

Alenka Kompare

Mihaela Stražišar

Irena Dogša

Tomaž Vec

Janina Curk

PSIHOLOGIJA

Spoznanja in dileme

Učbenik za psihologijo v 4. letniku
gimnazijskega izobraževanja

DZS

2011

PSIHOLOGIJA

Spoznanja in dileme

Učbenik so napisali mag. Alenka Kompare, univ. dipl. psih., Mihaela Stražišar, univ. dipl. psih., Irena Dogša, univ. dipl. psih., dr. Tomaž Vec, Janina Curk, univ. dipl. psih.

Gradivo sta strokovno pregledali dr. Cirila Peklaj in mag. Jasna Vesel, univ. dipl. psih.
Gradivo je jezikovno pregledala Jasna Berčon.

Ilustracije je narisal Samo Onič, prof. lik. ped., *fotografije so prispevali* Samo Onič, Alenka Kompare, Irena Dogša, Mihaela Stražišar, Tomaž Vec, Romeo Volk, Miiljka Širca, Tončka Stanonik in Tomaž Lovko.

Strokovni svet Republike Slovenije za splošno izobraževanje je na svoji seji dne xyxxx na podlagi 25. člena Zakona o organizaciji in financiranju vzgoje in izobraževanja (Ur. l. RS, št. 115/03-ZOVFI-UPB3) in 15. člena Pravilnika o potrjevanju učbenikov (Ur. l. RS, št. 57/06) ter Pravilnika o spremembah in dopolnitvah Pravilnika o potrjevanju učbenikov (Ur. l. RS, št. 45/2010) sprejel sklep št. xxxxx, s katerim je potrdil učbenik Psihologija. Spoznanja in dileme za predmet psihologija v 4. letniku gimnazijskega izobraževanja.

Uredila Jana Šmagelj
Likovno-grafično uredil
Opremil Samo Onič
Glavni urednik Vasja Kožuh
Izvršna direktorica Divizije založništev Ada de Costa Petan

© DZS, založništvo in trgovina, d. d., (leto prve prenovljene izdaje 2011)

Vse pravice pridržane.

Brez pisnega dovoljenja založbe je prepovedano reproduciranje, distribuiranje, dajanje v najem, javna priobčitev, dajanje na voljo javnosti (internet), predelava ali vsaka druga uporaba tega avtorskega dela ali njegovih delov v kakršnem koli obsegu ali postopku, vključno s fotokopiranjem, tiskanjem ali shranitvijo v elektronski obliki. Odstranitev tega podatka je kazniva.



znanje uresničuje sanje

DZS, d. d., DIVIZIJA ZALOŽNIŠTEV
IZOBRAŽEVALNO ZALOŽNIŠTVO
<http://www.dzs.si>
e-pošta: info.narocilo@dzs.si
tel. št.: 01/ 306 98 79

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana
159.9(075.3)

PSIHOLOGIJA : spoznanja in dileme : učbenik za psihologijo v 4. letniku gimnazijskega izobraževanja / Alenka Kompare ... [et al.] ; [ilustracije je narisal Samo Onič ; fotografije so prispevali Samo Onič ... et al.]. - 1. izd., 1. prenovljena izd. - Ljubljana : DZS, 2011

ISBN 978-961-02-0109-0
1. Kompare, Alenka
255409664

KAZALO

I. PSIHOLOGIJA KOT ZNANOST	11
1. PREDMET IN RAZVOJ PSIHOLOGIJE (<i>A. Kompare</i>)	12
PREDMET PSIHOLOGIJE	12
<i>CILJI PSIHOLOGIJE</i>	14
<i>PANOGE PSIHOLOGIJE</i>	15
RAZVOJ PSIHOLOGIJE	17
<i>PSIHOLOŠKE SMERI</i>	18
Psihoanaliza	18
Behaviorizem ali vedenjska smer	19
Humanistična smer	20
Kognitivna smer	21
<i>RAZVOJ PSIHOLOGIJE V SLOVENIJI – izbirna vsebina</i>	23
2. METODE V PSIHOLOGIJI (<i>I. Dogša</i>)	26
<i>EKSPERIMENT</i>	26
Laboratorijski eksperiment in eksperiment v naravni situaciji	27
<i>NEEKSPERIMENTALNE ALI OPISNE METODE</i>	28
Primerjava eksperimenta z ne eksperimentalno metodo	28
<i>RAZISKOVALNE TEHNIKE</i>	30
Intervju	30
Vprašalnik	31
Psihološki ali psihometrični test	32
Sociometrična tehnika – izbirna vsebina	33
<i>ETIKA PSIHOLOŠKEGA RAZISKOVANJA</i>	35
3. POSTOPKI ZBIranJA IN STATISTIČNE OBDELAVE PODATKOV (<i>J. Curk</i>)	38
<i>POPULACIJA IN VZOREC</i>	38
<i>UREJANJE IN PRIKAZOVANJE REZULTATOV</i>	40
Ranžirna vrsta	40
Frekvenčna porazdelitev individualnih rezultatov	41
Frekvenčna porazdelitev grupiranih rezultatov	41
Grafični prikazi	42
<i>RAČUNANJE SREDNIH VREDNOSTI</i>	43
Modus	43
Mediana	44
Aritmetična sredina	44
<i>RAZPRŠENOST REZULTATOV</i>	45
<i>NORMALNA PORAZDELITEV</i>	47
<i>KORELACIJA</i>	48

II. DUŠEVNI PROCESI	51
4. ORGANSKA PODLAGA DUŠEVNOSTI (M. Stražišar)	52
ŽIVČNI SISTEM – izbirna vsebina	52
TEMELJNA GRADBENA ENOTA ŽIVČNEGA SISTEMA	52
SESTAVA ŽIVČNEGA SISTEMA	53
MOŽGANI – izbirna vsebina	55
5. OBČUTENJE IN ZAZNAVANJE (A. Kompare)	61
OBČUTENJE	61
OBČUTEK VIDA	61
ČUTNI PRAGI	63
ČUTNA ADAPTACIJA	65
ZAZNAVANJE	67
POZORNOST	67
ZAZNAVNA ORGANIZACIJA	68
Načela združevanja (grupiranja)	70
DEJAVNIKI, KI VPLIVAJO NA ZAZNAVANJE	72
6. UČENJE IN POMNJENJE (M. Stražišar)	78
OBLIKE UČENJA	78
KLASIČNO POGOJEVANJE	78
INSTRUMENTALNO ALI OPERANTNO POGOJEVANJE	81
MODELNO UČENJE	86
BESEDNO UČENJE	89
SPOMIN	91
KAKO SE INFORMACIJA SHRANI V SPOMIN	91
Trenutni spomin	92
Kratkotrajni spomin: delovni spomin	93
Dolgotrajni spomin	94
KOMPETENCE	97
7. MIŠLJENJE (A. Kompare)	100
MISLIM, TOREJ SEM	100
VRSTE MIŠLJENJA	100
REŠEVANJE MISELNIH PROBLEMOV	102
STRATEGIJE REŠEVANJA MISELNIH PROBLEMOV	104
Strategija poskusi in napake	104
Strategija postopna analiza	104
Strategija vpogled	105
KAJ VPLIVA NA REŠEVANJE MISELNIH PROBLEMOV	107
USTVARJALNOST	108
FAZE USTVARJALNEGA PROCESA	108
RAZVOJ MIŠLJENJA	110
STOPNJE RAZVOJA MIŠLJENJA PO PIAGETU	111
Senzomotorična stopnja	111

