

Тема 9 Проблема поведения в социально-когнитивной теории: истоки поведения

9.1 Теория социального научения и бихевиоризм.

9.2 Научение через моделирование.

9.3 Эволюционный и сравнительный анализ моделирования.

9.1 Теория социального научения и бихевиоризм.

Важно подвести основные итоги работы учёных в русле бихевиоризма в его традиционном понимании, чтобы понять причины и смысл основанной на нем теории социального научения.

Научающе-бихевиоральный подход к личности, поддержанный Б.Ф.Скиннером, касается открытых действий людей в соответствии с их жизненным опытом. Бихевиористы и Скиннер, как один из наиболее ярких его представителей, утверждал, что поведение детерминировано, предсказуемо и контролируется окружением. Он категорически отвергал идею о внутренних "самодеятельных" факторах в качестве причины действий человека и пренебрегал физиолого-генетическим объяснением поведения.

Скиннер признавал два основных типа поведения: респондентное поведение, как ответ на знакомый стимул, и оперантное поведение, определяемое и контролируемое результатом, следующим за ним. Работа Скиннера сосредоточена почти полностью на оперантном поведении. При оперантном научении организм действует на окружение, производя результат, который влияет на вероятность того, что поведение повторится. Оперантная реакция, за которой следует позитивный результат, стремится повториться, в то время как оперантная реакция, за которой следует негативный результат, стремится не повторяться. По Скиннеру, поведение наилучшим образом можно понять в терминах реакций на окружение.

Подкрепление – ключевая концепция системы Скиннера. Были описаны четыре различные режима подкрепления, которые имеют своим результатом различные формы реагирования: с постоянным соотношением, с постоянным интервалом, с вариативным соотношением и с вариативным интервалом. Было также проведено различие между первичными, или безусловными, и вторичными, или условными подкрепляющими стимулами. По Скиннеру, вторичные подкрепляющие стимулы (деньги, внимание, одобрение) оказывают сильное влияние на поведение человека. Он также подчеркивал, что поведение контролируется авersiveвыми стимулами, такими как наказание и негативное подкрепление. Позитивное наказание имеет место, когда за реакцией следует неприятный стимул, а негативное наказание состоит в том, что за реакцией следует устранение приятного стимула. Напротив, негативное подкрепление встречается, когда организму удастся ограничить или избежать предъявления авersiveвного стимула. Скиннер боролся с использованием авersiveвных методов (особенно

наказания) в контроле поведения и придавал особое значение контролю посредством позитивного подкрепления.

Современное применение принципов оперантного научения широко. Две основные области такого применения – обучение навыкам общения и биологическая обратная связь. Предполагается, что тренировка уверенности в себе, основанная на методиках репетиции поведения и самоконтроля, очень полезна для того, чтобы люди вели себя более успешно в различных социальных интеракциях. Оказалось, что тренинг с биологической обратной связью эффективен в лечении тревоги, мигрени, мышечного напряжения и гипертензии. Остается, однако, неясным, как биологическая обратная связь фактически позволяет производить контроль над произвольными функциями тела.

Итак, концепции классического и оперантного научения предоставляют мощный инструмент для объяснения того, как формы поведения приобретаются, сохраняются и модифицируются в результате научающего прошлого опыта индивида. В последние десятилетия, однако, персонологи начали выдвигать предположения, что поведение человека регулируется сложными взаимодействиями между внутренними явлениями (включая веру, ожидания, самовосприятие) и факторами окружения. Кульминацией таких рассуждений, являющихся развитием в различных направлениях взглядов классических бихевиористов, можно назвать *социально-когнитивное направление*. Особенности этого направления наиболее отчетливо представлены в работах двух выдающихся персонологов – Альберта Бандуры и Джулиана Роттера. Теория каждого из них значительно отличается от радикального бихевиоризма Скиннера, но сохраняет строгую научную и экспериментальную методологию, которая характеризует бихевиористский подход.

