

Vyhasínání je jedním z postupů, o něž se lidé nejčastěji snaží a které nejčastěji pokazí. Když se tento postup provádí správně, měl by se aplikovat v kombinaci s pozitivním posilováním vhodného chování, kterým chcete nahradit chování problémové.

Eliminace jednoho přístupu k získání posílení, aniž bychom dítě naučili jinou přijatelnou alternativu chování, kterou by dosáhlo na alespoň nějaké posílení, je cesta do pekla. Dítě se bude snažit získat posílení jiným způsobem, a pokud mu nenabídnete přijatelnou alternativu, je dost pravděpodobné, že si vyvine nějaký nový zlozvyk. Nebehavioristé by tuto situaci možná nazvali *nahrazení symptomu jiným symptomem*.

Jestliže je praktické využít v dané situaci vyhasínání, využívejte je v kombinaci s posilováním formy chování nekompatibilní s daným problémovým chováním, čímž lze nežádoucí chování snadněji eliminovat. Například pokud chceme docílit toho, aby Jana přestala ve třídě vykřikovat, nejenže bychom měli odstranit jakékoli posilování, které za své vykřikování dostává (pozornost), ale měli bychom zároveň posilovat období klidného chování, když například pracuje s pracovním listem. Protože není možné, aby vykřikovala a současně byla zticha (a teď se Janě vyplácí být v klidu), je pravděpodobné, že se začne spíše chovat tiše.

Spontánní obnovení chování

Někdy poté, co se zdá, že jsme cílové chování eliminovali, se toto staré nevhodné chování opět objeví. Tento zvrat se nazývá *spontánní obnovení* chování. Podobně jako výbuch při vyhasínání, ani spontánní obnovení není žádné překvapení, obvykle dlouho nevydrží, a pokud je neposilujeme, brzy vymizí. Zatímco výbuch při vyhasínání se zpravidla objevuje brzy po zahájení vyhasínání, spontánní obnovení může nastat mnohem později a obvykle nebývá příliš intenzivní. Nebezpečí tu hrozí stejná jako u výbuchu při vyhasínání, tedy nedůslednost při aplikaci procesu vyhasínání a náhodné posílení a ozivení nežádoucího chování.

U operantního podmiňování existují dva další prostředky na snížení nežádoucího chování.

Trest

Při trestu po nežádoucím chování bezprostředně následuje zavedení obvykle ne-příjemných následků, což vede ke snížení výskytu chování, jež mu bezprostředně předcházelo. Klasický, ovšem nikoli doporučovaný příklad by mohl být ten, když Ríšu plácneme za to, že odmlouvá rodičům. Ve škole na sebe může vzít trest podobu přísného pokární nebo situace, kdy musí Ríša napsat padesátkrát na tabuli „Nebudu být spolužáky“. Ačkolik se někdy zdá, že tresty fungují, výzkumy prokázaly,

že důsledky trestu nejsou vždy konzistentní a často se s nimi pojí nežádoucí vedlejší účinky, včetně možnosti, že se náhodně posílí cílové chování.

Jednou z nejvíce kontroverzních oblastí modifikace chování je užití averzní kontroly, obzvláště pak trestu. Mnoho lidí užívání trestů neuznává z hlediska etiky, jiní to zase nepovažují za problém. Některí lidé se brání používání trestů, jak jen to jde, právě kvůli praktickým problémům s nežádoucími vedlejšími účinky. Murray Sidman napsal skvělou knihu, která se jmenuje *Coercion and Its Fallout* (Nátlak a jeho následky, 1989), která rozebírá užití trestu a problémy s tím spojené do velkých podrobností.

Ať už jste z etického hlediska pro tresty, nebo proti nim, vzhledem k tomu, že se trest často používá ve vzdělávacích zařízeních, stojí za to zmínit problémy, do kterých se v případě užití trestu dostáváme.

Za prvé, jeden z problémů při užívání trestu vyplývá ze zkušenosti a výzkumů, které nám ukazují, že trest má tendenci potlačovat chování, nikoli ho eliminovat. Znamená to, že potrestaný jedinec se možná naučí neprojevovat potrestané chování, dokud se zdá být hrozba trestu reálná, ale jakmile pravděpodobnost trestu odesní, trestané chování se často vraci. Možná je dočasně potlačíme nebo snížíme jeho četnost, ale neeliminujeme ho. Užití trestu je dobrý způsob, jak člověka náhodně naučit, aby byl záladný.

