

Psikolojiye Giriş

Ders 4

Skinner

Profesör Paul Bloom: Aslında Freud'a geri dönüp eksik kalan birkaç yeri tamamlamak istiyorum. Çarşamba günkü dersimizde bazı noktaları atladığım bir bölüm oldu. İçimden "Buna vaktimiz yok" dedim ve geçtim. Bu yüzden hafta sonu gözüme uyku girmede. İşkence çektim. Bunu atlamamam gerekiyordu ve. Size neden atladığımı söyleyeyim. Atladığım konu, neden bir bilinç dışına sahip olduğumuzdu. Freud'un saygın bilimsel fikirlerinden bahsediyordum ve şimdi de neden bir bilinç dışına sahip olabileceğimiz konusunda bazı yeni fikirlerden bahsedeceğim.

Şimdi, bunu atladım çünkü bu soruya yaklaşmanın en iyi yolu olduğundan emin değilim. Ders boyunca öğreneceğimiz üzere, beyinlerimizin yaptığının büyük çoğunluğu bilinçsizdir ve bunun farkında değilizdir. Yani, sorulması gereken soru "Neden bazı şeyler bilinçsizdir?" yerine "zihinsel yaşamın bu küçük kısmı. Neden bilinçlidir?" olabilir. Diğer yandan, bilinçdışının işlevi hakkındaki bu iddialar bana kalırsa hem ilginç hem de kışkırtıcı. Bu nedenle bunları sizinle paylaşmak istedim.

Evrimsel olarak bakıldığında, "Neden bir bilinç dışı evrilmiştir?" sorusunu sorabiliriz. Buna bazı biyolog ve psikologların verdiği yanıt "kandırmaca"dır. Yani, çoğu hayvan kandırmacayı kullanır. Kandırmaca, başkalarının doğru olmayan bir şeye inanmalarına, tepki vermelerine ya da onu düşünmelerini sağlayacak şekilde davranmak olarak tanımlanır.

Kandırmacanın fiziksel örnekleri var. Tehdit altındayken, şempanzelerin tüyleri kabarır ve böylelikle daha büyük görünürler. Böylelikle, diğerlerinin onların gerçekte olduğunda daha tehlikeli olduğunu düşünmelerini sağlarlar. Okyanus'un dibinde yaşayan fener balığının kafasının üzerine diğer balıkları cezbeden bir çubuk vardır. Bunun bir yiyecek olduğunu düşünürler ve kendileri yem olurlar. Ama insanlar, genel olarak primatlar, ama özellikle insanlar kandırmaca ustalarıdır. Bizler, zihinlerimizi ve davranışlarımızı kullanarak diğer insanları doğru olmayan şeylere inandırmaya çalışırız. İnsanları kendimizin daha güçlü, daha zeki, daha seksi, daha güvenilir vs. olduğuna inandırmaya çalışırız. Sosyal psikolojinin büyük bir bölümü de insanlarda, en iyi izlenimi bırakmak için kendimizi nasıl sunduğumuzla ilgilenir, bu doğru bir izlenim olmasa da.

Aynı zamanda, yalanı iyi bir şekilde tespit etmek üzere de evrimleşmişiz. Yalan söylemem için üzerimde evrimsel bir baskı olsa da -eğer kavga edeceksek... Beni tehdit etme, ben bulaşabileceğin adamlardan değilim. Fakat sizin üzerinizde de bakıp, "Yok canım. Tam da bulaşabileceğim bir adamsın. Anlarım ben." demek için evrimsel bir baskı vardır. O zaman, nasıl iyi bir yalancı olunur? Burada bilinçdışı

devreye giriyor. Hipotez şu: En iyi yalanlar kendimize söylediğimiz yalanlardır. Eğer söylediğiniz yalana inanıyorsanız, iyi bir yalancısınız.

Bunu Alfred Hitchcock ile ilgili bir hikâyede görebiliriz. Çocuk aktörler ile çalışmayı sevmese de çoğu zaman onlarla çalışması gerekiyormuş. Gerektiğinde ağlayamayan bir çocuk aktörle uğraşıyormuş. Sonunda kızıp çocuğun kulağına eğilmiş ve "Annen ve baban seni terk ettiler ve geri dönemeyecekler" demiş. Çocuk gözyaşlarına boğulmuş ve sahneyi öyle çekmişler. Eğer çocuğu görseydiniz siz de "Vay, çocuk gerçekten üzgün görünüyor" derdiniz, çünkü gerçekten öyleymiş. Eğer, en çok acı çekiyor gibi görünen kişiye 100 bin dolar ödülün verildiği bir yarışma olsaydı, bir kalem alıp bunu kasıklarınıza saplamanız gerçekten iyi bir taktik olurdu çünkü gerçekten acı içindeymişsiniz gibi görünürdünüz. Eğer sizi sevdiğime, asla bırakmayacağıma ve bana güvenebileceğinize inandırmak isteseydim, buna gerçekten inanmam süper bir taktik olurdu. Yani, bu bakış açısına göre bazı amaçlar ve hedefler, özellikle de kötü niyetli olanları, bilinç dışında tutulması daha iyidir, çünkü eğer kişi bunları bilmiyorsa başkalarına da belli etmeyecektir. Bence, toplumsal etkileşim ve toplumsal ilişkiler konusunu işlerken buna geri dönmemiz gerekir.

Freud hakkında son bir şey anlatayım. Freud'u yanlışlayan bir hikâyeye. Geçen pazar küçük oğlumla birlikte bir oyun randevusundaydık ve bana birden "Neden annemizle ya da babamızla evlenemiyoruz?" diye sordu. Şimdi, bu gerçekten bir çocuğa yanıtlanması zor bir soru ama en iyi yanıtı vermeye çalıştım. Sonra da, Freud hakkındaki ders aklıma geldi ve "Eğer istediğin herhangi biriyle evlenebilecek olsaydın bu kim olurdu?" diye sordum, Ödipal kompleksini açığa vurup annesini söyleyeceğini düşünerek. Onun yerine, biraz durdu ve "Bir eşek ve bir çuval yerfıstığı ile evlenirdim" dedi. Annesi de babası da psikolog olduğu için bu tür sorulardan nefret ediyor, bazen de bizimle dalga geçiyor böyle.

