условнорефлекторные причины
возникновения фобий у человека.
Принципы поведенческой
психотерапии.

С другой стороны, в жизни человека при определенных условиях могут образовываться условные рефлексы, оказывающие разрушительное воздействие на его личность.

Возникновением неадекватных или патологических условных рефлексов можно объяснить **фобии, неврозы, алкоголизм, наркоманию, склонность к азартным играм**, а также такие аномалии поведения, как склонность ко лжи, воровство, асоциальное поведение и др.



Джон Уотсон (John B. Watson)
1878-1958

Один из основоположников бихевиоризма. Настаивал на том, что предмет психологии - это только такое поведение, которое можно зарегистрировать и измерить количественно.



Эксперименты Джона Уотсона по формированию страха у 11-месячного ребенка



Уотсон выработал у малыша по имени Альберт страх перед крысой, сочетая предъявление этого животного с громким звуком (вверху). Этот «условный страх» в результате генерализации вскоре распространился на все предметы с белым мехом, включая Деда Мороза (внизу).



М.К.Джонс (Jones, 1924), в своей работе с другим ребенком - его звали Петер - попыталась устранить уже возникший у Петера страх белых кроликов. Простого ежедневного предъявления белого кролика для этого оказалось недостаточно - страх сам собой не угасал. Успех был достигнут тогда, когда кролика вносили в помещение в момент, когда Петер был абсолютно спокоен и кушал, причем подносили его на такое расстояние, при котором Петер оставался спокойным. С каждым днем это расстояние удавалось понемногу уменьшать, причем каждый раз - когда Петер пребывал в спокойном состоянии. Постепенно Петер привык к кролику и даже начал трогать его и играть с ним. Позже эту процедуру в поведенческой психотерапии стали называть **систематической десенсибилизацией**.

Примеры применения законов классического обучения в **поведенческой психотерапии** и клинической психологии для избавления от вредных привычек и фобий:

Угашение – предъявление УС без подкрепления

Контробусловливание – сочетание УС с БС, отличающимся от изначального. Пример: препарат, вызывающий тошноту при приеме алкоголя или курении

Погружение – принудительное угашение в форсированном режиме (есть риск развития сильного стресса, нервного срыва)

Систематическая десенсибилизация – постепенное и осторожное введение стимулов, вызывающих страх, неприязнь или тревогу



Чтобы победить страх перед МЫШАМИ
мой психотерапевт рекомендовал начинать с малого...



Сегодня я буду просто смотреть на мышь!

А завтра... попробую дотронуться...