Za druhé, účinky trestu bývají často specifické pro situace, ve kterých se trest aplikuje. Tím dochází k menší míře zobecnění pro další situace, než by tomu bylo, kdyby se užilo pozitivního posílení. Možná znáte nějakého řidiče, který má tendenci překračovat povolenou rychlosť. A třeba tento váš přítel dostane pokutu za rychlou jízdu na konkrétním úseku dálnice. Ale i teď, ačkoli při projíždění tímto úsekem často zpomalí na povolenou rychlosť, stejně pořád jezdí všude jinde trochu rychleji nad povoleným limitem. Něco jako když děti zlobí, pokud jim to může projít, například nadávají, když není poblíž žádný dospělý.

Behaviorální kontrast

Pokud chování potrestáme a potlačíme v jedné situaci, může naopak narůst v jiných situacích, kde potrestáno nebylo. Toto se nazývá *behaviorální kontrast*. Chování, které je potlačeno v jednom prostředí, může vzrůst nad svou obvyklou úroveň v jiném prostředí. Například Ríša v průměru vyplivne v hodině deset kuliček z „flusačky“. V jedné hodině učitel užije trestu, čímž jeho chování zredukuje na tři nebo čtyři kuličky. Ale až začne Ríšovi další hodina, možná vyplivne 16 nebo 17 kuliček.

Za třetí, prostředí, kde k trestu dojde, se může stát pro člověka, který zde byl potrestán, nepříjemným. Jak často slýcháme historky o lidech, kteří se odmítali vrátit

na místo, kde se jím přihodilo něco zlého? Jejich nepříjemné emocionální reakce spojené s těmito místy je klidně donutí ujít hodně dlouhou cestu, jen aby se vyhli návratu na toto „místo činu“. Dokonce i když nemusí mít samotné místo s nepříjemnou událostí nic společného, stejně je to pořád místo, kterému se dotýčný bude vyhýbat. To, že se Jana vyhýbá dívčím toaletám ve škole, může mít kořeny v tom, že ji právě tam Ioni šikanovala starší spolužačka. Ačkoli je ona starší dívka už na jiné škole, Jana se pořád na těchto toaletách necítí dobře.

Za čtvrté, dospělý, který trest uděluje, se často také stává pro dítě nepříjemnou osobou, a pak je pro tohoto dospělého obtížné kontrolovat chování dítěte jinými způsoby. Pamatujete, jak jsme se předtím bavili o prarodičích, kteří se stávají pro dítě podmíněným posílením? A stejně se vykonavatel trestu může sám stát nepříjemným stimulem, jehož ti, které trestá, nemají rádi a bojí se jej. Do této pasti obvykle spadne přísný učitel, nebo taky obzvláště striktní zástupce ředitelky. Jakmile k tomu dojde, je pro tohoto jedince mnohem těžší užívat při práci se studenty pozitivní kontrolu.

Za páté. Některé druhy trestu se podobají chování, které ve skutečnosti chceme u dítěte posílit nebo zvýšit jeho oblibu. Když zadáme dítěti, aby za trest vyřešilo stránku matematických úloh navíc, je tu riziko, že neúmyslně podpoříme jeho již tak se rozvíjející averzi vůči matematice, což je jistě nežádoucí vedlejší účinek. Když prezentujeme matematiku jako trest, může být pak její učení ještě nepřijemnější a může vést k tomu, že v dlouhodobém horizontu se bude žák matematice ještě více vyhýbat.

Za šesté, některé pokusy o trestání nemusí být účinné, protože pro daného člověka není daný trest averzivní. Když Ríšovi řekneme, aby zůstal po škole s učitelem, kterého má rád, jako trest za to, že něco házel po třídě, neúmyslně tím zvyšujeme pravděpodobnost, že v budoucnu bude danou věcí házet zase. Stejně jako ne každé zamýšlené posílení působí posilujícím způsobem na každého, totéž se dá říct o zamýšlených trestech. Pamatuj si na populárního učitele angličtiny na střední škole kdysi v minulém století, který byl současně také jedním z trenérů amerického fotbalu. Ukázalo se, že pan Fudd (to není jeho pravé jméno, změnil jsem ho, abych chránil nevinnou osobu) byl určen jako dozor pro poškoláky na každé pondělí. Během podzimní fotbalové sezony bylo období „po škole“ každé pondělí obvykle zakončeno pětačtyřicetiminutovým přehledem nejzajímavějších bodů víkendových fotbalových zápasů. Netřeba zdůrazňovat, že počet chlapců, kteří bývali v pondělí po škole, byl mnohem vyšší než po zbytek týdne, protože hodně studentů záměrně páchalo drobné prohřešky proti školnímu řádu, aby si vydobyla zamýšlený trest (avšak fungující jako posílení), kterým bylo zůstat každé pondělí odpoledne po škole.