Tamamdır. Freud ile başladım ve şimdi de Skinner'a dönmek istiyorum. Skinner ve bilimin öyküsü, Freud'unkinden biraz farklı. Freud psikanaliz kuramını kendisi geliştirdi ve bu kuramın öncülüğünü yaptı. Bilimde "tek başına icat yapmaya" en çok bu kadar yaklaşabilirsiniz. Tabi ki, çeşitli kaynaklardan ve kendinden öncekilerden de yararlandı ama psikanaliz Freud'un icadı olarak görülür. Davranışçılıkta durum farklı. Davranışçılık Skinner'dan çok önce var olan bir ekoldü. Bu ekolün başını John Watson çekiyordu. Skinner biraz daha geç kaldı ama onun ismini duymamızın nedeni bu fikirleri toparlamasıydı. Onları genişletti; yaydı; bilimsel olarak geliştirdi ve onları hem bilim camiasına yaydı hem de popüler camiaya yaydı. 1960lar ve 70lerde ise, bunları sosyolojik açıdan yaymaya devam etti. Talk-showlarda görebileceğiniz tipten bir insandı. Kitapları en çok satanlar listesindeydi.

Şimdi, davranışçılığın temelinde üç aşırı radikal ve ilginç düşünce vardır. Bunlardan ilki öğrenmeye yaptığı güçlü vurgudur. Davranışçılığın katı bakış açısına göre, olduğunuz, bildiğiniz her şey deneyimin bir sonucudur. Gerçek insan doğası diye bir şey yoktur. Aksine, insanları şekillendirmenin sınırı yoktur. John Watson'ın çok güzel bir sözü vardır ve aslında Jesuits'in ünlü lafının bir benzerini söylemektedir.

Jesuits "Bana yedi yaşından küçük bir çocuk verin ve size olacağı adamı göstereyim" demişti. Yani bir çocuğu alıp istedikleri şeye dönüştürebileceklerini söylemişti. Watson bu ifadeyi biraz daha genişletti.

"Bana bir düzine sağlıklı bebek verin ve onları büyüteceğim kendime ait bir dünya oluşturun ve bunlardan herhangi birini istediğiniz konuda uzmanlaştırabilirim. Yeteneklerinden, eğilimlerinden, yetilerinden, becerilerinden, kabiliyetlerinden ve ırkıdan bağımsız olarak onları doktor, avukat, sanatçı, tüccar ve hatta dilenci ya da hırsız olmalarını sağlayabilirim"

"Böyle bir bakış açısının çok çekici olduğunu görebilirsiniz çünkü Watson'ın bir bakıma bayağı eşitlikçi bir bakış açısı var. Eğer insan doğası diye bir şey yoksa, hiçbir insan grubunun cinsiyeti ya da ırkı nedeniyle diğer bir insan grubundan üstün olması da mümkün değildir. Watson da oldukça açıktı. İnsanların bu özelliklerinden hiçbirinin bir önemi yoktu. Önemli olan neler öğrendiğiniz ve size nasıl davranıldığıydı. Yani, Watson belirli bir şekilde davranarak herhangi birini herhangi bir şeye dönüştürebileceğini iddia ediyordu.

Davranışçılığın ikinci bir yönü ise anti-mentalizm (zihin karşıtlığı) idi. Davranışçılar bilim yapma konusunda oldukça takıntılıydılar ve Freud'a da bir tepki olarak, arzular, dilekler, hedefler, duygular vs.nin bilimsel olmadığını düşünüyorlardı. Bu görünmez, muğlak şeyler asla ciddi bilimin temeli olamazlardı. Böylelikle, davranışçı manifesto gözlemlenemeyen şeyler olmadan bilim geliştirmek ve bunun yerine uyarıcı, tepki, pekiştirme, ceza ve çevre gibi gerçek dünya ve çözülebilir olaylara atfedilebilen kavramlar kullanmak olacaktı.

Son olarak, davranışçılar türler arasında büyük farkların olmadığını düşünüyorlardı. Bir davranışçı insanların, farelerin ya da güvercinlerin yapamadıkları şeyleri yapabildiklerini kabul edebilir fakat "Bakın. Aralarındaki fark sadece genel bağdaştırma gücünden ibaret" diyebilir ve hatta bunu kabul de etmeyebilir. "İnsanlar ve fareler hiç de farklı değil. İnsanlar sadece farelerden daha zengin bir çevrede yaşıyorlar" diyebilir. Bu kuramsal bakış açısından, bir yöntemsel yaklaşım da ortaya çıkıyor. Bu da, eğer bunlar birbirlerinden farklı değiller ise, insan dışı hayvanlar üzerinde çalışarak insan öğrenmesi de anlaşılabilir. Ve genellikle de bunu yaptılar.

Tamamdır. Yaptığım girişi biraz toparlayacağım. Tartışmamda davranışçıların insanın bütün zihinsel yaşamını ve bütün davranışlarını açıklayabileceğini öne sürdükleri üç temel öğrenme ilkesinden bahsedeceğim. Sonra da, davranışçılığa gelen itirazlardan bahsetmek istiyorum ancak bu üç ilke oldukça sağlam ve ilginçtir.

Bunlardan ilki alışmadır. Bu öğrenmenin en basit şeklidir. Bu da, teknik olarak tekrarlı maruz kalmanın sonucunda tanıdık hale gelen uyarıcılara tepki verme eğiliminin azalması şeklinde tanımlanır. "Hey!"[bağırarak, durup] "Hey!"[tekrar bağırarak]. Ani ve şiddetli bir ses duyduğunuzda irkilirsiniz. İkinci kez duyduğunuzda ise biraz daha az irkilirsiniz. Üçüncü sefer yaparsam biraz abartmış olurum herhalde. Yani, olaylara alışırsınız. Ve bu da, günlük yaşamda sık görülür. Saatin tiktaklarına,

trafiğin gürültüsüne alışırız ve aslında bu öğrenmenin çok önemli bir türüdür. Bunsuz bir hayat düşünün. Hiçbir şeye alışmadığınızı düşünün, aniden birisi size yaklaşıp elini sallıyor ve siz de "vay!" [şaşırmış gibi] diyorsunuz ve sonra bunu bir daha yaptığında tekrara "Vay!" [yine şaşırmış gibi] diyorsunuz, böyle gidiyor...

Bir de saatin gürültülü tiktaklarını duyup "Hmm" [çok ilgisini çekmiş gibi] diyorsunuz. Ama insanlar ve hayvanlar böyle işlemiyor. Olaylara alışıyorsunuz. Olaylara alışmak aslında çok önemlidir çünkü bu yeni olay ve nesnelere fark edebilmemiz için yararlı ve adaptif bir mekanizmadır. Yeni bir şeyi fark etmek önemlidir çünkü onun size zarar verip vermeyeceğine, onunla nasıl başa çıkacağınıza, ona nasıl dikkat edeceğinize karar vermek durumundasınızdır, ancak bunu sürekli yapamazsınız. Hatta yeterince uzun süre etrafta olduğu zaman onu fark etmeyi bırakmanız gerekir. Bu da bir öğrenme sayılır çünkü deneyim sonucu ortaya çıkar. Bu, deneyimle öğrenmenin bir yolu, düşüncelerinizi deneyimle değiştirmenin bir yoludur. Ayrıca, zararlı uyarıcılar fark edildiği, fakat çevrenin bir parçası olduğu anlaşıldığında fark etmediğiniz için faydalıdır.

Alışmanın varlığı birçok nedenden dolayı önemlidir. Mesela, gelişim psikologları alışmayı insanlar, konuşamayan insan dışı hayvanlar ve bebekler üzerinde çalışmak için kullanmıştır. Gelişim psikolojisi hakkında konuşurken psikologların bebekler üzerinde çalışmak için alışmayı kullandıkları çeşitli yöntemleri göstereceğim.

Öğrenmenin ikinci türü ise, klasik koşullamadır. Bu da en genel anlamda belirli bir uyarıcı ile başka bir uyarıcı arasındaki bağlantıyı öğrenmedir. Uyarıcı, çevredeki bir koku, ses ya da görüntü için kullanılan teknik bir terimdir. Pavlov tarafından bulunmuştur. Bu Pavlov'un meşhur köpeğidir, aynı zamanda bilimsel tesadüfün de bir örneğidir. Pavlov araştırmasına başladığı zaman öğrenme konusu ile hiç ilgilenmiyordu. Salya ile ilgileniyordu. Salya elde etmek için de köpeklere ihtiyacı vardı. Bunun için de salyalarının akması için köpeklere bir şey bağlaması gerekiyordu. Neden salya ile çalışmak istiyordu bilmiyordum ama Pavlov bir şey keşfetmişti. Köpeklerden salya elde etmek için köpeğin ağzına yemek tozu koyuyordu. Daha sonra Pavlov, genelde yemek tozunu veren birisi odaya girdiğinde, köpeğin salya üretmeye başladığını fark etti. Daha sonra da, köpeğe yemek verirken ya da vermeden hemen önce bir zil sesi verdiğinizde, zilin salya tepkisine neden olduğunu fark etti. Araştırmasında kullandığı düzenek de buydu.

İki tür koşullama, yani iki tür uyarıcı-tepki ilişkisi arasında bir ayırım yaparak klasik koşullama kuramını geliştirdi. Birincisi, koşulsuz olandır. Bu, koşulsuz bir uyarıcı koşulsuz bir tepkiye neden olduğunda gerçekleşir. Ve işe bununla başlarsınız. Yani, biri gelip size bir sopa ile vurduğunda "Ah!" dersiniz, vurma ve "Ah!" tepkisi, koşulsuz uyarıcı ve koşulsuz tepkidir. Bunu öğrenmeniz gerekmiyordu.

Pavlov köpeğin ağzına yemek tozunu koyduğunda ve salya üretildiğinde bu, koşulsuz bir tepkiye neden olan bir koşulsuz uyarıcıdır. Ancak öğrenme sırasında olan şey koşullu uyarıcı ve koşullu tepki arasında bir bağ kurulmasıdır. Yani, Pavlov koşullamaya başlamadan önce ortada yalnızca bir koşulsuz uyarıcı -yani yemek tozu-

bir de koşulsuz tepki- yani salya tepkisi- vardı. Zilin bir anlamı yoktu. Zil nötr bir uyarıcıdır. Ancak zil sesi ve yemek tozunu birlikte tekrar tekrar verdiğinizde, zil sesi salya tepkisini ortaya çıkarmaya başlayacaktır. Artık, burada tepkiyi koşullu uyarıcı ortaya çıkarmaktadır. Bu ders kitabınızda detaylı bir şekilde anlatılmış. Anlamadıysanız panik yapmayın, daha bol bol örnek vereceğim.

Buradaki düşünce, koşulsuz uyarıcı ve koşullu uyarıcının tekrar tekrar eşleştirilmesi, tepkiyi ortaya çıkarır. Ve pekiştirilmiş denemeler ve pekiştirilmemiş denemeler arasında da bir fark vardır. Kabaca söylersek, köpeğe zil sesinin yemek ile birlikte geldiğini öğretiyorsunuz. Yemek, zil sesi olmadan verildiği zaman buna pekiştirilmemiş deneme denir. Bunu köpeğe öğretmiyorsunuz. Hatta hayvana bir şeyi öğrettikten sonra, öğretmeyi durdurursanız hayvan tepki vermeyi bırakır ve buna da sönme denir.

Burada bir grafik var. Gerçekten de buradan kaç santimetreküp salya salgılandığını hesaplıyorlar. Köpek zil sesi geldiğinde... Aslında tam olmadı. Baştan alayım. Zil ve yemek arasında bir bağ kurulduğunda, bolca salya salgılanır. Zil sesinin verilip yiyeceğin verilmediği bir denemeye pekiştirilmemiş deneme denir. Şimdi kendinizi köpeğin yerine koyun. Ağızınıza yemek koyuluyor, "zil, yemek [hızlıca soluyor], zil, yemek [yine hızlıca soluyor]" ve şimdi "zil [hızlıca soluyor]" Ama sonrası zil, zil, zil." Vazgeçiyorsunuz. Duruyorsunuz. Zile tepki vermeyi bırakıyorsunuz. Ders kitabınızda bahsedilen garip bir şey de, eğer biraz bekleyip yeniden zil sesini verdiğinizde, salya tepkisinin geri gelmesi. Buna kendiliğinden geri gelme deniyor. Bu aslında hayvanlarda görülen çok teknik bir olgu gibi görünse de bunun nasıl genellenebileceğini kolaylıkla fark edebilirsiniz.

Bir diğer ilginç ilke ise, uyarıcı genellemesidir. Norton Okumaları'nda okuyacağınız makalelerden birinin konusu da budur. Meşhur davranışçı John Watson tarafından yazılmıştır. Watson burada, Küçük Albert olarak bilinen bir bebekle yaptığı garip bir deneyden bahsetmektedir. Mantığı şudur. Küçük Albert ilk başta fareleri seviyordu. Hatta burada size Küçük Albert'ın fareleri sevdiğini gösteren bir görüntü göstereceğim. Bakın. İyi görünüyor. Sorun yok. Şimdi, Watson ilginç bir şey yapıyor. Küçük Albert farelerle oynarken "Fareleri çok severim!" Watson bebeğin arkasına geçip buradaki metal çubuğa vuruyor. Bebek "ah!" deyip ağlamaya başlıyor. Tamamdır. Koşulsuz uyarıcı ne? Şiddetli ses, çubuk, vurma sesi. Koşulsuz tepki hangisi? Ağlama, üzüntü. Bunun sonucunda, Küçük Albert fareden korkmaya başlıyor. O zaman, koşullu uyarıcı hangisi? Fare. Koşullu tepki ne? Korku. Harika.

Dahası, bu korku başka şeylere de taşınmış. Gerçi bu görüntü biraz garip ve pek ikna edici değil. Görüntünün mantığı, bu korkunun beyaz bir tavşana da taşınacağını göstermek. İkinci kısım, koşullama gerçekleşikten sonraki kısım ve beyaz tavşandan da korkuyor. Tavşanı çocuğun üzerine fırlatmaları bir sorun tabii. Geçti.

Mikrofon açık mı? Böyle iyi.

Bu artık yapamayacağımız bol miktarda deneyden bir tanesi. Yani, klasik koşullama sadece laboratuvarında görülen bir şey değil. Klasik koşullama, yengeçler, balıklar, hamamböcekleri de dâhil her tür hayvanda gösterilmiştir. Bunun belirli insan tepkilerinin altında yatan neden olduğu da iddia ediliyor.

Burada birkaç örnek var. Biri korku. Küçük Albert deneyi korkuların nasıl ortaya çıktığını gösteriyor. Köpeklerden korktuğunuzu düşünün. Köpeklerden korkmaya başlamanızın arkasındaki olası hikaye, bir gün nötr bir uyarıcı olarak yanınıza gelmiştir. Sonra da sizi ısırılmıştır. Çektiğiniz acı, ısırılmak bir koşulsuz uyarıcı, bundan duyduğunuz korku ise, koşulsuz tepkidir. Doğuştan böyledir bu. Orada köpeğin varlığı bir koşullu uyarıcıdır ve bu yüzden köpeklerden korkmaya başladınız.

Buna inanırsanız, korkuların ortadan kaldırılmasına dair bir kuramın da temelini belirlemiş olursunuz. Koşullu uyarıcı ve koşullu tepkiyi nasıl ortadan kaldırabilirsiniz? Yapmanız gereken bunları söndürmektir. Nasıl söndürürsünüz? Korkmanıza neden olacak şeyi koşulsuz uyarıcı olmadan vererek. İşte bir örnek. Şaka yapıyorum. Pardon. Aynı anda hem yükseklik korkusu, hem yılan korkusu hem de karanlık korkusu ile yüzleşiyor. Çünkü orada sıkışmış ve buradaki mantık o kadar da kötü değil. Orada sıkışmış. Bunların hepsi koşullu uyarıcı. Fakat başına kötü bir şey gelmiyor ve korkusu ortadan kalkıyor. Buradaki sorun, adam burada sıkışmış bağırırken, panik atak geçiriyor ve korkusu daha beter oluyor.

Fakat şimdilerde –bundan klinik psikoloji hakkında konuşacağımız derste de bahsedeceğimiz— korkuların tedavisinde, zeki bir şekilde, davranışçı kuramdan yararlanılmaktadır. Şimdi, korkularda, köpek ve korku arasında ya da uçaklar ya da yılan ve kötü bir tepki arasında kötü bir bağdaşım olduğu söyleniyor. Burada yaptıkları şeye, sistematik duyarsızlaşma deniyor. Sizi korktuğunuz şeye maruz bırakıyorlar ve aynı zamanda rahatlamanızı böylelikle de klasik koşullanmış korkuyu daha olumlu bir şey ile ilişkilendirmenizi sağlıyorlar. Eskiden, insanlara rahatlama egzersizlerini öğretiyorlardı fakat bunun zor olduğu görüldü. Bu yüzden artık size mutlu olmanızı sağlayacak bir ilacı dayayıp kafayı bulmanızı sağlıyorlar ve bu o kadar da kötü değil. Olay bundan biraz daha karışık ama buradaki fikir, bu bağdaştırıcıları kullanarak korku ve fobilerinizle başa çıkmanızı sağlıyorlar.

Açlık. Bu derste neden ve ne zaman yemek yediğimizden bahsedeceğiz. Neden ve ne zaman yemek yediğimizin bir cevabı da, çevrede yemek yemekle ilişkilendirdiğimiz ipuçlarının olması. Ve bu ipuçları acıkmamıza neden oluyor. Sigarayı ya da içkiyi bırakmaya çalışanlarınız günün belirli zamanlarında ya da belirli şeyleri yaparken sigara ya da içki içmek istediğinizi fark etmiştir. Davranışçı bir bakış açısından bunun nedeni bu şeyleri birbirleriyle ilişkilendirmiş olmanızdır.

Daha spekülatif olarak, klasik koşullamanın fetişler de dahil cinsel isteğin biçimlendirilmesinde de rol oynadığı iddia ediliyor. Davranışçılara göre fetişler, doğrudan klasik koşullamadır. Sevdiğinizin dokunuşları sizi orgazma götürürken, gözünüz birden bir ayakkabıya takılıyor. Klasik koşullama yoluyla, ayakkabı cinsel haz koşullu tepkisine neden olan bir koşullu uyarıcı haline geliyor. Bu muhtemelen

pek doğru değil ama tıpkı korkularda olduğu gibi, klasik koşullama cinsel olarak neyi sevip neyi sevmeyeceğimizin belirlenmesinde bir rol oynuyor olabilir. Hatta sübyancılar ve tecavüzcülerin mastürbasyon sırasında kurdukları fantezileri kontrol ederek, çağırışımı baskı ve şiddetten kaydırmalarını ve cinsel hazzı daha olumlu şeylerle ilişkilendirmelerini sağlayan bir tedavi yöntemi de vardır. Fetişler ve korkular ile ilgili davranışçı öyküler biraz saçma ve aşırı gelebilir ve muhtemelen de öyledir fakat diğer yandan klasik koşullama ,isteklerimizin ve ilgilerimizin odağını belirlemede kullanılabilir.

Son olarak.. Evet. Tamamdır. Yani klasik koşullama hakkında ne düşünüyoruz? Alışmanın ne işe yaradığını söyledik. Klasik koşullama ne işe yarar. Aslında geleneksel olarak pek bir işe yaramadığı düşünülüyordu. Sadece bağıntılandırma. Burada olan şey, koşulsuz uyarıcı ve koşullu uyarıcının, zil ve yiyeceğin birlikte verilmesi. O zaman klasik koşullamanın en çok bu iki uyarıcı birlikte verildiğinde gerçekleşmesi gerekir. Artık yaygın düşünce bu değil. Yaygın düşünce biraz daha ilginç. Klasik koşullamada olan şey hazırlamadır. Yani, bir olayın gerçekleşeceğini gösteren bir ipucuna karşı duyarlı hale geliyorsunuz ve bu da o olaya hazırlanmanızı sağlıyor. Bu bizi belirli yordamalara götürüyor. Buna göre en iyi zamanlama, koşullu uyarıcının, yani sinyalin, kendinizi hazırladığınız koşulsuz uyarıcıdan önce gelmesidir. Bir de, koşullu tepkinin koşulsuz tepkiden farklı olabileceğini söylüyor.

Şimdi yemeği bir kenara bırakalım. Babasından her gün dayak yiyen bir çocuk düşünün. Babası elini kaldırdığında çocuk ürküyor. Bu klasik koşullamadır. Burada olan şey, çocuk elin kalkmasının dayak yiyeceğini sinyallediğini öğrenmiştir ve bu sinyale tepki vermektedir. Ürkemek dayak yemeye vereceğimiz tepki değildir. Size vurulduğu zaman ürkmezsiniz. Size vurulduğu zaman, acı hissedebilir ya da duvara falan yapışabilirsiniz. Ürkemek, dayak yemeye bir hazırlıktır. Ve genelde klasik koşullamada da tepki bir tür hazırlanmadır. Koşullu tepki, koşulsuz uyarıcıya bir hazırlıktır.

Klasik koşullamayı her yerde görebiliriz. Son bir egzersiz olarak, bunu düşünmem gerekti—Bu arada, "Otomatik Portakal" filmi gören var mı? Çoğunuz. Biraz şoke edici, nahoş ve şiddet içeren bir film, ama temel konularından biri de "Psikolojiye Giriş" dersinden çıkma. Bu, klasik koşullamadır. Vahşi bir katil ve tecavüzcü olan ana karakter, psikologlar tarafından bir terapiye alınıyor. Aldığı terapi de klasik koşullama. Çocuğun beter hasta olmasını ve midesinin bulanmasını sağlayan bir ilaç veriyorlar. Gözlerinin açık kalmasını sağlıyorlar ve ona şiddet içeren görüntüler gösteriyorlar. Bu koşullama sonucunda, gerçek hayatta şiddet gördüğü zaman midesi bulanıyor. Yani saldırgan davranışlarda bulunması engelleniyor.

Bu örnekte Biraz bekleyin. Hemen söylemeyin. Bekleyin biraz. Koşulsuz uyarıcı ne? Tamamdır. Biri söylesin. İlaç. Koşulsuz tepki hangisi? Mide bulantısı. Koşullu uyarıcı ne? Şiddet. Koşullu tepki ne? (mide bulantısı) Harika.

Öğrenmenin üçüncü ve son türü araçsal ya da edimsel koşullamadır. Bu da, Skinner'ın öncülük ettiği ve en çok geliştirdiği kuramdır. Burada da, yaptıklarınız ve

sonuçları arasındaki ilişkileri öğreniyorsunuz, neyin işe yarayıp neyin yaramadığını öğreniyorsunuz. Bu önemlidir. Klasik koşullamadan çok farklıdır ve aralarındaki temel fark klasik koşullamada hiçbir şey yapmanızın gerekmemesidir. Bir yere bağlanıp hareketsiz bir şekilde durabilirsiniz ve bağlantıları görüp zihninizde oluşturabilirsiniz. Edimsel koşullama istemlidir. Bir şeyleri yapmayı seçersiniz. Bazı seçimleri diğerlerinden daha fazla öğrenirsiniz. Bu fikir hayvanların nasıl öğrendiğini araştıran Thorndike tarafından çok güzel bir şekilde geliştirilmiştir. Davranışçıların hayvanlar ile çalışıp insanlar ve diğer hayvanlar hakkında çıkarım yapma konusunda oldukça rahat olduklarını hatırlayın. O da bir kutuya bir kedi koyardı. Kutudan çıkması için bir kolu çekip kutuyu açması gerekiyordu. Thorndike kedilerin bu problemi içgörü sayesinde çözmediklerini fark etti. Çözümü bir süre kutuda oturup, etrafı keşfedip bulmuyorlardı. Bunun yerine, sağa sola koşturup farklı şeyler yapıyorlardı ve bu konuda giderek uzmanlaşıyorlardı.

İyi bir fikir olsa da hiç kullanılmadı. Hatta Birleşik Devletler ve diğer ülkelerin orduları birçok kez güvercin ve yunus gibi hayvanlara eğitim yoluyla ilginç ve ölümcül şeyler yaptırmaya çalışmışlardır. Skinner hayvanlara eğlence olsun diye masa tenisi oynamayı öğretirdi. Tekrar söylüyorum, oturup hayvanların masa tenisi oynamaya başlamasını bekleyemezsiniz. Bunun yerine, benzer davranışları ödüllendirirsiniz.

Temel olarak, birincil pekiştireçler vardır. Domuzların doğal olarak sevdiği şeyler vardır. Mesela yemek. Domuzların kendiliğinden sevmediği şeyler de vardır. Mesela dövülmek ya da elektrik şoku verilmesi. Ancak gerçek hayatta insanlarla uğraşırken, hatta hayvanlarla uğraşırken bile, her zaman birincil ya da olumsuz pekiştireçleri kullanmayız. Şunun gibi şeyler kullanırız. "akıllı köpek". Şimdi ona "Akıllı köpek" demeniz, köpeğinizin doğal olarak hoşlandığı bir şey değildir. Ancak burada iki aşamalı bir yöntem uygularsınız. Ona "Akıllı köpek" demeyi klasik koşullama yoluyla olumlu hale getirebilirsiniz. Köpeğe yiyecek verirsiniz ve "Akıllı köpek" dersiniz. Şimdi bu laf ödüllendirici hale gelir. Ve bu ödüllendiriciliği kullanarak köpeğinizi eğitebilirsiniz. Ve bu yolla davranışçılar poker fişleri gibi alakasız görünen ödüller ile insan dışı hayvanlara ilginç şeyler yaptırıldılar.

Son olarak, verdiğimiz örneklerde domuz ne zaman istediğiniz bir şeyi yapsa onu ödüllendiriyorduk. Ancak gerçek hayat böyle değil. Gerçek hayatta, hem insanlar hem de hayvanların bulunduğu durumlarda, pekiştirme her zaman değil, çeşitli tarifelere göre gerçekleşir. Burada da, sabit tarife ve değişken tarife ile oranlı ve aralıklı ayırımına geliyoruz. Bunun bir çıktısını alıp bakın. Pek detaya girmeyeceğim. Oranlı tarifede, belirli bir davranışı belirli bir sayıda yaptıktan sonra ödüllendirirsiniz. Eğer köpeğiniz size gazeteyi on kere getirdikten sonra onu ödüllendiriyorsanız; bu sabit oranlı tarifedir. Aralıklı tarife ise, zamanla ilgilidir. Eğer, -yapar mı bilmem ama- köpeğiniz bir saat boyunca dans edince onu ödüllendirirseniz, bu da zamanla ilgili olur. Sabit ve değişkenli arasındaki fark ise, ödülü sabit bir aralıkla mı, -mesela her beş seferde yoksa değişken aralıkla mı, mesela bazen üçüncü seferde bazen de yedinci seferde-, vereceğiniz ile ilgilidir.

Burada örnekler var ama üzerinden geçmemize gerek yok. Gerçek hayattaki örneklerini kolayca bulabiliriz. Mesela, kumar makinesi değişken oranlıdır. Kolu birkaç kez çektiğinizde ödül verir. Bunu ne kadar sürede yaptığınız önemli değildir. Kolu kaç kere çektiğinize bağlıdır. Ama değişkendir, çünkü her bininci çekişinizde ödül vermez. Bilemezsiniz. Tahmin edilemezdir. Kumar makinesi, kısmi pekiştirme etkisi dediğimiz olgunun iyi bir örneğidir. Süper bir şey. Duyduğunuz zaman mantıklı gelir ve bu bulgu hem insanlar hem de insan dışı hayvanlarda defalarca gösterilmiştir. Mantık şu. Birisini istediğiniz bir şeyi yapması için eğitmek istiyorsunuz ve siz eğitime devam etmeseniz de onların bu davranışı yapmayı sürdürmelerini istiyorsunuz -ki genelde de bunu istersiniz. Buradaki hile ödülü her zaman vermemeniz. Davranışlar aralıklı olarak pekiştirildikleri zaman daha kalıcı olurlar ve buna da "kısmi pekiştirme etkisi" denir.

Psikolojik açıdan bakıldığında bu, makineye ne zaman para atsanız size ödül verip, sonra bir anda vermeyi bırakması gibidir. Siz de biraz daha deneyip, "Bozuldu herhalde" deyip bırakırsınız. Peki ya, her yüz seferde bir kere ödül verseydi? O zaman denemeye devam ederdim çünkü ödül aralıklı olduğu için bir beklenti içine girmezsiniz, bu yüzden de davranışınız daha kalıcı olur. Bir örnek vereyim. Çocuğunuz onun yanında yatmanızı istiyorsa ve siz de bunu istemiyorsanız yapabileceğiniz en kötü şey nedir? Hatta çocuğunuzun terbiye ederken söyleyebileceğiniz en kötü şey, "Kesinlikle olmaz, hayır, hayır, hayır" [bekleyip] "Peki" demektir. Sonra çocuk bunu tekrar ister ve siz de hayır dersiniz. Çocuk da istemeye devam eder çünkü psikolojik olarak, davranışçıların dediklerine uymadınız. Çocuk artık istediğini hemen alamayacağını biliyor ama istemeye devam edecek. Yani aslında böyle durumlarda istemeyerek de olsa kısmi pekiştirme etkisini kullanmış oluyorsunuz. Eğer çocuğumun bir şey yapmasını istersem, ona on seferde bir evet demeliyim. Maalesef dırdır etmenin evrimi budur. Çünkü dırdır eder, eder, edersiniz ve karşınızdaki de "Peki. Olur" deyip bunu pekiştirir.

Eğer Skinner işi fareler, güvercinler ve köpeklerde bıraksaydı, bu kadar etki yapamazdı. Ama bu kurallarım insan ve insan davranışına da genellenebileceğini iddia ediyordu. Örneğin, hapisane sisteminin değişmesini, adalet ve bedel ödeme söylemleri yerine, iyi davranışların pekiştirilip, kötü davranışların cezalandırılması gerektiğini düşünüyordu. Edimsel koşullama kurallarının günlük yaşamda da uygulanmasını, böyle olduğunda insanların daha dolu ve tatmin edici bir hayat yaşayacağını söylüyordu. Davranışçılık hakkında sorusu olan? Nedir sorularınız? [gülüşmeler] Evet.

Öğrenci: [Duyulmuyor]-- bir süre sonra sönme olmaz mı? [duyulmuyor]

Profesör Paul Bloom: Güzel soru. Pekiştirme olarak poker fişi gibi şeylerin kullanılmasından bahsediyorduk ve doğru bir noktaya değindi. Poker fişleri klasik koşullama yoluyla ödül haline geldiği için, eninde sonunda pekiştirme olmaktan çıkacaklardır. Bu yüzden baştan başlamanız, yeniden eğitmeniz gerekir. Eğer bir köpeğiniz varsa ve onu ödüllendirmek için "akıllı köpek" diyorsanız bu mantıkla, ki

çok doğru, bu lafla birlikte arada başka bir ödül vermeniz gerekir. Yoksa "Akıllı köpek" demeniz onu pek kesmeyecektir. Evet.

Öğrenci: [Duyulmuyor]

Profesör Paul Bloom: Bildiğim kadarıyla, Skinner ve Skinneryen psikologların hapisanelerin kurulmasında doğrudan bir ilgileri yoktu. Diğer yandan davranışçı kuram insanların ceza adaleti hakkındaki düşüncelerine büyük bir etki yaptı ve ceza hukuku da buna göre şekillendirildi. Mesela bazı akıl hastaneleri ve hapisaneler, iyi davranışların fişlerle ödüllendirildiği "fiş ekonomisini" kullanıyorlar. Sonra o fişleri bozdurup başka şeyler alabiliyorsunuz. Bunlar da, bir bakıma davranışçı ilkeler doğrultusunda şekillendirilmiştir.

Tamamdır. Yani davranışçılığın üç temel duruşu var. (1) Doğuştan gelen bir bilgi yoktur. Her şey öğrenilir. (2) İnsan psikolojisini istekler ve hedefler gibi kavramlar olmadan da açıklayabilirsiniz. (3) Bu mekanizmalar her alanda ve her canlı türünde geçerlidir. Sanırım şimdilerde bu iddiaların yanlış olduğu konusunda herkesin hemfikir olduğunu söyleyebilirim.

Bir kere her şeyin öğrenilmediğini biliyoruz. Doğuştan gelen bilgiler ve isteklerin olduğuna dair bolca kanıt var. Dil edinimi, cinsel tercihlerin gelişmesi, somut nesnelere dair anlayışın gelişmesi gibi konulara baktığımız zaman bunları daha detaylı konuşacağız. Ne kadarın doğuştan geldiği ve yerleşik zihinsel sistemlerin özellikleri konusunda büyük tartışmalar var ama artık birçok şeyin insanlar ve diğer hayvanlarda yerleşik olduğundan kimsenin şüphesi yok.

Zihinsel durumlardan bahsetmek bilimsel değil midir? Artık buna da kimse inanmıyor. Bilim, özellikle de kimya ve fizik gibi daha gelişmiş bilimler tamamen gözlemlenemeyen şeylerle ilgilenir. Göremediğiniz şeylerle ilgilenir. Ve Karmaşık ve akıllı davranışları içsel mekanizmalar ve içsel temsillerle açıklamak mantıklı geliyor. Bilgisayar devrimi bunu gösteren bir vakadır. Eğer satranç oynayan bir bilgisayarınız varsa ve bunu nasıl yaptığını açıklamak istiyorsanız, bunu içindeki programlar ve mekanizmalardan bahsetmeden yapamazsınız.

Hayvanların öğrenmesi için pekiştirme ve ceza zorunlu mudur? Hayır, ve Skinner'ın zamanında bu birçok kez gösterilmiştir. Tolman'ın farelere bir labirenti çözmeyi öğrettiği bir çalışmayı anlatacağım. Ve bunu gerçekten iyi başarıyorlardı. Sürekli ödüllendirildikleri zaman, gittikçe daha hızlı çözebiliyorlardı fakat hiç ödüllendirilmedikleri zaman da gittikçe hızlanıyorlardı. Ödül işe yarıyor fakat zorunlu değil.

Bu düşüncenin daha karmaşık bir gösterimi de bu: [video izletiyor]. Bu çok eski bir bulgu, çoğunuz daha doğmamıştı o zaman. Ve Skinner'ın kuramı için büyük bir utanç kaynağıydı. Çünkü farelerin zihinsel haritalarının, dünyayı anlamak için içsel bir mekanizmalarının olduğunu gösteriyor. Bu da davranışçılığın her şeyin pekiştirme ve ceza ile açıklanabileceği düşüncesine tersti.

Son olarak, öğrenmenin hayvana-özgü sınırları olmadığı doğru mudur? Cevap yine "hayır". Mesela, hayvanların doğal tepkileri vardır. Güvercine yemek için bir yeri gagalamayı öğretebilirsiniz ama bunu yemek için gagalamanın güvercinler için doğal bir tepki olduğu için yapabilirsiniz. Bir yerden kaçmak için gagalamayı öğretmek çok zordur. Bir yerden kaçmak için kanat çırpmasını öğretebilirsiniz fakat yemek için kanat çırpmasını öğretmek çok zor olacaktır. Bu doğal tepkileri çeşitli durumlarda kullanıp bir şeyler öğretebilirsiniz ama hepsinin bazı doğal davranışları vardır.

Bütün uyarıcı ve tepkilerin aynı olmadığını biliyoruz. Gri kitabınızda Garcia etkisi ile ilgili güzel bir tartışma var. Garcia etkisi şudur. Burada herhangi bir yiyeceğe kaçınma tepkisi veren var mı? Sevmediğiniz yemeklerden bahsetmiyorum. Midenizi bulandıran yemeklerden bahsediyorum. Hayvanlar ve diğer insanlarda yemekten kaçınma tepkisi çağrışım yoluyla oluşabilir. Diyelim ki hastasınız ve mideniz bulanıyor ve bu sırada da hayatınızda ilk kez suşi yediniz. Mide bulantısı ve yeni bir yiyecek arasındaki bağ çok kuvvetlidir. Midenizi bulandıranın suşi olmadığını bilseniz de, bu yeni yiyeceğe karşı bir kaçınma tepkisi geliştirirsiniz.

Ben gençken, ergenliğimde, şu Yunan içkisi olan Uzo ile birlikte bira içtim. O zaman hasta değildim ama sonra feci hasta oldum. Bu nedenle bu Yunan içkisinin kokusuna dayanamıyorum. Neyse ki biraya karşı bir tepki olmadı [gülüşmeler]. Mucize işte. Kokusu çok keskindi ve benim için yeniydi. Garcia etkisi nedeniyle de güçlü bir kaçınma tepkisi geliştirdim.

İlginçtir, bir hayvana yeni bir yiyecek verip sonra bir ilaç yoluyla midelerinin bulanmasını sağlarsanız, ondan kaçınacaktır. Ama eğer yeni bir yiyeceklerle birlikte güçlü bir elektrik şoku verirseniz yemekten kaçınmayacaktır. Bir şeyin tadı ile mide bulantısı arasında doğal bir bağ vardır. "Eğer bunu yiyeceksem ve midem bulanacaksa, bundan kaçınmalıyım" demeye programlanmışız. Bu başka şeylere genellenmiyor.

Son olarak, korkulardan bahsettim ve ilerleyen dönemde tekrar bahsedeceğim. Ama insanların korkularını klasik koşullama ile edindikleri iddiası genelde yanlıştır. Bunun yerine, bazı korkulara sahip olmak üzere evrimleştiğimiz bulunmuştur. İnsanlar ve şempanzeler, özellikle yılan korkusu geliştirmeye çok açıktır. İleride duygular hakkında konuşurken bundan daha detaylı bahsedeceğiz. Fakat öyle görünüyor ki, sahip olmanız muhtemel korkuların kişisel tarihçenizle değil, evrimsel tarihçenizle ilgili olduğu görülmektedir.

Son olarak, bu ders için okuyacaklarınızdan biri de Chomsky'nin klasik makalesi "Sözel Davranışın Gözden Geçirilmesi". Chomsky yaşayan en önemli entelektüellerden biridir. Hala MIT'de profesördür ve diğer konuların yanında, dil ve düşünce üzerine yayın yapmaktadır. Okuyacağınız parça, "Sözel Davranışın Gözden Geçirilmesi" adlı makalesinden. Bu makale psikolojide yazılmış en etkili makalelerden biridir çünkü davranışçılık disiplinini diğer bütün her şeyden, her olaydan daha çok yıkıma uğratmıştır ve davranışçılığın hâkimiyetini sona erdirmiştir.

Chomsky'nin argümanı karmaşık ve ilginçtir ama temel fikri şudur. İnsanları ele aldığımızda Skinner'ın ödül ve ceza kavramlarını genellemesi o kadar muğlâktır ki artık bilimsellikten çıkmaktadır. Freud ile ilgili tartışmamızı hatırlayın. Burada Chomsky'nin bahsettiği şey, yanlışlanamazlıktır. Sözel Davranış adlı kitabında Skinner, neden kendimizle konuşmak, sesleri taklit etmek, sanat icra etmek, düşmana kötü şeyler söylemek, hayal kurmak gibi şeyler yaptığımız sorusunu soruyor. Ve bunların hepsinin çeşitli pekiştireçleri içerdiğini, hepsinin pekiştirilmiş davranışlar olduğunu söylüyor. Tabi ki, kendi kendimize konuştuğumuzda birilerinin bize yiyecek vermesinden bahsetmiyor. Ya da kendi kendimize konuştuğumuz zaman birinin bize gelip " Aferin. Seninle gurur duyuyorum" demesinden de bahsetmiyor. Bunun kendi kendini pekiştiren bir şey olduğunu ya da düşmana kötü bir şey söylemenin de, onun kötü hissetmesini sağladığı için pekiştirici olduğunu öne sürüyor.

Chomsky, sorunun bu iddiaların yanlış olması olmadığını söylüyor. Bunların hepsi doğru. Fakat o kadar muğlâk ki, bir işe yaramıyor. Skinner daha fazla bir şey söylemiyor. Düşmana kötü şeyler söylemenin, onu kötü hissettirdiği için pekiştirici olduğunu söylemenin, düşmana kötü şeyler söylediğimizde iyi hissediyoruz çünkü düşmana kötü şeyler söylemeyi severiz demekten bir farkı yoktur. Sadece daha bilimsel bir dille söylüyorsunuz.

Daha genel olarak Chomsky, etki yasasının insanlara uygulandığında doğru olsa bile önemsiz ve yavan ya da bilimsel olarak güçlü ve açıkça yanlış olduğunu öne sürüyor. Eğer ödül ya da pekiştirme fikrini başka şeylere de genişletmek istiyorsanız, o zaman doğrudur. Birinci sınıfta olmayanlar; buraya neden geldiniz? Sen- Sen neden geldin? Neden hepiniz ikinci bir yıl için Yale'e geldiniz? "Davranışımı tekrar ettim çünkü ilk yılım ödüllendiriciydi". Peki. Ne demek istiyorsun? Birinin gelip seni gerçekten ödüllendirdiğini, sana yemek tozu falan verdiğini söylemiyorsun. İkinci yıl için de buraya gelmeyi seçtiğini söylemek istiyorsun. Bunu söylemekte bir sakınca yok ama bilimle karıştırmamak gerekiyor. Diğer insanların neler yaptığını pekiştireç, ceza, edimsel koşullama ya da klasik koşullamadan bahsederek açıklayabilirsiniz. Fakat bunu yapmak için bu kavramları o kadar muğlâk bir şekilde kullanırsınız ki, artık bilimsel bir şey söylemez olursunuz.

Davranışçılığın hâkim görüş olduğu dönemler geçti fakat arkasında önemli bir miras bıraktı ve yirminci yüzyılda psikolojiye yapılan en büyük katkılardan biridir. En azından, çeşitli öğrenme mekanizmalarını, özellikle de insan dışı hayvanlarını, daha iyi anlamamızı sağladı. Alışma, klasik koşullama, edimsel koşullama mekanizmaları gerçektir; bilimsel olarak çalışılabilirler ve hayvanların ve muhtemelen insanların hayatlarında önemli bir yer tutmaktadırlar. Sadece, her şeyi açıklayamazlar. Son olarak, buna Çarşamba günü döneceğim, davranışçılar hayvan eğitimi konusunda güçlü teknikler geliştirmişlerdir. Dahası, küçük çocukların ve bebeklerin ya da otizmlili ya da ağır zihinsel engelli kişilerin eğitiminde de yararlıdır. Bu davranışçı tekniklerin çoğunun faydalı olduğu görülmüştür. Bu açıdan ve diğer birçok açıdan, çok önemli katkılar yapmıştır.