Predoperativna stopnja	112
Stopnja konkretnih operacij	114
Stopnja formalnih operacij	115
PRESOJA PIAGETOVE TEORIJE	117
8. ČUSTVA (A. Kompare)	122
ZNAČILNOSTI ČUSTEV	122
POMEN ČUSTEV	122
SESTAVNI ELEMENTI ČUSTEV	124
Kognitivna ocena, fiziološko vzburjenje in doživljanje čustva	124
Izražanje in prepoznavanje čustev	126
POVEZANOST ČUSTEV Z DRUGIMI DUŠEVNIMI PROCESI IN VEDENJEM	128
RAZVOJ, ZRELOST IN MOTNJE ČUSTVOVANJA	129
RAZVOJ ČUSTEV	129
ZRELOST IN MOTNJE ČUSTVOVANJA	133
Čustva in duševne motnje	134
9. MOTIVACIJA (M. Stražičar)	137
VOLJA IN NEZAVEDNA MOTIVACIJA	137
MOTIVACIJA IN ČUSTVA	138
ZADOVOLJEVANJE POTREB	140
Nagonsko in socializirano zadovoljevanje potreb	140
Homeostatično in progresivno zadovoljevanje potreb	141
DINAMIKA OSEBNOSTI	142
KONFLIKTI	142
NAUČENA NEMOČ – izbirna vsebina	143
POMEN MOTIVACIJE ZA UČENJE IN DELO	144
Storilnostna motivacija	145
III. OSEBNOST	149
10. OSEBNOST IN TEORIJE OSEBNOSTI	150
OSEBNOST	150
SOCIALNO ZAZNAVANJE (A. Kompare, T. Vec)	150
ZNAČILNOSTI TEORIJE OSEBNOSTI (A. Kompare)	153
STRUKTURNE (DISPOZICIJSKE) TEORIJE OSEBNOSTI (I. Dogša)	156
Tipološko in dimenzionalno pojmovanje osebnosti	156
EYSENCKOVA TEORIJA OSEBNOSTNIH POTEZ IN DIMENZIJ	157
Biološka osnova osebnosti	158
Hierarhični model osebnostnih lastnosti	159
Vrednotenje Eysenckove teorije	159
PSIHOANALITIČNE TEORIJE OSEBNOSTI (A. Kompare)	162
PSIHOANALIZA SIGMUNDA FREUDA	162
»Človek ni gospodar niti samega sebe«	162
Struktura duševnosti	164
»Otrok je oče človeka«	165
Ojdipov kompleks	166
»Povejte vse!« – izbirna vsebina	167
CARL GUSTAV JUNG: ANALITIČNA PSIHOLOGIJA	168

Labirinti duševnosti	168
Arhetipi	169
Psihološki tipi osebnosti	170
KRITIČNA PRESOJA PSIHOANALITIČNIH TEORIJ	171
VEDENJSKE TEORIJE OSEBNOSTI (<i>I. Dogša</i>)	174
SKINNERJEVA TEORIJA INSTRUMENTALNEGA POGOJEVANJA	175
Ljudje nimajo svobodne volje	175
Uporaba instrumentalnega pogojevanja – izbirna vsebina	176
Kaj je osebnost	177
VREDNOTENJE VEDENJSKIH TEORIJ OSEBNOSTI	179
HUMANISTIČNE TEORIJE OSEBNOSTI (<i>I. Dogša</i>)	180
TEORIJA ABRAHAMA MASLOWA	181
Samoaktualizacija	181
TEORIJA CARLA ROGERSA	183
Jaz ali samopodoba	183
Pogoji osebnostne rasti	184
H klientu ali k osebi usmerjena terapija – izbirna vsebina	185
VREDNOTENJE HUMANISTIČNIH TEORIJ OSEBNOSTI	186
KOGNITIVNE TEORIJE OSEBNOSTI (<i>T. Vec</i>)	188
TEORIJA ATRIBUCIJE – izbirna vsebina	189
VREDNOTENJE KOGNITIVNIH TEORIJ OSEBNOSTI	190
11. INTELIGENTNOST (<i>A. Kompare</i>)	191
MERJENJE INTELIGENTNOSTI IN RAZLIKE MED LJUDMI	191
MERJENJE INTELIGENTNOSTI	191
Značilnosti testov inteligentnosti	193
MEDOSEBNE IN MEDSKUPINSKE RAZLIKE V INTELIGENTNOSTI	194
Vplivi dednosti in okolja na inteligentnost	195
Razlike med skupinami v izmerjeni inteligentnosti	197
TEORIJE INTELIGENTNOSTI	198
THURSTONOVA TEORIJA INTELIGENTNOSTI	199
NOVEJŠE TEORIJE INTELIGENTNOSTI	201
12. RAZVOJ OSEBNOSTI	204
TEMELJNI DEJAVNIKI RAZVOJA (<i>A. Kompave</i>)	204
PREPLETANJE VPLIVOV DEDNOSTI IN OKOLJA (<i>I. Dagša</i>)	206
RAZVOJNA OBDOBJA	207
PRENATALNO ALI PREDROJSTVENO OBDOBJE	208
OBDOBJE OTROŠTVA	208
Razvoj čustvene navezanosti – izbirna vsebina	210
OBDOBJE ADOLESCENCE ALI MLADOSTNIŠTVA	212
ODRASLOST	213
Križa srednjih let – izbirna vsebina	213
Pozna odraslost ali starost	214
ERIK ERIKSON: PSIHOSOCIALNI RAZVOJ (<i>M. Stražičar</i>)	215
OSEM STOPENJ PSIHOSOCIALNEGA RAZVOJA	216
13. DUŠEVNE MOTNJE IN SAMOMOR (<i>A. Kompare</i>)	223
DUŠEVNE MOTNJE – izbirna vsebina	223

RAZLIČNA POJMOVANJA DUŠEVNIH MOTENJ	223
Klasifikacija duševnih motenj	224
ODVISNOST OD DROG	227
SHIZOFRENIJA	228
DEPRESIJA	229
MOTNJE ANKSIOZNOSTI	230
MOTNJE HRANJENJA	231
SAMOMORILNO VEDENJE – izbirna vsebina	233
PREPRIČANJA O SAMOMORU	235

IV. MEDOSEBNI ODNOSI

14. SOCIALIZACIJA IN SKUPINE (*T. Vec*)


SOCIALIZACIJA	238
DRUŽINA	239
VZGOJNI STILI	241
Avtoritarna vzgoja	241
Permisivna vzgoja	242
Avtoritativna vzgoja	242
Vzgojna brezbržnost	243
Kaotična vzgoja	243
SKUPINE	244
STRUKTURA SKUPINE	244
Formalne in neformalne skupine	245
SOCIALNE VLOGE	246
SKUPINSKI CILJI – izbirna vsebina	249
PROCESI V SKUPINI	251
SOCIALNO VPLIVANJE – izbirna vsebina	251
Podrejanje in poslušnost	254

