

Sozial-kognitive Theorie nach Bandura

Lernen am Modell, beschreibt den Prozess, in welchem eine Person(Beobachter), bestimmte Erlebens- und Verhaltensweisen übernimmt, die sie bei dem Modell beobachtet. Dadurch kommt es zu eine Erlebens- und Verhaltensänderung beim Beobachter. Bandura teilt das Modelllernen in 2 Phasen, die Aneignungsphase und die Ausführungsphase. Die **Aneignungsphase** unterteilt sich nochmal in den Aufmerksamkeitsprozess, in der der Beobachter die wichtigsten Bestandteile eines Verhaltens Filters und diese exakt beobachtet, und der Gedächtnisprozess, bei dem der Beobachter das beobachtete Verhalten symbolisch oder bildlich im Gedächtnis absichert, bis er Nutzen daraus ziehen kann. In der Ausführungsphase gibt es ebenfalls 2 Prozesse, der Reproduktionsprozess in dem geht es um das Nutzen des gespeicherten Verhaltens, der Beobachter kopiert nicht nur einfach das Verhalten, sondern organisiert diese neu. Er erinnert sich anhand der bildlichen Abspeicherung an das Verhalten zurück und Filtert die für ihn wichtigsten Faktoren raus. In dem Motivation und bekräftigungsprozess handelt es sich um die Motivation einer Person (Beobachter). Ob ein bestimmtes Verhalten beobachtet wird hängt von der Motivation ab. Die Motivation beeinflusst die Aneignung und die Ausführungsphase., denn nur wer sich Erfolg/ Vorteil verspricht, wird entsprechende Aktivitäten entfalten. Motivation ist eng mit Erwartung verbunden.

Bedingungen des Modelllernens:

Persönlichkeitsmerkmale des Modells:

- **Menschen, die soziale Macht besitzen, also belohnen und bestrafen können.**
- **Menschen mit hohem Ansehen**
- **Menschen die Sympathisch und Attraktiv sind**
- **Menschen, die die Bedürfnisse des Lernenden zufriedenstellen können.**

Persönlichkeitsmerkmale des Beobachters:

- **fehlendes Selbstvertrauen und geringe Selbstachtung, begünstigen die Aufmerksamkeit**
- **Erfahrungen, Interessen Wertvorstellungen, Bedürfnisse, Triebe, Gefühle und Stimmung sind Faktoren Menschlicher Wahrnehmung**

Beziehung zwischen Beobachter und Modell:

- **positive emotionale Beziehung, die sich in Wertschätzung und Verstehen zeigt**
- **Eine Abhängigkeit des Beobachter zum Modell**
(Häufigkeit einer Beobachtung wirkt sich auf lernenden aus)

Gegebene Situation:

- **Die emotionale Befindlichkeit wirkt sich auf Wahrnehmung aus**
- **Bereits nützliche Erfahrungen und Erfolg wirkt sich auf Beobachtung aus.**

Bekräftigungsarten:

Externe Bekräftigung:

Person selbst erfährt angenehme folgen von dem Verhalten oder vermeidet unangenehme —> geneigt Verhalten wieder zu tun

Stellvertretende Bekräftigung:

Mensch beobachtet Person, deren Verhalten zu angenehmen Folgen führt/unangenehme vermeidet—> Beobachter tendiert zu gleichem Verhalten

Direkte Bekräftigung:

Mensch setzt sich bestimmte Verhaltens Standards und belohnt sich selbst nach vollbrachtem Verhalten —> Motiviert Verhalten nochmal zu machen

Stellvertretende Selbstbekräftigung:

Mensch beobachtet andere Person, welche sich selbst für Verhalten belohnt —> Beobachter ist geneigt Verhalten des Modells zu zeigen

Bekräftigung sich keine notwendigen Bedingungen für Modelllernen fördern aber.

Effekte des Modelllernens:

Modellierender Effekt:

- Lernen neue, bisher noch nicht bekannte Verhaltensweisen, sowie Einstellungen gegenüber Personen, Objekten, Sachverhalten, Vorurteile, Gefühle.**
- Beobachter kopiert Verhalten nicht nur Verhalten wird neu organisiert**

Enthemmender & Hemmender Effekt:

- Hemmende:** Modellverhalten negative Konsequenzen hat, dabei sinkt die Bereitschaft, dem Vorbild nachzueifern.

- **Enthemmende:** keine negativen Folgen, sogar Belohnung kann dazu führen, dass gespeichertes Verhalten gezeigt wird, bzw. Die bisherige Hemmschwelle, es zu äußern, entscheidend herabgesetzt wird.
- **Auslösender Effekt:** Das Verhalten eines Modells veranlasst mensch unmittelbar nachzuahmen

Die Rolle der Motivation:

Motivation und Ergebniserwartung:

- ~ Ergebniserwartung werden jene Konsequenzen genannt, die sich eine Person vom Nachahmen einer Verhaltensweise verspricht

Motivation und Kompetenzerwartung:

- ~ Unter Kompetenzerwartung versteht man die vom Beobachter vorgenommene subjektive Einschätzung seiner eigenen Fähigkeiten, die zum Nachahmen eines Verhalten benötigt.

Motivation und Aussicht auf Selbstbeträftigung:

- ~ Aussicht auf Selbstbeträftigung bedeutet in der sozial-kognitiven Theorie die Erwartung einer günstigen Selbstbewertung bei zeigen eines nachzuahmenden Verhaltens, die zu Zufriedenheit, Wohlbefinden und Selbstbelohnung führt.

Menschbild:

- Mensch= Leistungsorientiertes Wesen, dass ständig nach Leistungssteigerung strebt
- Lernen= aktiver, kognitiv gesteuerter Verarbeitungsprozess von gemachten Erfahrungen

- Mensch= handelndes Wesen, bewusste Ziele verfolgt und motiviert ist zu lernen

Bewertung:

- Basiert auf gründlicher experimenteller Forschung & ist wissenschaftlich fundiert
- Menschen lernen auch ohne Beobachtung
- Bedeutung der Emotionen für Persönlichkeit vernachlässigen