Бандура полагает, что психическое функционирование лучше понимать в терминах непрерывного взаимодействия между факторами поведенческими, когнитивными и средовыми. Это означает, что поведение, личностные аспекты и социальные воздействия – это взаимозависимые детерминанты, то есть на поведение влияет окружение, но люди также играют активную роль в создании социальной окружающей среды и других обстоятельств, которые возникают в их каждодневных транзакциях. Эта точка зрения крайне отличается от подхода Скиннера, который ограничивает объяснение поведения человека до двухфакторной односторонней модели, в которой внешние события служат единственной причиной поведения. В отличие от Скиннера, который почти всегда рассматривал научение посредством прямого опыта, Бандура делает основной акцент на роли научения через наблюдение в приобретении навыков поведения. Действительно, наиболее отличительной чертой социально-когнитивной теории Бандуры является убеждение в том, что в основном поведение человека формируется через наблюдение или на основе примеров.

Бандура также подчеркивает важность самостоятельных воздействий как причинного фактора во всех аспектах функционирования человека – мотивации, эмоции и действиях: «Люди не ведут себя как флюгера, постоянно меняя направление в зависимости от того, каким социальным влиянием они подвергаются в данный момент». Это наиболее очевидно в его концепции самоэффективности – положения о том, что человек может научиться контролировать события, влияющие на его жизнь.

Джулиан Роттер – другой персонолог, который подчеркивал роль социальных и познавательных переменных в понимании личности. Как и Бандура, он полагает, что люди – активные участники событий, влияющих на их жизнь. Специфический аспект работы Роттера, который привлекает особое внимание – концепция локуса контроля. Необходимо указать и на другие важные концепции его теории социального научения: потенциал поведения, ожидание, ценность подкрепления и психологическая ситуация.

С радикальным бихевиоризмом теория Бандуры расходится и в точке зрения на отношения между подкреплением и мышлением. В то время как Скиннер придерживается точки зрения, что научение невозможно без подкрепления, Бандура утверждает, что не может быть подкрепления без соответствующей ему способности познавать. Для того чтобы нечто укрепило нас в наших намерениях, мы должны иметь представление о связи между действиями и их последствиями. Обусловленность, таким образом, не есть только непосредственный результат событий, происходящих в окружающем мире, мышление и познавательная способность также имеют значение.

В целом же теория социального научения Бандуры (социально-когнитивная теория Бандуры) придерживается точки зрения, что деятельность человека есть продукт множественного действия событий окружающей среды, поведения человека и свойств его личности, особенно мышления. Бандура рассматривает деятельность людей в терминах реципрокного детерминизма, который предполагает тройственное взаимодействие окружающей среды, поведения и личности. Три реципрокных фактора не обязательно вносят одинаковый вклад в мышление и поведение. В разное время и при разных обстоятельствах любой из них может оказаться наиболее сильным. Но ни один из факторов не определяет поведение всегда. Все три действуют постоянно, влияя друг на друга.

Два важных фактора окружающей среды, которым теоретики других направлений не уделяют должного внимания, – это *случайные встречи* и *случайные события*. Бандура считает, что многие из влияний, имевших решающее воздействие на нашу жизнь, берут начало в этих незапланированных и неожиданных событиях. Однако, как только такие события происходят, они входят в тройственную модель так же, как запланированные события.

9.2 Научение через моделирование.

Теория научения через наблюдение утверждает, что люди могут обучаться, просто наблюдая за поведением других людей. Человек, за которым наблюдают, называется *моделью*. Факты показывают, что индивид может усвоить некоторые действия, наблюдая за тем, как выполняет соответствующие действия модель; этот процесс называют *моделированием*. Так, например, ребенок может освоить язык, наблюдая за родителями и другими говорящими людьми. Типы поведения, о которых идет речь, часто называют подражанием – *имитацией* или *идентификацией*. Однако подражание понимается очень узко, в основном как воспроизведение конкретной реакции, а другая крайность – идентификация – представляет собой присвоение и воспроизведение целых паттернов поведения. Моделирование – понятие более широкое, чем подражание, но менее диффузное, чем идентификация.

Бандура полагал, что люди избавлены от груза ненужных ошибок и затраты времени на формирование соответствующих реакций, так как они могут, по крайней мере приблизительно, научиться чему-то на примере. Таким образом, например, человек, который внимательно наблюдал за опытным теннисистом, будет иметь мысленный образ хорошей подачи мяча. Когда он учится подавать мяч, то объединяет свою попытку с мысленным образом подачи мяча специалистом.

