**DAVRANIŞÇILIK**

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 ırkından bağımsız olarak onları doktor, avukat, sanatçı, tüccar ve hatta dilenci ya da hırsız olmalarını sağlayabilirim”

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, muğlâk 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.

Davranışçıların insanın bütün zihinsel yaşamını ve bütün davranışlarını açıklayabileceğini öne sürdükleri üç temel öğrenme ilkesi bulunmaktadır.

**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. Yani, olaylara alışırsınız. Ve bu da, günlük yaşamda sık görülür. Saatin tiktaklarına, trafiğin gürültüsüne alışırız ve aslında bu öğrenmenin çok önemli bir türüdür.

Olaylara alışmak aslında çok önemlidir çünkü bu yeni olay ve nesneleri 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..

**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.

İki tür koşullama, yani iki tür uyarıcı-tepki ilişkisi arasında bir ayrım 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!" derseniz, 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. 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. Zil ve yemek arasında bir bağ kurulduğunda, bolca salya salgılanır. Bir diğer ilginç ilke ise, uyarıcı genellemesidir.

Açlık. Bu derste neden ve ne zaman yemek yediğimizden bahsedeceğiz. Neden ve ne zaman yemek yediğimizin bir cevabı da, çevrede yemek yemekle ilişkilendirdiğimiz ipuçlarınınız 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.

**Klasik koşullamada olan şey hazırlamadır. Yani, bir olayın gerçekleşeceğini gösteren bir ipucuna karşı duyarlı hale geliyorsunuz ve bu da o olaya hazırlanmanızı sağlıyor.** Buna göre en iyi zamanlama, koşullu uyarıcının, yani sinyalin, kendinizi hazırladığınız koşulsuz uyarıcıdan önce gelmesidir. Bir de, koşullu tepkinin koşulsuz tepkiden farklı olabileceğini söylüyor.

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. Ürkmek dayak yemeye vereceğimiz tepki değildir. Size vurulduğu zaman ürkmezsiniz. Size vurulduğu zaman, acı hissedebilir ya da duvara falan yapışabilirsiniz. Ürkmek, dayak yemeye bir hazırlıktır. Ve genelde klasik koşullamada da tepki bir tür hazırlanmadır. Koşullu tepki, koşulsuz uyarıcıya bir hazırlıktır.

"Otomatik Portakal" filmini gören var mı? 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).

**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. 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 kolu çekmeyi tesadüfen öğreniyorlardı.

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. Artık bu laf ödüllendirici hale gelir. Ve bu ödüllendiriciliği kullanarak köpeğinizi eğitebilirsiniz.

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 ayrımına geliyoruz. 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. Sabit ve değişken oran 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.

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 edilmezdir. Kumar makinesi, kısmi pekiştirme etkisi dediğimiz olgunun iyi bir örneğidir.

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 ederdiniz 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 çocuğunuzu 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 kuralların insan ve insan davranışına da genellenebileceğini iddia ediyordu. Örneğin, hapishane sisteminin değişmesini, adalet ve bedel ödeme söylemleri yerine, iyi davranışların pekiştirilip, kötü davranışların cezalandırılması gerektiğini düşünüyordu.

Skinner ve Skinneryen psikologların hapishanelerin 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 hapishaneler, iyi davranışların fişlerle ödüllendirildiği "fiş ekonomisini" kullanıyorlar. Sonra o fişleri bozdurup başka şeyler alabiliyorsunuz. Bunlar da, bir bakıma davranışçı ilkeler doğrultusunda şekillendirilmiştir.

**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.

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.

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.

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.

**Garcia Etkisi:**

Bütün uyarıcı ve tepkilerin aynı olmadığını biliyoruz. 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.

İnsanların 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.

Davranışçılığın hâkim görüş olduğu dönemler geçti fakat arkasında önemli bir miras bıraktı ve davranışçılık yirminci yüzyılda psikolojiye yapılan en büyük katkılardan biridir. En azından, çeşitli öğrenme mekanizmalarını, özellikle de insan dışı hayvanlarınkini, 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.