15. STALIŠČA, PREDSDOKI IN MORALNO PRESOJANJE


STALIŠČA (<i>A. Kompare</i>)	258
POMEN STALIŠČ ZA POSAMEZNIKA IN MEDOSEBNE ODNOSI	259
STEREOTIPI IN PREDSDOKI (<i>A. Kompare</i>)	262
STEREOTIPI	262
PREDSDOKI	264
Kdo ima predsodke o kom	264
Izražanje predsodkov	265
OBLIKOVANJE STEREOTIPOV IN PREDSDOKOV	267
Teorije o izvoru predsodkov	267
Predsodki tu in zdaj – izbirna vsebina	269
MORALNO PRESOJANJE (<i>M. Stražišar</i>)	270
RAZVOJ MORALNEGA PRESOJANJA	271
Presoja Kohlbergove teorije in dejavnikov moralnega presojanja	275
Pomen morale za posameznika in družbo	276

16. MEDOSEBNI ODNOSI (*T. Vec*)

PROSOCIALNO VEDENJE	279
---------------------------	-----



Proces odločanja in ovire pri pomoči drugim	279
DISOCIALNOST IN DISOCIALNO VEDENJE	281
<i>AGRESIVNOST IN AGRESIVNO VEDENJE</i>	282
Vzroki agresivnega vedenja	284
<i>LITERATURA IN VIRI</i>	291
<i>SLOVAR STROKOVNIH IZRAZOV</i>	297
<i>STVARNO KAZALO</i>	301



Učbeniku Psihologija. Spoznanja in dileme na pot

Učbenik *Psihologija. Spoznanja in dileme* je del didaktičnega kompleta, namenjenega učenju in poučevanju srednješolske psihologije ter pripravi na maturo za dijake, ki izberejo psihologijo kot izbirni predmet na maturi. V kompletu so omenjeni učbenik za 4. letnik psihologije gimnazijskega izobraževanja *Psihologija. Spoznanja in dileme*, istoimenski delovni zvezek ter učbenik *Uvod v psihologijo* za 2. ali 3. letnik gimnazij in srednjih strokovnih šol.

Učbenik je problemsko naravnan; poudarek je na uporabnosti psihologije v vsakdanjih življenjskih okoliščinah. Temeljni vsebini so protiutež premišljeno izbrani primeri, raziskave in praktični napotki (*Bodimo kritični, Kako lahko izboljšate svoje učenje, Kako lahko izboljšate svoje mišljenje* spodbujajo k uporabi znanja psihologije). Predpisano vsebino oz. teorijo dopolnjujejo še zanimivosti, povezave, dejavnosti, na koncu vsake vsebinske enote so napotki za nadaljnje branje, vprašanja in vaje ter povzetek. Učbenik zaključuje seznam uporabljene literature, slovar razloženih strokovnih pojmov in stvarno kazalo. Teoretična osnova in izpeljane ali dopolnjene dejavnosti, primeri, raziskave, zanimivosti ustvarjajo problemsko naravnano, nagovarjajo bralca k dejavnemu ukvarjanju z vsebino in dajejo možnosti za aktivno učenje. V učbenik je vključeno nekaj izbirnih vsebin, ki so grafično ločene z manjšim tiskom. Obravnavane teme dopolnjuje izbrano slikovno gradivo, tj. fotografije, ilustracije, tehnične risbe in slike iz drugih tiskanih (navedenih) virov.

Vsebinsko je gradivo razdeljeno na štiri tematske sklope: *Psihologija kot znanost, Duševni procesi, Osebnost in Medosebni odnosi*.

Radi bi opozorili še na eno posebnost: razdelek *Že vemo* na kratko povzema vsebino, ki je obravnavana v učbeniku *Uvod v psihologijo*; na ta način smo se izognili ponavljanju in preobsežnosti gradiva.

Želimo vam prijetno in uspešno delo z učbenikom.

Jana Šmagelj

PSIHOLOGIJA KOT ZNANOST

I. del:



12
**PREDMET
IN RAZVOJ
PSIHOLOGIJE**



17
**METODE
V PSIHOLOGIJI**

38
**POSTOPKI
ZBIRANJA
IN STATISTIČNE
OBDELAVE
PODATKOV**

1. PREDMET IN RAZVOJ PSIHOLOGIJE

ZANIMIVOST

Čeprav se laikom včasih zdi, da se znanstvena spoznanja psihologije ne ločijo pomembno od laičnih (zdravorazumskih) pojmovanj duševnosti oz. da psihologi ne ugotovijo nič takega, kar ne bi vsi že ves čas vedeli, so psihologi z raziskavami ovrgli številna laična pojmovanja in prišli do mnogih presenetljivih ugotovitev. Psihološke raziskave so tako pokazale,

- ▶ da na vedenje in doživljanje ljudi lahko vplivajo že pričakovanja drugih, npr. učenci, od katerih učitelj pričakuje več, postanejo tudi dejansko bolj učno uspešni – ta pojav imenujemo učinek pričakovanja (več preberite na str. 196),
- ▶ da je hitrost in verjetnost pomoči žrtvi nesreče tem manjša, čim več ljudi je prisotnih na kraju nesreče (več preberite na str. 280),
- ▶ da otrok, star dve leti in nekaj mesecev, če si pokrije oči in zato ne vidi drugih ljudi, misli, da tudi drugi ljudje ne vidijo njega, kar je značilnost ene od stopenj razvoja mišljenja (več preberite na str. 113).



Slika 1.1: Zmotno je tudi laično pojmovanje, da so mladostniki, ki veliko berejo, osamljeni, telesno in socialno nespretni. Različne raziskave kažejo, da so ti mladostniki v povprečju telesno odpornejši in socialno aktivnejši.

PREDMET PSIHOLOGIJE

ŽE VEMO

Psihologija je znanost, ki proučuje duševne procese, vedenje in osebnost. **Duševni procesi** so notranji procesi, ki potekajo v določenem časovnem sosedju in navadno vodijo k določenemu izidu. Razlikujemo čustvene, motivacijske in spoznavne duševne procese, ki se med seboj prepletajo in vplivajo drug na drugega. Duševne procese **doživljamo** – notranje subjektivno izkušamo, večinoma pa se izražajo tudi navzven, v **vedenju** ali obnašanju. Poleg (zavestnih in nezavednih) duševnih pojavov in vedenja psihologe zanima tudi njihova celota – **osebnost**, katere sestavni del so osebnostne **lastnosti**.

Za psihologijo kot znanost je značilno, da pri raziskovanju in pridobivanju novih spoznanj uporablja **znanstveno metodo**. Psihološka spoznanja so torej vedno podprta z rezultati raziskav, ki so sistematično načrtovane in izvedene tako, da zagotavljajo čim večjo objektivnost in zanesljivost rezultatov, mogoče pa jih je tudi ponoviti in rezultate preveriti. **Znanstveno spoznavanje** poteka skozi pet stopenj: 1. opazovanje, 2. razvijanje teorije, 3. postavljanje hipotez, 4. preverjanje hipotez z raziskavami, 5. vrednotenje teorije.

V nasprotju z znanstvenim spoznavanjem je **neznanstveno** ali **laično spoznavanje** večkrat površno, subjektivno, nesistematično in nekritično ter zato podvrženo različnim napakam. Njegove omejitve lahko presežemo z razvijanjem **kritičnega mišljenja**.