Основные процессы научения через наблюдение

Социально-когнитивная теория предполагает, что моделирование влияет на научение главным образом через его информативную функцию. То есть во время показа образца наблюдатели (обучаемые) приобретают в основном символические образы моделируемой деятельности, которая служит прототипом для соответствующего и несоответствующего поведения. Согласно этой схеме, представленной в табл. 8-1, научение через наблюдение регулируется четырьмя взаимосвязанными компонентами: *внимание, сохранение, моторно-репродуктивные* и *мотивационные процессы*. Рассматриваемое таким образом, научение через наблюдение представляет собой активный критический и конструктивный процесс. Четыре процесса, выделенные Бандурой рассматриваются ниже.

1 Процессы внимания: понимание модели. Человек может научиться многому через наблюдение, если он обратит внимание на характерные черты поведения; модели и правильно поймет их. Другими словами, человеку недостаточно просто видеть модель и то, что она делает: скорее индивид должен тщательно выбрать на что следует обратить внимание, чтобы извлечь релевантную информацию для использования в имитации модели. Процессы внимания, следовательно, влияют на то, что выборочно постигается в модели, к которой человек обращается, и на то, что приобретается в результате наблюдения. Любой профессор может подтвердить, что присутствие студента в классе ни в коей мере не гарантирует, что студент усваивает учебный материал. Весенняя лихорадка, жуткий холод, духота в помещении, вечеринка накануне, мечты и несметное число других факторов

могут быть причиной того, что студент потерял ход мыслей (или даже не находил его), тем самым искажая процесс научения.

Таблица 8-1. Компоненты научения через наблюдение

Процессы внимания	Процессы сохранения	Моторо-репродуктивные процессы	Мотивационные процессы
Человек следит за поведением модели и воспринимает это поведение	Человек помнит (долговременное сохранение) поведение модели, наблюдаемое ранее	Человек переводит закодированные в воспоминания о поведении модели в новую форму ответа	Если позитивное подкрепление (внешнее, косвенное или самоподкрепление) потенциально присутствует, человек совершает моделируемое

Определенные факторы, одни из которых включают наблюдателя, другие – моделируемую деятельность, а третьи — структурное оформление взаимодействия человека, могут в большой степени повлиять на вероятность того, что какая-то часть наблюдаемого поведения будет усвоена наблюдателем и закодирована в долговременной памяти. Бандура показывает, что среди детерминант внимания, влияющих на моделирование, *ассоциативные модели* являются наиболее важными. Люди, с которыми мы регулярно общаемся, определяют типы поведения, которое можно наблюдать и, следовательно, изучить наиболее полно. Возможности для научения альтруистическому поведению, например, у члена уличной банды существенно отличаются от таковых у члена религиозной группы. Подобным образом, возможно, внутри любой социальной группы есть люди, которые привлекают к себе большее внимание, чем другие, благодаря своей власти, статусу и принятой роли. Функциональная ценность, соответствующая поведению, представленному различными моделями (то есть получило поведение данной модели поощрение или наказание), оказывает существенное влияние на выбор тех моделей, которым человек будет подражать, и тех, которые он будет игнорировать. Внимание к модели также регулируется ее личной привлекательностью. Обычно ищут модели, олицетворяющие харизматические качества, в то время как тех, кто демонстрирует неприятные качества, обычно не замечают или отвергают. Тот факт, что многие чернокожие и испаноговорящие подростки в США глумятся над ценностями среднего класса белых, иллюстрирует эту истину.

Модели, представленные высококомпетентными людьми, признанными специалистами, знаменитостями или суперзвездами, вероятно, должны привлекать большее внимание, чем модели, лишенные этих качеств. Рекламодатели, предлагающие товар, начиная от обуви и кончая предметами

женской гигиены, наживают капитал на этой идее, используя телевизионных ведущих, спортивных звезд и финансовых воротил в рекламе своих товаров. Другие переменные, которые особенно важны на этой стадии, — это собственные способности и мотивы наблюдателя. Например, если наблюдатель-мужчина обращает внимание на физическую привлекательность модели-женщины, он будет особенно пристально наблюдать за тем, что она делает. По существу, любой набор характеристик, который превращает наблюдение за моделью в течение длительного времени в поощрение, увеличивает вероятность продления внимания к модели и, следовательно, вероятность моделирования.

2. Процессы сохранения: запоминание модели. Второй набор процессов, вовлеченных в научение через наблюдение, касается долговременной репрезентации в памяти того, что наблюдалось когда-то. Попросту говоря, наблюдение за поведением модели не будет эффективным, если человек не запомнит ее. Действительно, не имея возможности вспомнить, что делала модель, наблюдатель едва ли продемонстрирует стойкое изменение поведения.

