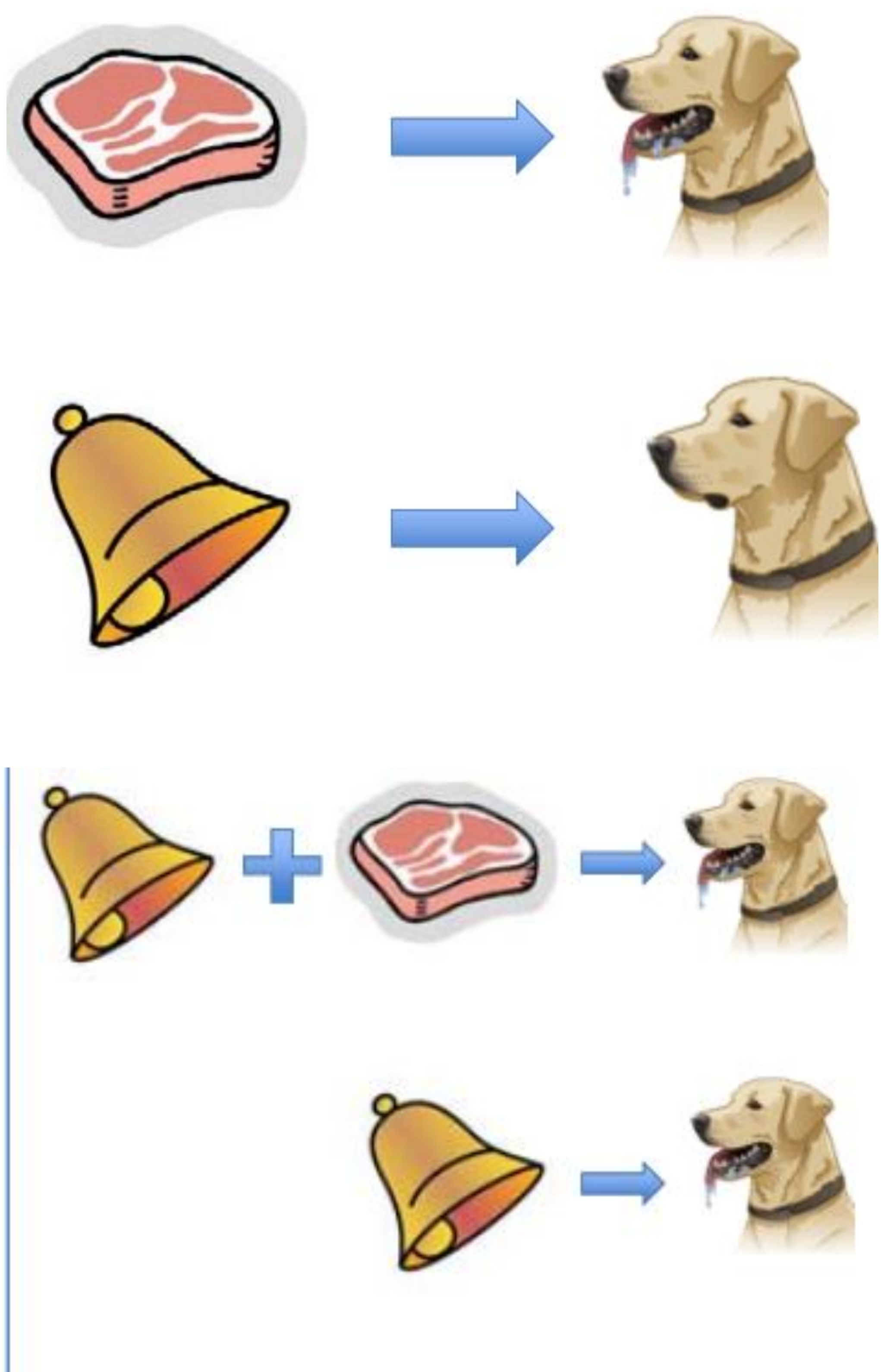


2. Gedragstheorie

hoe wordt ons gedrag bepaald?