Za sedmé, stejně jako posílení mají i tresty tendenci při nadužívání člověka nasytit a ztráct na účinnosti, mnoho trestů přijde o svou efektivitu, pokud to s nimi přeháníme. Pamatujete se na habituaci? Někdy z toho prostě vyrosteme. Zatímco

napomenutí může být pro prvňáčka účinným trestem, u dítěte na druhém stupni už tak dobře nefunuje.

Za osmé, protože užití trestu zpravidla funguje rychle v krátkodobém horizontu, aby potlačilo nežádoucí chování (dokonce i když ve skutečnosti cílové chování dlouhodobě posiluje), osoba udělující trest bývá obvykle účinkem trestu posílena (pamatujete si na negativní posílení?) a je pravděpodobné, že se v budoucnu opět k trestu uchýlí. Aniž by si to onen dospělý uvědomoval, může padnout do pasti opakovaného trestání, aniž by ve skutečnosti snížil dlouhodobě četnost projevů nežádoucího chování. Toto jsou jen některé z problémů, které mohou nastat při užití trestu. Pokud jsme si ale těchto potenciálních problémů při užívání trestu vědomi, měli bychom také dodat, že trest může být užitečný k rychlému potlačení chování a jeho dočasné kontrole, které je nebezpečné pro dítě nebo jeho okolí, dokud pomocí pomalejší působícího pozitivního posilování nebudeme moci účinně nahradit toto nebezpečné chování přijatelnějšími alternativami.

Ztráta přístupu k posílení

Dalším postupem používaným k redukci nežádoucího chování je ztráta přístupu k posílení.

Někteří lidé považují ztrátu přístupu k posílení za formu trestu, ale bez tolika potenciálních úskalí. Při ztrátě přístupu k posílení je nežádoucí chování následováno ztrátou či redukcí něčeho, čeho si daný jedinec cení. Ačkoli se jedná o okamžité odebrání něčeho, co je obvykle posilující, nejde o posílení pro toto konkrétní cílové chování. Zaplacení pokuty či ztráta privilegií je ztrátou přístupu k posílení. Například dítě, které udeří spolužáka, pro ten den ztratí privilegium přestávky. Logicky můžeme ztrátu přístupu k posílení brát jako negativní trest (odebrání něčeho přijemného a oslabení cílového chování). Ztráta přístupu k posílení je podle všeho účinnější a má méně nežádoucích vedlejších účinků než trest.

Někdy je poměrně těžké si těchto pět základních učebních operací zapamatovat. Může vás to mást. Když si tyto operace dáme do přehledné tabulky, jako je Tabulka 4.1, možná v tom bude větší přehled.

TABULKA 4.1 UČEBNÍ OPERACE

	<i>Upevnění/zvýšení výskytu chování</i>	<i>Oslabení/snižení výskytu chování</i>
P R I D A T	<i>Pozitivní posílení</i>	
	<i>Trest</i>	
Nástup + Následky → Účinek chování na chování	Nástup + Následky → Účinek chování na chování	Nástup + Následky → Účinek chování na chování
Vyprávím + Publikum → Vyprávím vtip se směje	Vyprávím + Publikum → Vyprávím vtip bučí	Vyprávím + Publikum → Vyprávím vtip méně často

	<i>Negativní posílení</i>	<i>Vyhasínání</i>
O D E B R A T	<i>A. Vyhýbání se</i>	
	<i>Ztráta přístupu k posílení</i>	
Nástup - Následky → Účinek chování na chování	Nástup - Následky → Účinek chování na chování	Nástup - Následky → Účinek chování na chování
Než jdu - Vyhnu → Budu vezmu se zmoknutí v budoucnu si deštník. v budoucnu nosit deštník	Vyprávím - Publikum → Vyprávím vtip se nesměje	Vyprávím - Publikum → Vyprávím vtip méně často
O D E B R A T	<i>B. Únik</i>	<i>Ztráta přístupu k posílení</i>
	Nástup - Následky → Účinek chování na chování	Nástup - Následky → Účinek chování na chování
Začne - Vyhnu se → Budu pršet, zmoknutí roztahnu si deštník.	Odmlouvám - Ztrácím učiteli nárok na přestávku	Odmlouvám - Ztrácím učiteli méně často

Režimy posilování

Je zřejmé, že chování nelze posilovat jednotlivě pokaždé, když lidé dělají to, co chceme. Přinejmenším nemůže být jejich chování vždy posilováno v přirozeném prostředí. Zkrátka ve většině reálných situací to není praktické. To nás přivádí k problému načasování neboli režimu, tedy režimu posilování.

Kontinuální/souvislé posilování

Když lidé obdrží posílení, pokaždé když se projeví určitým chováním, říkáme, že dochází ke kontinuálnímu/souvislému posilování. Obvykle jde o nejrychlejší způsob, jak vybudovat nové chování. Ale opakování posilování není nezbytné k tomu, abychom nějaké chování udrželi, a ve skutečnosti může být i neúčinné, a ne příliš praktické. Když už se Ríša chová jak má, dalším krokem je ujistit se, že se nové chování udrží nebo se stane zvykem. To se dělá skrze několik občasných nebo částečných režimů posilení.

Občasné posilování, částečné posilování

Při občasném posilování (nebo částečném posilování, jak se tomuto procesu někdy říká) se chování posiluje někdy, ne však pokaždé. Existují čtyři základní režimy občasného posilování. Dva z nich se zakládají na počtu projevů chování a druhé dva zase na době, která uplynula od projevu posledního posileneho chování. Ve skutečném světě jsou nepravidelné režimy posilení mnohem běžnější než ty kontinuální (souvislé). Existují také mnohem složitější režimy posilování, například mnohonásobný, kombinovaný a komplexní, což jsou různé kombinace čtyř základních režimů, a to je už mimo možnosti této knihy. Ale nebojte se, myslím, že na tyto režimy nenarazíte v žádných behaviorálních plánech, které se vám někdy připletou do cesty.

Fixní počet odpovědí při posilování (FR)

Prvním režimem je fixní počet odpovědí při posilování, při kterém je jedinec vždy posilován po stejném počtu opakování cílového chování. Například obchodní zástupce dostává přemie za každý čtvrtý prodaný pár bot. Ve třídě může dítě dostat hvězdičku za každých deset správných odpovědí. Dělníci, kteří jsou placeni kusově, jsou také v režimu fixního počtu odpovědí, což představuje zkratka FR (v anglickém fixed ratio – FR), za níž následuje počet projevů chování, který je pro dosažení posilení zapotřebí. Pokud požadavek zní zkompletovat pět grafických komponent, pak bude zkratka pro tuto formu režimu posilování (či platby) FR 5. Ačkoli je schéma fixního počtu odpovědí nejsnazší, co se použít týče, musíme být opatrní, abychom neobětovali kvalitu kvůli kvantitě nebo rychlosti a neskončili se spoustou lajdácky odvedené práce.

Variabilní počet odpovědí při posilování (VR)

Druhým režimem je variabilní počet odpovědí při posilování. V tomto režimu se počet odpovědí vyžadovaných pro dosažení posilení neustále mění, takže Janička nikdy neví, kdy posílení očekávat. Někdy třeba dostane dvě nebo i tři posílení za sebou a potom následuje sedm či osm odpovědí, než zase přijde posílení. Časem

se ale utváří průměrný počet reakcí, kterých je k posílení zapotřebí. A opět je lze vyjádřit zkratkou s průměrným počtem odpovědí nutných k tomuto posílení, například VR 10 (v angličtině *variable ratio* – VR). Jde o nejsilnější a nejúčinnější ze základních režimů posilování. Aby jedinec v chování pokračoval, je zapotřebí menší celkový počet posílení a takové chování, které se udržuje režimem variabilního počtu odpovědí, je nejtěžší nechat vyhasnout. Není žádným překvapením, že variabilní počet odpovědí je režim, v němž fungují i nechvalně známé výherní automaty.

Fixní časový úsek při posilování (FI)

Oba dva režimy posílení založené na čase se nazývají *intervalové režimy*. V tomto typu schémat nezáleží na tom, kolikrát se chování objeví, pokud se projeví alespoň jednou. Záleží ale na tom, kolik času uplynulo. Když trvá deset minut, než začne výt voda v konvici, nesejde na tom, kolikrát ji zkонтrolujete, než uplyne deset minut. Poprvé až po deseti minutách vás výsledek v podobě vařící vody posílí. A to je režim *fixního časového úseku* – FI 10 pro dobu deseti minut (v angličtině *fixed interval* – FI).

Variabilní časový úsek při posilování (VI)

Existují také režimy *variabilního časového úseku* při posilování. Už jste někdy zkoušeli zastihnout někoho po telefonu, ale dotyčný měl pořád obsazeno? A tak dál berete do ruky telefon a vytáčíte číslo, aniž byste měli ponětí, kdy bude linka volná. Nezáleží na tom, kolikrát to zkoušíte. Ale ten první úspěšný pokus, když se linka uvolní, je posílen. Protože nevíme, kdy nám to někdo zvedne, a naše snaha o realizaci hovoru se může vydařit dříve, ale i později, naše chování při telefonování je posíleno ve variabilním časovém úseku režimu posilování (v angličtině *variable interval* – VI).

Někdy chceme posílit přetrvávající chování spíše než jednotlivé odpovědi. Příkladem takového chování může být čtení ve třídě. Nechceme tento úkol opouštět a zase se k němu vracet; chceme, aby u něj Ríša zůstal. V tomto případě bylo lepší použít *variabilní časový úsek* režimu posilování. Při režimu variabilního časového úseku stejně jako při variabilním počtu odpovědí člověk netuší, kdy příjde posílení, ví jen to, že se musí držet chování, které je k posílení požadováno.

Snižování počtu (například počtu posílení)

Proces, jehož prostřednictvím ménime režimy posilování od kontinuálních k občasným, se nazývá *snižování počtu* (*thinning*). Postupně, téměř bez povšimnutí, se množství žádoucího chování vyžadovaného pro posílení zvyšuje, ale tak pomalu, že žádoucí chování z důvodu nedostatečného posilování nevyhasne.

Čtyři základní občasné režimy posilování shrnujeme níže:

A. PODLE POČTU ODPOVĚDÍ (PROJEVŮ CHOVÁNÍ)

1. Fixní počet odpovědí (FR)

- K posílení dochází po každých X počtech odpovědí, X zůstává konstantní.
- Dotyčná osoba obvykle ví, kdy k získání posílení dojde.
- Například úkolová mzda.
- Například hvězdička udělená za každých pět kolíků, které dítě správně umístí do destičky (FR 5).

2. Variabilní počet odpovědí (VR)

- K posílení dochází po každých X počtech odpovědí, X se mění.
- Dotyčná osoba se může jen domnívat, kdy k posílení dojde.
- Nejefektivnější režim (získáváme nejvíce za nejméně odměn).
- Režim, při němž se nejobtížněji dosahuje vyhasínání.
- Například výherní automat, který je nastaven tak, aby vyplatil odměnu za průměrně každých 10 pokusů – někdy dřív, jindy později – (VR 10).

B. PODLE DOBY, KTERÁ UPLYNE OD POSLEDNÍ POSÍLENÉ ODPOVĚDI

1. Fixní časový úsek (FI)

- K posílení dochází za první odpověď po uplynutí předem daného časového úseku X, který zůstává konstantní.
- Počet odpovědí během úseku X nemá žádný vliv na obdržení posílení.
- Například kontrola, zda už je káva hotová. (Nezáleží na tom, kolikrát si to zkonzoloujete, přípravu kávy tím neuspíšete.)
- Když vaříte vajíčko naměkkoo, bude to vždy trvat čtyři minuty (FI 4).

2. Variabilní časový úsek (VI)

- K posílení dochází za první odpověď po uplynutí předem daného časového úseku X, doba X se mění.
- Například když se snažíte někomu dovolat a linka je obsazená. (Nezáleží na tom, kolikrát se pokusíte, a nevíte, kdy se linka uvolní.)
- Dokonce i když chodíte každý čtvrtek na ryby, nevíte dopředu, jak dlouho bude trvat, než vám zabere první ryba. Ale pokud si o tom celé léto vedete záznamy, přijdete třeba na to, že průměrná doba je 15 minut (VI 15).

Ve skutečném světě nedochází k posilování chování, když si to zrovna přejeme nebo když se ho rozhodneme posilovat záměrně. Dny, kdy dojde či nedojde k posílení, trestu a vyhasínání, se odvíjejí neplánovaně, náhodně, chaoticky. Ve většině příkladů, o nichž jsme až dosud mluvili, následky ovlivňující určité chování s tímto chováním souvisejí. Ale v přirozeném prostředí tomu tak být nemusí.

Nezáměrné/nahodilé posilování

Chování je možné neúmyslně neboli *nezáměrně* či *nahodile* posílit, i když k tomu zrovna nesměřujeme. Může to nastat, když se posílení shodou náhod objeví po

náhodném chování natolik často, že se začne určité chování posilovat. Může se to dokonce stát, když si ve skutečnosti přejeme dané chování eliminovat. Například Ríša se naučil, že se dostane z nudné hodiny dějepisu, když po třídě hodí pár vlastovk a učitelka, paní Novotná, ho pošle do ředitelny. Bohužel ale je to pro paní Novotnou z deště pod okap. Když pošle Ríšu do ředitelny, krátkodobě sice vyřeší vyrušování ve třídě (to je pro ni negativním posílením), ale ve skutečnosti náhodně a dlouhodobě posílí Ríšovo rušivé chování (pro něj je to pozitivní posílení), a tím se zvýšuje pravděpodobnost, že opět bude v hodinách dějepisu vyrušovat.

Zajímavý fenomén, který může vzejít z náhodného posilování, nazýváme pověrčivé chování.

Pověrčivé chování

Pověřivé chování je takové chování, které vykonáváme, abychom dosáhli určitého výsledku, ale které ve skutečnosti žádný vliv na tento výsledek nemá. Občas se stane, že se chování posílilo náhodně, a my se proto domníváme, že zde existuje nějaká spojitost. Chápete?

Věci, které se souhrou náhod odehrájí přímo po určitém chování, mohou začít toto chování ovlivňovat, pokud je splněn předpoklad, že se po tomto chování vyskytnou dostatečně často. Možná že kdysi dávno Ríšu bodl do hlavy komár, když se rozcvícoval před baseballem. Když šel poprvé na pálkou, svědila ho hlava. Aby se toho Ríša zbavil, zvedl čepici a poškrábal se. A pak hned napoprve Ríša krásně odpálil nemíč. Když byl příště na pálce, hlava ho nesvědila, a tak se nepoškrábal. A nešťastnou shodou náhod se Ríšovi nedářilo odpálit. Když šel Ríša na pálkou potřetí, všiml si, že ho pod kšiltovkou zase svědí hlava, takže kšiltovku nadzvedl a zase se poškrábal. A odpálil skvěle! Když při další hře Ríšu hlava nesvědila, ale hra byla nerovná, byl trochu nervózní, a aniž by o tom přemýšlel, stejně se poškrábal na hlavě, pak potřetí odpálil a oběhl všechny mety. Ríša měl tehdy dobrý den, dostalo se mu spousty pozitivního posilování ve formě odpalů a společenského uznání od spoluhráčů.

Když se za pár dní zase hrálo, Ríša vždycky nadzvedl čepici a poškrábal se, kdykoli měl jít na pálku, ať už ho hlava svědila, nebo ne. Podařily se mu jen dva odpaly z pěti a jeho tým prohrál. Možná to k výhře nestačilo, ale přece jen to bylo natolik pozitivní posílení v režimu variabilního počtu odpovědí, že si pak Ríša hlavu vždycky poškrábal. V průběhu své baseballové kariéry měl Ríša průměr tří odpaly na každých deset šancí na pálce (variabilní počet odpovědí), což je na baseballovém hráče dost dobré. Ale také má teď zvyk vykonat pověrčívý rituál, kdy zvedne čepici a poškrábe se vždy, když jde na pálku.

Pokud jste náhodou baseballový fanoušek a čas od času se díváte na ligu, je tu i jistá šance, že jste si všimli, že i některí z nejznámějších hráčů mají své pověrčivé

rituály, když jdou na pálku! Jeden z nejlepších hráčů Boston Red Sox jednou přiznal, že z pověřivosti promlouvá ke své pálce, než hra začne. Bylo by hodně zajímavé vysledovat, odkud toto chování vzešlo!

Vzorce chování z pověřivosti se podle všeho nejvíce utvářejí a udržují občasným posilováním. Třeba si také vybavíte nějaké pověřivé chování, které vykonáváte vy nebo lidé kolem vás.