Бандура предлагает две основные внутренние репрезентативные системы, с помощью которых поведение модели сохраняется в памяти и превращается потом в действие. Первая — *образное кодирование*. По мере того как человек наблюдает модельные стимулы, в процессе сенсорного научения возникают относительно стойкие и легко воспроизводимые образы того, что было увидено. Мысленные образы формируются так, что любая ссылка на события, наблюдаемые ранее, сразу вызывает живой образ или картину физических стимулов. Бандура предполагает, что это повседневный феномен, и объясняет им способность человека «видеть» образ друга, с которым он обедал на прошлой неделе или образ деятельности (езда на велосипеде, игра в гольф, плавание под парусом), которой он был занят прошлым летом. Следует отметить, что визуальные образы играют решающую роль в научении через наблюдение на ранних стадиях развития, когда отсутствуют лингвистические навыки, а также в научении паттернам поведения, которые не поддаются вербальному кодированию.

Вторая репрезентативная система заключается в *вербальном кодировании* ранее наблюдаемых событий. Наблюдая модель, человек может повторять про себя, что она делает. Эти невокализованные речевые описания (коды) позже могут внутренне повторяться без открытого выстраивания поведения; например, человек может мысленно «проговорить», что надо сделать, чтобы улучшить сложные моторные навыки (например, спуск с горы на лыжах). Фактически человек молча повторяет последовательность выполнения моделируемой деятельности, которой надо будет заниматься позже, и когда он захочет воспроизвести этот навык, вербальный код даст соответствующий сигнал. Бандура утверждает, что такие вербальные коды в большой степени способствуют научению через наблюдение, потому что они несут значительную информацию, накопленную ранее.

3. Моторно-репродуктивные процессы: перевод памяти в поведение.

Третий компонент научения через наблюдение — это перевод информации, *символически закодированной в памяти* в соответствующие действия. Несмотря на то, что человек тщательно формирует и сохраняет мысленные образы поведения модели и повторяет в уме это поведение множество раз, может оказаться, что он все-таки будет не в состоянии выстроить поведение правильно. Это особенно справедливо для сложных моторных действий, которые требуют последовательного вовлечения многих отдельных реакций для их мастерского выполнения (например, гимнастические упражнения, игра на музыкальных инструментах, управление самолетом). Этим точно сбалансированным движениям можно учиться, наблюдая за кем-то (возможно, с помощью замедленного аудиовизуального воспроизведения) и символически воспроизводя поведение модели несколько раз, но в действительности поначалу это поведение может быть неуклюжим и плохо скоординированным. В таких случаях недостаточно просто наблюдения, чтобы гладко и точно выполнить действие. Постоянная практика в выполнении последовательности движений (и коррекция на основе информативной обратной связи) имеет большое значение, если наблюдатель хочет совершенствовать моделируемое поведение. Конечно, и в этом случае наблюдение и намеренный повтор в уме определенного поведения будут способствовать научению, так как можно по крайней мере начать выполнять необходимые движения, основанные на том, что наблюдалось ранее. Такой молчаливый повтор полезен, например, при вождении автомобиля, но не принесет пользы при более сложных движениях, таких как прыжки с 10-метровой вышки.

4. Мотивационные процессы: от наблюдения к действию.

Четвертый и последний компонент моделирования касается переменных *подкрепления*. Эти переменные влияют на научение через наблюдение посредством контроля сигналов моделирования, на которые человек скорее всего обратит внимание, а также интенсивности, с которой он попытается перевести такое научение в открытое выполнение.

Бандура подчеркивает, что неважно, насколько хорошо люди следят за моделируемым поведением и сохраняют его, и каковы их способности для выстраивания поведения — они не будут этого делать без достаточного стимула. Другими словами, человек может приобрести и сохранить навыки, даже обладать способностями для искусного выстраивания моделируемого поведения, но научение редко можно превратить в открытое выполнение, если оно принято негативно. Женщина, рассматривающая себя как «королеву кухни», может не допускать мужа к приготовлению пищи, несмотря на то, что он разговаривает с ней по вечерам, когда она готовит еду. Он всецело полагается на ее кулинарные способности до тех пор, пока она не заболеет, и тогда, под влиянием пустого желудка и хнычущих детей, он выстроит моделируемое поведение приготовления обеда. Его поведение внимания и сохранения несомненно проявится в будущем, когда ему нужно будет

вспомнить, где хранится ореховое масло или кислая капуста.