Psihologija je znanost; to pomeni, da pridobiva spoznanja o duševnih pojavih, vedenju in osebnosti z *znanstveno metodo* (slika 1.2). Znanstveniki iz opazanj, izkušenj ali obstoječih spoznanj najprej sklepajo na splošno zakonitost – razvijejo teorije ali razlage pojavov, nato pa na osnovi teorije postavijo hipotezo, ki jo s skrbno načrtovano in sistematično izvedeno raziskavo preverijo. Če rezultati potrjujejo hipotezo, je teorija podprta z znanstvenimi dokazi, sicer moramo teorijo ovreči ali spremeniti in ponovno preveriti njeno veljavnost. Tudi v primeru, ko rezultati potrjujejo hipotezo, ostaja teorija »odprta« za nadaljnje preverjanje.

Tabela 1.1: Nekatera načela znanstvenega spoznavanja (prir. po Musek, 2005)

Načela	Opis načela
Utemeljenost	Znanstvena spoznanja morajo biti utemeljena z logičnimi pojasnitvami in rezultati raziskav. Osebna prepričanja, posamezni primeri, sklicevanje na avtoriteto ne veljajo za znanstvene utemeljitve.
Objektivnost	Znanstvena spoznanja morajo odražati značilnosti predmeta spoznavanja in ne subjektivnih značilnosti raziskovalcev oz. posameznikov, ki spoznavajo. Biti morajo čim bolj neodvisna od raziskovalca, npr. njegovih pričakovanj, prepričanj.
Sistematičnost	Znanstvena spoznanja morajo biti pridobljena na metodičen, načrten način. Biti morajo ponovljena in verificirana oz. potrjena.
Odprtost	Znanost je vedno odprta za nova spoznanja in za izboljševanje, spreminjanje ali zavračanje obstoječih znanstvenih spoznanj. Znanstveno spoznavanje je načeloma »zmotljivo« – spoznanja je vedno mogoče spremeniti, izboljšati ali razveljaviti.



Slika 1.2: Model znanstvene metode, ki jo uporabljajo psihologi (po Hogg in Vaughan, 2002, str. 7).

Kot vsaka znanost ima tudi psihologija svoj predmet, raziskovalne metode in tehnike ter cilje, ki jih skuša doseči. **Predmet znanosti** je področje, ki ga določena znanost proučuje, celota pojavov, s katerimi se ta znanost ukvarja. Načini in postopki, ki jih znanost pri tem uporablja, so njene **raziskovalne metode** in **tehnike**. Psihologi pri raziskovanju uporabljajo številne metode, ki jih uporabljajo tudi druge znanosti (npr. eksperiment in opazovanje), pa tudi specifične metode in tehnike (npr. introspekcijo, psihološke teste), ki jih druge znanosti ne uporabljajo.

Psihologija je **izkustvena** ali **empirična znanost**. Proučuje namreč pojave, ki so dostopni (čutni) izkušnji in jih je zato mogoče opazovati in meriti. Poleg izkustvenih poznamo še formalne znanosti, npr. matematika, logika, filozofija, katerih predmet ni dostopen (čutni) izkušnji.

Tabela 1.2: Podobnosti in razlike med psihologijo in nekaterimi sorodnimi znanostmi

Znanost	Podobnosti	Razlike
<i>Filozofija</i>	Obe znanosti postavljata vprašanja o spoznavanju, o etiki in morali, o govoru in jeziku; iščeta odgovore glede svobode in determiniranosti človeka ipd.	Psihologija svoja spoznanja empirično (izkustveno) preverja, filozofija pa ne. Psihologijo zanimajo značilnosti in razvoj teh procesov, npr. spoznavanja, moralnega presojanja, filozofija pa postavlja vprašanja o tem, kaj sploh je etično in moralno, kaj lahko spoznamo ...
<i>Biologija</i>	Obe znanosti proučujeta človeka, npr. strukturo in delovanje živčnega sistema, možganska središča, gene in dedovanje.	Biologijo zanima struktura in delovanje človeškega organizma ter sorodnosti in razlike z drugimi živimi bitji, psihologija pa je bolj osredotočena na duševne procese, vedenje in osebnost.
<i>Sociologija</i>	Obe znanosti proučujeta človeka kot družbeno bitje.	Sociologijo bolj zanima delovanje večjih skupin in družbe kot celote, psihologijo pa posameznik, njegova interakcija z drugimi ljudmi, struktura in dinamika manjših skupin.

CILJI PSIHOLOGIJE

Kaj pa cilji psihologije? Temeljni cilji psihološkega znanstvenega proučevanja so štirje: opis pojava, ki nas zanima, razlaga, napoved in nadzorovano spreminjanje.

- 1. Opisovanje.** Pojav opredelimo in opišemo njegove značilnosti ter ga tako razlikujemo od drugih pojavov. Npr. opredelimo stres in opišemo telesne, vedenjske in duševne znake stresa.
- 2. Razlaganje.** Raziskujemo in pojasnujemo dejavnike, ki vplivajo na posamezen duševni pojav (duševni proces, lastnost); pojasnujemo interakcije med njimi; razlagamo potek in razvoj duševnih procesov. Npr. raziskujemo situacijske (nenadne življenjske spremembe, vsakodnevne skrbi) in osebne dejavnike (osebna čvrstost), ki vplivajo na stres.

- 3. Napovedovanje.** Na podlagi poznavanja vplivov lahko napovemo, kako se bo posamezen pojav *najbrž* spremenil, če se spremenijo dejavniki, ki vplivajo nanj; predvidevamo vedenje posameznika v določenih situacijah; napovedujemo pozitivne in negativne učinke različnih dejavnikov na posameznikovo duševnost, osebnost ali vedenje. Npr. napovemo, kako se bo v primeru hude naravne nesreče stresno odzvala večina prebivalstva na prizadetem območju.
- 4. Spreminjanje.** Nadzorovano spreminjamo dejavnike, ki vplivajo na pojav, in s tem povzročimo zaželene koristne spremembe: zmanjšujemo nezaželene in škodljive oblike vedenj, izboljšujemo pogoje posameznikovega razvoja in medosebne odnose. Npr. ljudem, ki kažejo znake izčrpanosti zaradi stresa, pomagamo pri razvijanju konstruktivnih načinov spoprijemanja s stresom in tako zmanjšujemo negativne učinke stresa.

Prva dva cilja (opisovanje in razlaganje) štejemo med **teoretične cilje** psihologije, druga dva cilja (napovedovanje in spreminjanje) pa med **uporabne** ali **praktične cilje** psihologije. Vsi navedeni cilji so med seboj tesno povezani. Uporabna cilja psihologije je včasih težko doseči. Napovedovanje zato, ker le izjemoma poznamo vse dejavnike, ki vplivajo na določen pojav, in tudi ko jih poznamo, lahko na posameznikovo doživljanje in vedenje še vedno vplivajo povsem različni dejavniki. Še težje od napovedovanja je nadzorovano spreminjati posameznikovo vedenje in/ali doživljanje. Prva težava je v tem, da si mora posameznik spremembe želeti in si zanj prizadevati (psihologi lahko le ustvarijo pogoje, usmerjajo in olajšujejo spreminjanje), druga težava pa je v napornosti in dolgotrajnosti spreminjanja nekaterih navad in osebnostnih lastnosti, tudi ko je sprememba zaželena.

ZANIMIVOST

Najvišji med cilji psihologije je nadzorovano spreminjanje. Nekateri psihologi so temu cilju oporekali, saj so se spraševali, kdo bo izvajal nadzorovanje in v čigavem interesu.

A. Huxley v romanu *Krasni novi svet* opiše družbo prihodnosti, v kateri državljane že v zgodnjem otroštvu naučijo odpora do knjig, zadovoljstva ob kupovanju in športnih aktivnostih, uporabljanja »some« (droge) za izogibanje neprijetnim čustvom ipd.

PANOGE PSIHLOGIJE

Psihologija je razvejana veda, ki se deli na različne panoge ali discipline. Panoge obsegajo specializirana področja psihologije, ki mejijo na številne druge znanosti (npr. socialna psihologija meji na sociologijo). Nekatero so usmerjene predvsem k pridobivanju novih spoznanj, zato jih imenujemo **teoretične panoge**. Pri drugih pa je pomembnejša uporaba pridobljenih spoznanj na različnih področjih človekove dejavnosti in pridobivanje spoznanj, kako temeljna psihološka spoznanja uporabiti v praksi, zato govorimo o **uporabnih** ali **praktičnih panogah**.

Pomembne teoretične panoge, usmerjene k pridobivanju novih spoznanj.

- ▶ *Obča psihologija* ugotavlja splošne zakonitosti duševnega delovanja pri normalnih odraslih osebah.
- ▶ *Razvojna psihologija* proučuje spremembe duševnih procesov, vedenja in osebnosti, ki so povezane z razvojem; ugotavlja značilnosti posameznih razvojnih obdobj.

- ▶ *Socialna psihologija* raziskuje duševne pojave in vedenje posameznika v družbenih odnosih in situacijah ter vpliv socialnih dejavnikov na posameznika.
- ▶ *Kognitivna psihologija* proučuje spoznavne oz. kognitivne procese, npr. zaznavanje, pozornost, učenje, pomnjenje in spomin, mišljenje, reševanje problemov.

DEJAVNOST

Raziskovalna vprašanja, zanimiva za psihologe, ki proučujejo kognitivne procese, so: Kako poteka reševanje miselnih problemov? Ali so pričanja očitvidcev vedno zanesljiva? Kateri dejavniki vplivajo na zaznavanje? Navedite še raziskovalna vprašanja, ki si jih po vašem mnenju postavljajo psihologi na področju obče, razvojne in socialne psihologije.

ZANIMIVOST

V novejšem času se hitro razvijajo tudi bolj specializirane panoge psihologije, npr. zdravstvena psihologija, psihologija žensk, nevropsihologija, ekološka psihologija, politična psihologija, psihologija družine, forenzična (kazenska) psihologija, vojaška (vojna) psihologija itd.

Pomembne uporabne panoge, usmerjene k uporabi spoznanj v koristne namene.

- ▶ *Psihologija dela* uporablja psihološka spoznanja na področju dela. Ukvarja se z izborom (selekcijo) delavcev na določeno delovno mesto, z delovno motivacijo, medosebnimi odnosi na delovnem mestu, načini učinkovitega vodenja itd.

- ▶ *Klinična psihologija* uporablja psihološka spoznanja pri svetovanju in psihološki pomoči, pri soočanju

z blažjimi in hujšimi duševnimi težavami, stiskami in motnjami ter pri njihovem zdravljenju in odpravljanju.

- ▶ *Pedagoška psihologija* uporablja spoznanja psihologije na področju vzgoje, izobraževanja in šolanja. Ukvarja se z razvijanjem učinkovitih učnih strategij, odpravljanjem ali zmanjševanjem učnih težav, izboljševanjem razredne klime in medosebnih odnosov, s poklicnim svetovanjem ipd.
- ▶ *Športna psihologija* uporablja spoznanja psihologije na področju športa, npr. za motiviranje športnikov, razvijanje samozaupanja, doseganje maksimalne zbranosti na tekmovanjih, pri ekipnih športih za učinkovito delovanje ekipe ...



Slika 1.3: Športna psihologija je uporabna panoga psihologije, ki se v razvitem svetu vse hitreje razvija. Za vrhunske športne rezultate je poleg telesne pripravljenosti izjemnega pomena tudi psihična pripravljenost. (Delo, 7. 4. 2005)

Teoretične in uporabne panoge so med seboj tesno povezane. Psihologi, zaposleni na različnih področjih, uporabljajo pri svojem poklicnem delu spoznanja različnih teoretičnih panog ter tudi spoznanja uporabne panoge, znotraj katere so zaposleni.

PRIMER: *Psiholog, zaposlen kot šolski svetovalni delavec, bo pri svojem poklicnem delu uporabljal spoznanja različnih teoretičnih panog. Rezultati raziskav s področja socialne psihologije mu bodo služili pri razumevanju in zmanjševanju agresivnega vedenja mladostnikov ali pri razvijanju komunikacijskih veščin učiteljev. S poznavanjem obče psihologije bo lahko svetoval učencem in sodelavcem pri odpravljanju škodljivih učinkov stresa, konstruktivnem soočanju z obremenitvami, prepoznavanju in odpravljanju učnih težav ipd.*

Povzamemo lahko, da skušajo psihologi znanstveno raziskati vsak še tako majhen del človeškega doživljanja in vedenja. Predmet in cilj psihologije je pravzaprav to, po čemer bolj ali manj težimo vsi: *razumeti sebe in druge ljudi*. Psihologi lahko le pritrdijo načelu antičnih filozofov: **»Spoznaj samega sebe!«** Seveda se lahko vprašate, zakaj naj bi težili k samospoznanju, pa tudi, koliko nam na tej poti lahko pomaga psihologija. Bomo sebe in druge res bolj razumeli, če pridobimo psihološko znanje? Odgovor na to vprašanje je odvisen od vas. Razumevanje psiholoških spoznanj gotovo omogoča boljše razumevanje sebe in drugih, boljše sporazumevanje, bolj konstruktivno spoprijemanje z obremenitvami, učinkovitejše učenje in kritično mišljenje, toda od vas je odvisno, ali in koliko boste to možnost izkoristili.

RAZVOJ PSIHLOGIJE

Psihologija je razmeroma mlada znanost, katere korenine segajo globoko v filozofijo in tudi v različne naravoslovne znanosti. Spoznanja o duševnih pojavih so se razvijala v okviru filozofije in drugih znanosti, predvsem fiziologije in medicine. K razumevanju duševnosti so pomembno prispevali že antični filozofi in zdravniki (npr. Aristotel, Hipokrat), novoveški filozofi (npr. Descartes) pa so se ukvarjali z vprašanji, ki so v psihologiji še zdaj aktualna: kaj so izvori duševnosti in kakšen je odnos med duševnimi in telesnimi procesi. Ker je proučevanje psiholoških pojavov veliko starejše od pojava psihologije kot samostojne znanosti, pogosto uporabljamo trditev nemškega psihologa H. Ebbinghaus (1850–1909), da ima *psihologija dolgo preteklost in kratko zgodovino*.

Danes štejemo za letnico nastanka psihologije kot znanosti leto **1879**, ko je Wilhelm **Wundt** v Leipzigu (Nemčija) ustanovil prvi psihološki laboratorij. V njem je z introspekcijo proučeval duševnost in njene temeljne elemente. Prepričan je bil, da je mogoče duševne pojave raziskovati po vzoru fizike, kemije in drugih naravoslovnih znanosti. Z introspektivnim opazovanjem in razčlenjevanjem je s sodelavci skušal odkriti temeljne elemente (atome) duševnosti in njihovo povezanost v celoto.



Slika 1.4: Poleg W. Wundta (1832–1920) uvrščamo med »očete« psihologije še W. Jamesa (1842–1910) in S. Freuda (1856–1939). (Atkinson idr., 2000, str. 8)

Ker je Wundt poudaril iskanje osnovnih, primarnih duševnih elementov (npr. primarnih občutkov, čustev, misli) in strukturo duševnosti, se je njegove psihologije oprijelo ime **elementarizem** ali **strukturalizem**. Zanimivo je, da je večina drugih zgodnjih smeri v psihologiji nastala kot kritika Wundtovega pristopa, ki naj bi imel zanemarljivo razlagalno moč in ki naj bi se pretirano zgledoval po naravoslovnih znanostih, zaradi česar je spregledal celoto in funkcionalnost duševnih pojavov. Drugi so Wundtu očitali uporabo introspekcije, ki ne more biti povsem objektivna in preverljiva metoda.

PSIHOLOŠKE SMERI

DEJAVNOST

Skupina prijateljev se pogovarja o svojem agresivnem vedenju. Peter trdi, da je odraščal v družini, kjer sta se starša pogosto obnašala agresivno, zato se je agresivnosti naučil. Janja prizna, da je agresivna samo do mlajšega brata, na katerega vpije in mu zlobno nagaja takrat, ko je dejansko jezna na druge ljudi, pozneje pa ji je žal. Miha pojasni, da postane agresiven takrat, ko opazi, da se mu drugi ljudje posmehujejo ali da ga zaničujejo. Gal, ki je do tega trenutka pogovor molče poslušal, presenetni vse, saj pove, da se običajno ne obnaša agresivno. Svobodno se je namreč odločil, da svojega nezadovoljstva ne bo sproščal z agresivnim vedenjem.

Kako bi pojasnili svoje agresivno vedenje vi?

V navedenih ugotovitvah prijateljev se (v poenostavljeni obliki) izražajo razlage človeškega doživljanja in vedenja različnih **psiholoških smeri**, ki so se oblikovale v psihologiji zaradi kompleksnosti njenega predmeta proučevanja. Med najbolj vplivnimi so psihoanaliza, vedenjska, humanistična in kognitivna smer. Smeri se razlikujejo:

- ▶ po vprašanjih, ki jih postavljajo,
- ▶ po predpostavkah o človeški naravi, iz katerih izhajajo (npr. kateri temeljni dejavnik pomembneje vpliva na razvoj osebnosti – dednost ali okolje, ali je vedenje ljudi svobodno ali determinirano),
- ▶ po načinu pridobivanja spoznanj oz. po metodah in tehnikah, ki jih uporabljajo pri raziskovanju,
- ▶ predvsem pa po razlagah človeškega doživljanja in vedenja.

Psihoanaliza

Psihologi so bili sprva usmerjeni le k proučevanju zavestnih duševnih procesov, saj se je zdelo samoumevno, da so duševni procesi to, kar zavestno doživljamo. Oče psihoanalize *Sigmund Freud* je med prvimi opozoril, da poleg čustev, misli in motivov, ki se jih zavedamo, obstajajo tudi ideje in težnje, ki so nam prikrite oz. o katerih ne vemo ničesar. Ta del duševnosti je poimenoval **nezavedno**.

Nezavedno tvorijo **potlačene vsebine**, tj. vse tisto, kar smo izrinili iz zavesti, ker je bilo za nas preveč neprijetno in je ogrožalo nemoteno zavestno delovanje, npr. neuresničene želje, nedovoljene ambicije, neizrečene težnje, konflikte med

željo in dolžnostjo. Potlačeno je sicer res pozabljeno, ni pa izbrisano. Kot nezavedno je še naprej aktivno in (ne da bi se tega zavedali) določa naše vedenje. V vsakdanjem življenju lahko z delovanjem nezavednega pojasnimo različne spodrsiljaje v govoru, branju, pisanju ali dejanjih, npr. ko se nam zareče, ko se nenadoma ne moremo spomniti imena dobrega prijatelja ali ko napačno preberemo besedo.

V začetku je bila Freudova teorija neopažena in je imela le nekaj privržencev – med prvimi je švicarski psiholog *Carl Gustav Jung*, ki je kasneje razvil lastno psihološko usmeritev –, v prvem desetletju 20. stoletja pa se je hitro širila, predvsem v ZDA. Njegova knjiga *Interpretacija sanj* (1900) se je najprej prodajala le v nekaj izvodih, potem pa je bila večkrat ponatisnjena in prevedena v številne jezike. Freud je svoja spoznanja razvijal s študijami primerov (proučevanjem posameznikov), izdelal pa je tudi posebne tehnike, s katerimi je lahko raziskoval nezavedno: proste asociacije in analizo sanj.

Vpliv psihoanalize je bil (v okviru psihologije) najmočnejši na področju psihoterapije pa tudi na področju razvojne psihologije in psihologije osebnosti. Uveljavljene so bile psihoanalitične razlage nezavedne motivacije, sanj, pozabljanja (zaradi potlačitve) in razvoja osebnosti (predvsem Eriksonova teorija psihosocialnega razvoja in razvoja identitete). Freudu so nekateri očitali, da ni uporabljal znanstvenih metod ter da je spoznanja o duševnem delovanju prehitro posploševal iz proučevanja manjšega števila posameznikov. Psihoanaliza naj bi bila odsev srednjeevropske družbe na prelomu 19. in 20. stoletja in ne univerzalno veljavna teorija. Spet drugi so dvomili, ali je vpliv dogodkov v otroštvu za nadaljnji razvoj osebnosti res tako velik, kot so trdili psihoanalitiki. *Erik Erikson* je bil v nasprotju s Freudom prepričan, da prihaja do pomembnih razvojnih sprememb tudi po obdobju mladostništva.

Slika 1.5: Karikirana kritika Freudove psihoanalize, ki naj bi bila pretirano osredotočena na spolnost. (Pečjak, 1983, str. 327)

Behaviorizem ali vedenjska smer

Vedenjska smer ali behaviorizem (ang. *behaviour*: vedenje) se je razvila v ZDA v začetku 20. stoletja, med leti **1920–1960** pa je bil prevladujoča smer ameriške psihologije. *John B. Watson* je leta 1913 zapisal, da mora psihologija opustiti proučevanje notranjih duševnih pojavov, če hoče postati znanost. Zavrtni mora tudi introspektivno opazovanje in se pri razlaganju vedenja znebiti pojmov, kot so mišljenje in čustva. Psihologi naj bi raziskovali le tisto, kar je dostopno objektivnim znanstvenim metodam, npr. ekstraspektivnemu opazovanju in laboratorijskemu eksperimentiranju. In kaj je to? Dražljaji in odzivi nanje. Predmet psihologije je torej **vedenje – skupek povezav med dražljaji (D) in odzivi (O)**.

ZANIMIVOST

Številni psihoanalitični koncepti so v 20. stoletju postali del vsakdanjega jezika, npr. nezavedno, libido, racionalizacija, ono, jaz ali ego, nadjaz.

WHAT'S ON A MAN'S MIND





Slika 1.6: D–O shema: opazujemo in merimo dražljaje, ki delujejo na posameznika, in odzive (reakcije), ki jih ti dražljaji izzovejo. Na to, kaj se dogaja vmes, pa lahko le sklepamo. Duševnost je »črna škatla«, ki za behavioriste ne more biti predmet znanstvenega raziskovanja.

Čeprav so kritiki behavioristom pogosto očitali, da zanikajo mišljenje in notranje doživljanje, je izhodišče (metodološkega) behaviorizma pravzaprav le, da **duševni pojavi ne morejo biti predmet psihologije kot znanosti**. Radikalnejši behavioristi pa dodajajo, da proučevanje duševnih pojavov niti ni potrebno, saj npr. z mišljenjem in čustvovanjem ne moremo pojasniti, zakaj posameznik ravna na določen način. Notranje duševne procese lahko razumemo le kot oblike vedenja, ki ga je šele treba pojasniti.

ZANIMIVOST

Wundt je opredelil psihologijo kot znanost o zavestnem doživljanju, ki je dostopno introspekciji. Vedenjski psihologi pa so razumeli psihologijo kot znanost, ki z objektivnimi znanstvenimi metodami proučuje vedenje.

Vedenjska smer je bila v psihologiji zelo vplivna, predvsem pri **proučevanju učenja**. Klasično in instrumentalno pogojevanje sta po mnenju behavioristov vrsti učenja, skozi kateri se oblikuje (tako normalno kot ne-normalno) vedenje. Najpomembnejši vedenjski psiholog *Burrhus F. Skinner* je bil celo prepričan, da je naše vedenje v celoti posledica vplivov iz okolja (učenja, vzgoje, nagrad), tj. da ljudje v svojih izbirah in odločitvah nismo svobodni. Poznejši behavioristi so opozorili, da se človek uči na zelo različne načine. *Albert Bandura* je izpostavil modelno učenje ali učenje s posnemanjem, pri katerem imajo pomembno vlogo kognitivni procesi.

Humanistična smer

V petdesetih letih prejšnjega stoletja sta v Severni Ameriki v psihologiji prevladovala dva pristopa: psihoanaliza in behaviorizem. Klinični psihologi so v večji meri sprejeli psihoanalizo, eksperimentalni psihologi pa so bili bolj naklonjeni vedenjski smeri. Zagovorniki obeh smeri so bili zadovoljni z razlagami, ki sta jih dajali. To pa ni veljalo za vse psihologe. Mnogi so psihoanalizi očitali, da njene teorije temeljijo zgolj na proučevanju ljudi z različnimi težavami in duševnimi motnjami, behavioristom pa, da so usmerjeni le k proučevanju vedenja, ne pa tudi k razumevanju notranjega doživljanja, npr. čustvovanja. Eden od začetnikov humanistične smeri, *Abraham Maslow*, je to smer zato poimenoval **»tretja sila«**.

Predmet proučevanja humanistične psihologije (lat. *homo*: človek, *humanus*: človeški) je osebnostna rast, samoaktualizacija (uresničevanje potencialov), motivacija, vrednote, ustvarjalnost. To so po mnenju humanističnih psihologov **področja, ki so za človeka smiselna in pomembna**, psihologija pa se ne sme izogniti njihovem proučevanju zgolj zato, ker jih je težje znanstveno raziskovati. Pri raziskovanju teh kompleksnih vidikov duševnosti, vedenja in osebnosti so humanistični psihologi uporabljali predvsem študije primerov, intervju-

je, vprašalnike osebnosti in druge tehnike, ki so osredotočene na posameznikovo zavestno doživljanje sveta. Pomembno se jim je namreč zdelo poglobljeno in celostno razumevanje posameznikov, hkrati pa so bili kritični do prepričanja, ki se je uveljavilo med behavioristično usmerjenimi psihologi, da so stroge znanstvene metode najboljši in edini način proučevanja duševnosti.

Med bolj znanimi predstavniki humanistične psihologije je poleg Abrahama Maslowa še *Carl Rogers*. Teoriji obeh sta zgrajeni na predpostavki, da je človek v bistvu dober in racionalen. Humanistična psihologija je nasploh optimistična in posamezniku daje upati, da lahko nadzoruje svojo usodo: **človek ima svobodno voljo**, zato ga niti nezavedni mehanizmi niti vplivi okolja ne določajo povsem. Največji vpliv je imela humanistična smer psihologije na področju psihološkega svetovanja in psihoterapije, pomembna pa je tudi v razvoju psihologije, saj je v obdobju prevlade behaviorizma opozorila na pomen proučevanja doživljanja in duševnih procesov. Pomanjkljivost smeri je predvsem v tem, da je nekatere teorije in modele, ki jih razvijejo humanistični psihologi, le težko dokazati in eksperimentalno preveriti. Zato humanističnemu pogledu na človeka nekateri očitajo, da je bolj filozofija življenja kot psihološka smer. Pretirana je tudi predpostavka, da so vse rešitve problemov in težav v posameznikovih rokah.



Slika 1.7: *J. Miró – Rdeča plošča zasleduje škrljančka, 1953* (Bucci, 1970, str. 75). *Humanistični psihologi menijo, da mora psihologija preučevati to, kar je najbolj človeškega: ustvarjalnost, osebnostno rast, ljubezen ipd.*

Kognitivna smer

V drugi polovici prejšnjega stoletja (predvsem po letu 1970) je vodilno vlogo v psihologiji prevzela kognitivna smer. Razvoj kognitivne psihologije pomeni premik od proučevanja motivacije in nižjih spoznavnih procesov (občutenja, enostavnega učenja) k višjim spoznavnim procesom (pomnjenju, mišljenju in kompleksnemu učenju). Kognitivni psihologi izhajajo iz prepričanja, da se **ljudje vedemo v skladu s tem, kako doživljamo in si razlagamo stvarnost**. Vedenje torej ni odvisno zgolj od dražljajev in situacij kot takšnih, kot trdijo behavioristi, ampak predvsem od tega, kako si te situacije razlagamo. Npr. katero čustvo bomo doživeli in/ali kako bomo ravnali, je v veliki meri odvisno od naše kognitivne ocene (interpretacije) okoliščin in ne od okoliščin samih.

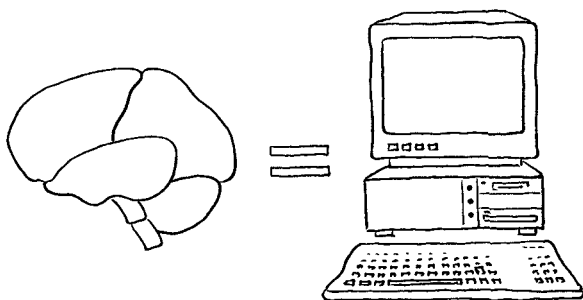
PRIMER: *Neja na zabavi opazuje svojega fanta Vida, kako se pogovarja z neznanim dekletom. Katero čustvo bo Neja doživela in kaj bo naredila, je odvisno od njene kognitivne ocene situacije. Če oceni, da skuša Vid dekle očarati, bo ljubosumna in morda bo odšla z zabave ali se z Vidom sprla; če meni, da je Vid zabaven in ga ljudje radi poslušajo, pa se bo najbrž dobre volje pridružila pogovoru.*

Poudarek raziskovanja je zato na **spoznavnih (kognitivnih) procesih**: kako razlagamo svet in sebe, kako sprejemamo in predelujemo informacije, kakšne napake delamo pri reševanju problemov in presojanju itd. Velik vpliv na izobraževanje (pojmovanje znanja in učenja, načine poučevanja ipd.) je imela teorija razvojnega psihologa *Jeana Piageta*, ki je v razvoju otrokovega mišljenja poudaril kakovostne spremembe, hkrati pa je pokazal, da razvoj mišljenja vpliva na vsa področja človekovega doživljanja in vedenja.

POVEZAVA

Piagetova teorija razvoja mišljenja je izčrpno opisana v poglavju o mišljenju (str. 110–119).

Kognitivna psihologija pa nima pomembne vloge le pri proučevanju učenja, mišljenja, pomnjenja, pozornosti in razvoja govora, ampak tudi na področju socialne psihologije (raziskovanje stereotipov, socialnega zaznavanja) in psihologije osebnosti. Kognitivni psihologi uporabljajo pri raziskovanju *različne metode in tehnike*: laboratorijski eksperiment, opazovanje, intervju ... Raziskave so osredotočene na specifične probleme in manj na splošne ugotovitve, kar otežuje oblikovanje splošne teorije. Kritiki kognitivnim teorijam osebnosti pogosto očitajo osredotočenost zgolj na kognitivne procese ter zanemarjanje motivacije in čustev.



Slika 1.8: V preteklosti so nekateri kognitivni psihologi morda pretirano gradili na analogiji med računalnikom in duševnostjo (dolgotrajni spomin – trdi disk, kratkotrajni spomin – RAM).

Tabela 1.3: Temeljne značilnosti najpomembnejših smeri v razvoju psihologije: psihoanalize, behaviorizma, humanistične in kognitivne smeri

Psihološka smer in pomembni predstavniki	Predmet proučevanja	Metode proučevanja	Prednosti	Pomanjkljivosti
Psihoanaliza S. Freud C. G. Jung E. Erikson	nezavedno, dinamika in struktura duševnosti; razvoj osebnosti; oblikovanje identitete	klinično opazovanje, študije primerov, tehniki proste asociacije in analiza sanj	raziskovanje nezavednega; poudarjanje dinamike duševnosti; proučevanje razvoja osebnosti	pretirano poudarjanje nezavednega in seksualnosti; uporaba subjektivnih metod

Psihološka smer in pomembni predstavniki	Predmet proučevanja	Metode proučevanja	Prednosti	Pomanjkljivosti
Behaviorizem ali vedenjska smer B. Skinner J. Watson A. Bandura	vedenje (D–O shema), učenje (klasično in instrumentalno pogojevanje, modelno učenje) in vplivi okolja	ekstraspekcijska, eksperiment (večinoma v laboratorijskih pogojih, pogosto na živalih)	objektivnost in znanstvenost; proučevanje vpliva okolja; poudarjanje pomena učenja	zanemarjanje notranjega doživljanja; pretirano poudarjanje okolja; posploševanje iz vedenja živali na vedenje ljudi
Humanistična smer A. Maslow C. Rogers	samoaktualizacija, osebnostna rast, samopodoba, motivacija ...	študije primerov, vprašalniki osebnosti, nestrukturiran intervju, introspekcija ...	poudarjanje svobode, zavestne volje in samodejavnosti; proučevanje motivacije in osebnostne rasti	zanemarjanje proučevanja spoznavnih procesov; nekritično poudarjanje svobode delovanja
Kognitivna smer J. Piaget	vsi vidiki spoznavnih procesov; ugotavljanje zakonitosti razvoja mišljenja	intervju, opazovanje, eksperiment, korelacijske študije ...	proučevanje mišljenja in razvoja mišljenja; poudarjanje subjektivnosti razumevanja in interpretiranja sveta	zanemarjanje ostalih duševnih procesov in njihovega vpliva na mišljenje

DEJAVNOST

Kateri od prijateljev, ki so se pogovarjali o agresivnem vedenju, je zagovarjal stališča posamezne psihološke smeri? Utemeljite.

ZANIMIVOST

Pomembno mesto v razvoju psihologije ima tudi **biološka smer**. Predvsem *vedenjska genetika*, ki s kombiniranjem metod genetike in psihologije raziskuje vpliv dednosti na razlike med ljudmi, ter *nevrobiološki pristop*, osredotočen na proučevanje odnosa med duševnimi in biološkimi procesi. Raziskave znotraj biološke smeri v psihologiji so tako pomembno prispevale k razumevanju genetskih in okoljskih vplivov na razvoj osebnosti ter osvetlile povezanost med delovanjem živčnega sistema in duševnimi procesi, npr. zaznavanjem, pomnjenjem, čustvovanjem.

RAZVOJ PSIHLOGIJE V SLOVENIJI

Začetki psihologije na Slovenskem segajo že v 16. stoletje, ko je *David Verbc*, polatinjeno Verbezius, objavil latinsko pisano Razpravo o temperamentih. Več psiholoških del pa se je pojavilo, sicer znotraj drugih znanosti (filozofije, teologije, pedagogike), šele konec 19. stoletja. Kot najpomembnejše med njimi navajajo delo Franciška Lampeta Dušeslovje. Pred 2. svetovno vojno se psihologija na Univerzi v

Ljubljani ni uveljavila. Kljub temu so se na njej ukvarjali tudi s psihološko problematiko filozof Franc Veber, pedagog Karel Ozvald ter teolog in psiholog Anton Trstenjak.

Oddelek za psihologijo je bil ustanovljen leta **1950**, njegov ustanovitelj je bil *Mihajlo Rostohar* (1878–1966). Psihologija v Sloveniji je šele takrat postala izkustvena in eksperimentalna. Poleg Mihajla Rostoharja je slovensko psihologijo pomembno oblikoval *Anton Trstenjak* (1906–1996), v svetu najbolj poznan slovenski psiholog pa tudi eden najustvarjalnejših po obsegu izdanih del. Med njegovimi najpomembnejšimi deli so *Oris sodobne psihologije I in II* (1969), *Problemi psihologije* (1976), *Človek in barve* (1978), *Psihologija ustvarjalnosti* (1981) in *Človek, bitje prihodnosti* (1985).

Današnja slovenska psihologija je na podobni ravni kot psihologija v drugih državah Evrope. Razvite so vse najpomembnejše psihološke panoge, zastopane pa so tudi vse pomembnejše psihološke šole. Sodobno slovensko psihologijo so pomembno sooblikovali in jo še danes oblikujejo: Vid Pečjak, Marko Polič in Norbert Jaušovec (kognitivna psihologija), Janek Musek in Darja Kobač Grum (psihologija osebnosti), Barica Marentič Požarnik, Drago Žagar, Sonja Pečjak in Cirila Peklaj (pedagoška psihologija), Tanja Lamovec (čustva in motivacija), Ivan Toličič, Ludvik Horvat, Ljubica Marjanovič Umek in Maja Zupančič (razvojna psihologija), Mirjana Nastran Ule, Vlado Miheljčak in Janez Bečaj (socialna psihologija), Borut Šali in Peter Praper (klinična psihologija), