

# REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BÖLÜMÜ

Psikoloji  
RPD 101

Not IV  
Uz. Gizem ÖNERİ UZUN

# Öğrenme & Koşullanma

## Öğrenme

\*Öğrenme, tekrar veya yaşantılar sonucu, eğitim veya öğretim sonucu davranışlarda meydana gelen değişimler olmaktadır.

\*Örneğin yabancı dil konuşmayı öğrenme bir davranış değişikliği olmaktadır.

\*İçgüdü, refleks gibi davranışlar değişikliğe uğramadığı için öğrenme olarak kabul edilmemektedir.

# Öğrenmeyi Etkileyen Faktörler

\*Öğrenmeyi kolaylaştıran ve zorlaştıran, yani öğrenmeye yardım eden veya engelleyen faktörler bulunmaktadır.

- 1.Öğrenenle ilgili faktörler.
- 2.Öğrenme yöntemleriyle ilgili faktörler.
- 3.Öğrenilecek malzemenin türüyle ilgili faktörler.
- 4.Öğrenme ortamıyla ilgili faktörler.

# Öğrenen İle İlgili Faktörler (Kişisel Etkenler)

## 1. Türe Özgü Hazır Oluş

–Öğrenecek olan organizmanın istenilen davranışı göstermek için gerekli biyolojik donanıma sahip olması, türe özgü hazır oluş anlamına gelmektedir.

## 2. Olgunlaşma

–Organizmanın davranışı öğrenebilmesi için belli bir gelişmişlik düzeyine ulaşması olmaktadır.  
–Bireyin bedensel ve zihinsel yönden davranışı öğrenme kapasitesine ulaşmış olması gereklidir.

### 3.Yaş

- Öğrenmenin gerçekleşmesi için organizmanın o davranışı öğrenebilecek yaşa gelmesi gerekmektedir.
- Genelde en iyi öğrenme yaşı genç-yetişkinliktir.
- Yaşlandıkça öğrenme hızı ve gücü azalmaktadır.

### 4.Zeka

- Bazı psikologlara göre, belli bir davranışını öğrenmek için, belirli bir zeka yaşına ulaşmış olmamız gerekmektedir.
- Burada bireysel ayrılıklar rol oynamaktadır.

## 5.Güdülenme

–Güdüler, organizma içindeki ihtiyaçlardan doğmaktadır. Bu ihtiyaçların giderilmesi için organizmayı harekete geçirmektedirler.

## 6.Genel Uyarılmışlık Hali ve Kaygı

–Herhangi bir öğrenmenin gerçekleşmesi için, bireyin uyarılmışlık haline gelmesi gerekmektedir.

–Kişi tamamen adapte değilse, bütün enerjisini yaptığı iş üzerinde yoğunlaştırmamışsa, iyi bir öğrenme gerçekleşmemektedir.

## 7.Fizyolojik Durum

–Öğrenmenin gerçekleşebilmesi için kişinin fizyolojik durumunun iyi olması gerekmektedir.

## 8.Önceki Öğrenilenlerin Aktarılması

–Yeni bir öğrenme olurken, eski öğrenmelerden etkilenilmekte ve her yeni öğrenme, eskisinin üzerine kurulmaktadır.

–Bir derste öğretilen konuların, diğer derslerde öğretilen konularla örtüşmesi gereklidir, aksi takdirde öğrencinin öğrenmesi zorlaşır.

# Davranışçı Öğrenme Kuramları

\*Davranışçı kuramların odak noktası, bireyin ne düşündüğü değil, ne yaptığıdır.

\*Davranışçılar, gözlenebilen davranışlardaki değişikliklere odaklanmaktadır.

\*İlk kuruculuğunu yapan kişi, J. B. Watson'dır.

\*Gözlenebilen davranışları ele almaktadır.

\*Beynin rolünün yok derecede az olduğunu savunmaktadırlar.



## Klasik Koşullanma (Pavlov)

\*Nötr uyarıcı tepki yaratmayan bir uyarıcıdır.

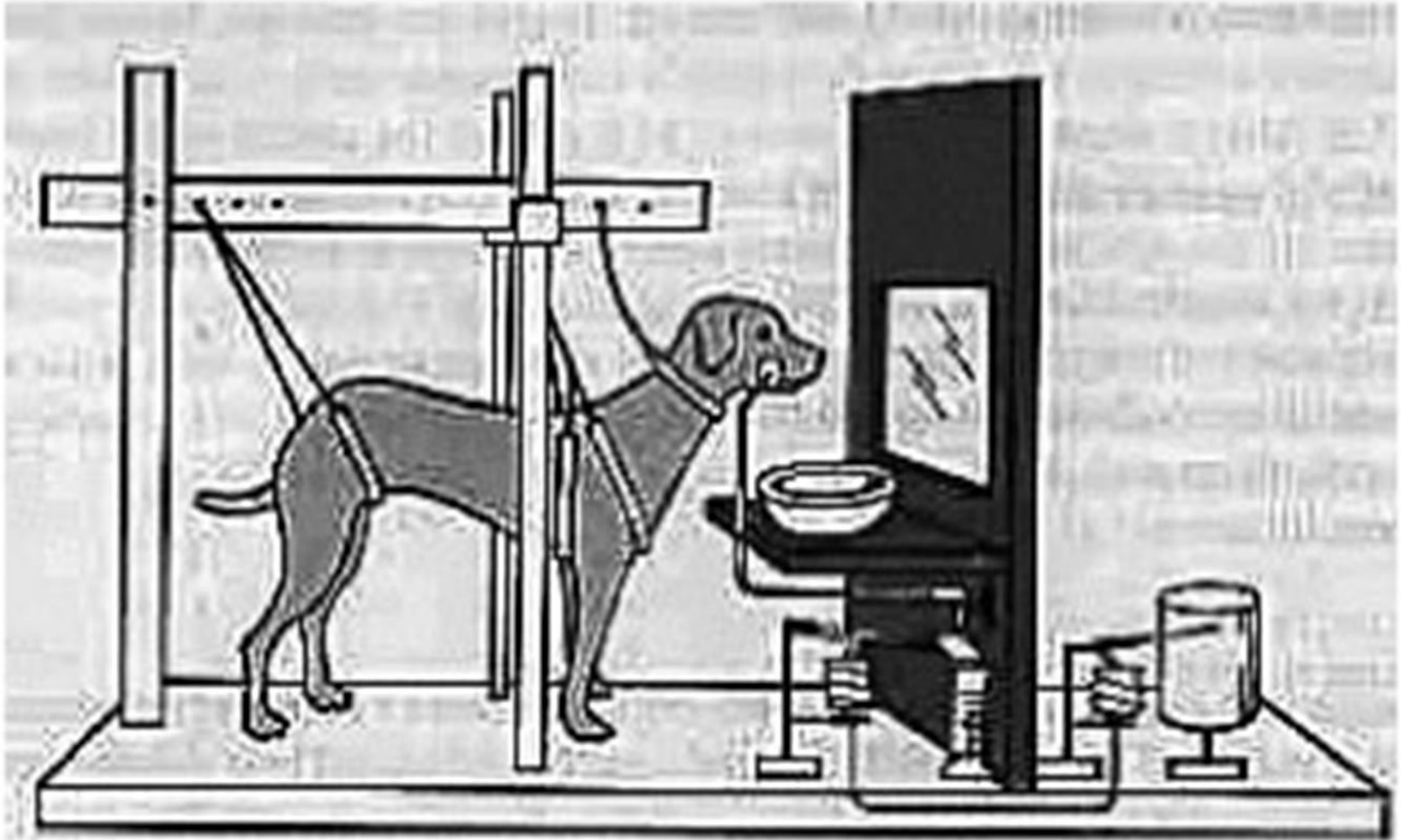
\*Koşulsuz uyarıcı, doğal ve otomatik olarak tepkiyi oluşturan uyarıcıdır.

\*Koşulsuz tepki ise koşulsuz uyarıcının organizmada meydana getirdiği doğal ve otomatik tepkidir.

\*Koşullu uyarıcı, koşulsuz uyarıcıdan etkilenendir.

## Resim 5.1

### *Pavlov'un Köpeęi*



# KLASİK KOŞULLANMA

ET  
(Koşulsuz Uyarıcı)



SALYA  
(Koşulsuz Tepki)

ZİL  
Nötr Uyarıcı

+

ET  
(Koşulsuz Uyarıcı)



SALYA  
(Koşulsuz Tepki)

ZİL  
(Koşullu Uyarıcı)



SALYA  
(Koşullu Tepki)

# Klasik Koşullanmayı Etkileyen Faktörler

1.Nötr bir uyarıcının, koşulsuz uyarıcı ile eşleştirilmesi gerekmektedir.

Koşulsuz uyarıcının koşullu uyarıcıdan kısa bir süre sonra verilmesi koşullanmayı sağlamaktadır.

2.Koşulsuz uyarıcı, nötr uyarıcının hemen arkasından verilmelidir.

# Klasik Koşullanmanın İlkeleri

## 1.Bitişiklik

Klasik koşullanmada uyarıcılar arasındaki zaman çok önemlidir. Uyarıcı ve tepki arasındaki bağıncü , koşullu ve koşulsuz uyarıcının ne sıklıkta ve ne yakınlıkta verildiğine bağılıdır.

## 2.Habercilik

Koşullu uyarıcı, koşulsuz uyarıcının geleceğini haber verir niteliktedir.

### 3.Pekiştirme

Klasik koşullanmada pekiştireç koşulsuz uyarıcıdır.

### 4.Genelleme (Benzerliklere yönelik tepkiler)

Genelleme, aynı türden olan yada birbirine benzer uyarıcıya karşı daha önce kazanılan tepkinin verilmesidir.

### 5.Ayırt Etme (Farklılıklara yönelik tepkiler)

Genellemenin tam tersidir.



## 6.Sönme

Koşulsuz uyarıcı çekildiği anda gerçekleşir.

## 7.Geri Gelme

Sönme görüldükten bir müddet sonra tekrar gerçekleşebilir.



## Edimsel Koşullanma (Skinner)

\*Hoş veya hoş olmayan sonuçların, bireylerin davranışlarında yarattığı değişiklikler olmaktadır.

\*Davranış ve sonuç ilişkisi bulunmaktadır.

\*Ödül ve ceza bulunmaktadır.

\*Pekiştireç kullanmadaki amaç, istenilen davranışın gösterilme sıklığını artırmadır.



\*Pekiştirme Tarifesi, pekiştireçin ne kadar sıklıkla verildiğidir.

1.Sabit oranlı

En yaygın pekiştireç tarifesidir.

2. Değişken oranlı

Yüksek oranda davranış oluşturabilmek için en uygun olan pekiştireçtir. Pekiştirecin uygulanacağı davranış sayısı tahmin edilememektedir.

### 3. Sabit Aralıklı

Pekiştirecin, periyodik zamanlarda verilmesidir.

### 4. Değişken Aralıklı

Davranışın ne zaman ödüllendirileceği konusunda hiğbir fikrimiz yoktur.



# Ceza

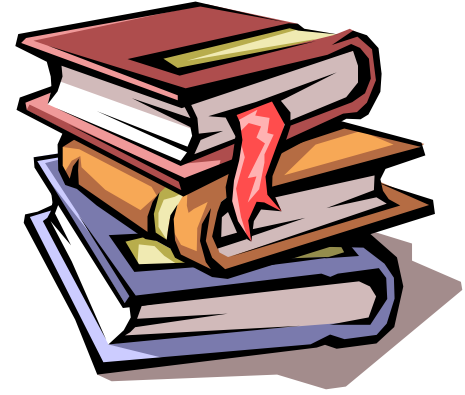
\*Hoş olmayan bir uyarıcının ortama verilmesi, davranışın baskı altına alınmasıdır.

\*Bir davranışın yapılma sıklığını azaltmak için davranış sonrasında verilir.

\*Ceza, uzun süreli bir yöntem olabilir, hoş olmayan durumu ortadan kaldırabilir ama asıl önemli olan bireyin uygun davranışı geliştirebilmesini sağlamaktır.

# Sosyal Öğrenme Kuramı

- \*Başkalarını seyrederek, gözlemleyerek,
- \*Çevreden öğrenerek,
- \*Deneme-yanılma yoluyla geliştirilen öğrenme olarak tanımlanabilmektedir.



# Sosyal Öğrenmede Temel Kavramlar

## \*Dolaylı Pekiştireç

–Gözlemlenen davranışın sonucu, gözlemleyen için anlamlı ve değerli olmalıdır.

## \*Dolaylı Ceza

–Modelin yapmış olduğu davranış sonunda almış olduğu cezanın gözlemlenmesi, gözleyeninin o davranışı yapma eğilimini azaltır.

## **\*Dolaylı Duygusallık**

–Korkuların bir çoğu doğuştan değildir, çevredeki kişilerin tepkileriyle gözlenerek oluşur. Aynı şekilde başkalarını gözlemleyerek korkularımız ortadan kalkabilir.

## **\*Modellerden öğrenme**

–Sosyal öğrenme kuramında en önemli öğe modeldir.

–İnsanların bir davranışı öğrenebilmeleri için, o davranışın nasıl yapıldığını görmeleri gerekmektedir.

# Model ile Gözlemleyen Arasındaki Etkileşim

\***Yaş:** Kendi yaşlarına yakın modeller seçerler.

\***Cinsiyet:** İnsanlar kendi cinslerinin davranışını daha çok model alırlar.

\***Karakter:** Toplumda öne çıkmış iyi karakterli ve insan ilişkileri iyi olan kişileri örnek alırlar.

\***Benzerlik:** İnsanlar kendilerine uygun ve benzeyen kişileri daha çok model alırlar.