Вообще говоря, при наличии подкрепления моделирование или научение через наблюдение быстро переводится в действие. Позитивное подкрепление не только увеличивает вероятность открытого выражения или фактического выстраивания требуемого поведения, но также влияет на процессы внимания и сохранения. В повседневной жизни мы редко обращаем внимание на что-то или кого-то, если нет стимула сделать это, а когда обращаешь мало внимания, фактически нечего сохранять! Мы можем часто совершать поездки с приятелем в определенное место, но смутимся и даже растеряемся, когда нам предложат вести машину самим. Мы не обращали внимания на дорогу, которой раньше ехали, потому что нам это было не нужно — не мы были за рулем. Если нам приходится полагаться только на себя, чтобы добраться до нужного места, мы запоминаем дорогу.

Есть один способ усилить желание человека наблюдать, сохранять и выстраивать моделируемое поведение — через предвидение подкрепления или наказания. Наблюдение за поведением, которое является причиной позитивного поощрения или предотвращает какие-то авersive условия, может быть сильнейшим стимулом к вниманию, сохранению и в дальнейшем (в похожей ситуации) выстраиванию такого же поведения. В этом случае подкрепление переживается косвенно, и человек может предвидеть, что сходное поведение приведет к сходным последствиям. Ребенок может добровольно подмести веранду, пропылесосить свою комнату или накрыть на стол, ожидая одобрения улыбкой или словом. Как видно из этого примера, косвенное ожидание подкрепления у ребенка побудило его к помогающему поведению.

Таким образом, наблюдение за моделью можно рассматривать как внутреннее (свернутое) поведение. Конечно, внутреннее и внешнее поведение имеют свои особенности (степень конкретности, степень эксплицированности и овнешнения, а также степень свёрнутости; но без внешнего не может быть внутреннего, а с внутреннего часто начинается внешнее). И в принципе мы можем формулой обозначить, что достаточно социализированной личности «от внутреннего — к внешнему» - таков путь формирования нового поведения. Об этом важно знать психологу.

9.3 Эволюционный и сравнительный анализ моделирования.

По Бандуре в основе моделирования лежат два психологических механизма: *имитация и идентификация*. Однако *имитация* понимается очень узко, в основном как воспроизведение конкретной реакции, а другой механизм — *идентификация* — представляет собой присвоение и воспроизведение целых паттернов поведения. Моделирование — понятие более широкое, чем подражание, но менее диффузное, чем идентификация. Кроме того, сторонники социально-когнитивной теории предпочитают не пользоваться этими терминами, так как они ассоциируются с теориями подкрепления по типу «стимул-реакция» и с психоаналитической теорией, а

эти теории, как считают социальные когнитивисты, неадекватно объясняют наблюдаемые данные.

Подкрепление в научении. Бандура отмечает, что прямое подкрепление может помочь моделированию, но не является необходимым для него. Анализируя роль подкрепления в научении через наблюдение, он показывает его когнитивную ориентацию. В отличие от Скиннера, он утверждает, что внешнее подкрепление редко выступает в роли автоматического определителя поведения. Чаще оно выполняет две другие функции – *информативную и побудительную*. Подкрепление, следующее за реакцией, указывает или, по крайней мере, может указать человеку на необходимость сформировать гипотезу о том, что такое правильная реакция. Эта информативная функция, или обратная связь, может работать, когда подкрепление переживается прямо или косвенно. Возьмем такой пример: если вы являетесь свидетелем того, как кого-то наказывают за определенное деяние, это дает вам столько же информации, как если бы наказывали вас. Подкрепление сообщает нам, какие последствия можно ожидать в результате правильной или неправильной реакции. Если, например, ученица средней школы, которая хочет стать врачом, узнает, что она может получить отличную подготовку (подкрепление) на вводном курсе по медицине в колледже – это как раз такой случай. Этот вид информации – обычно называемой *побудительной* – имеет значение, если нам нужно правильно предвидеть возможные последствия наших действий и соответственно регулировать поведение. Действительно, без способности предвидеть вероятный исход будущих поступков люди действовали бы крайне непроизводительно, если не сказать рискованно.