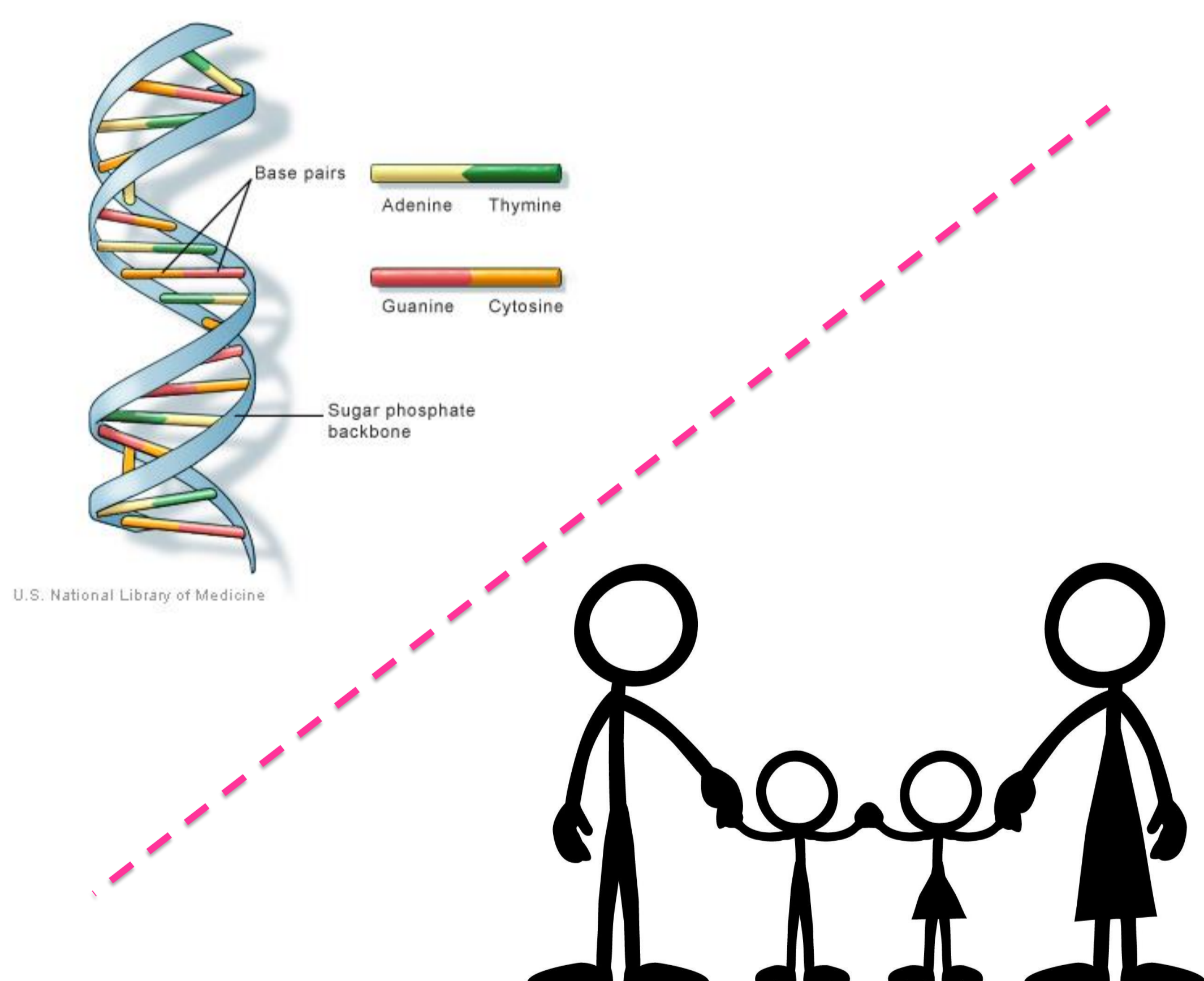
Klassieke conditionering



Operante conditionering

Type	Wat doe je?	Wat gebeurt er?	Voorbeeld
Positieve bekrachtiging	Toevoegen van iets plezierigs	Gedrag neemt toe	
Negatieve bekrachtiging	Weghalen van iets onplezierigs	Gedrag neemt toe	
Positieve straf	Toevoegen van iets onplezierigs	Gedrag neemt af	
Negatieve straf	Weghalen van iets plezierigs	Gedrag neemt af	

Nature vs. Nurture



Cognitieve Gedrags- Therapie (CGT)



Enge ervaring



Ontstaan gedachte: spinnen zijn eng



Gedrag: spinnen vermijden



Therapie: blootstelling aan spinnen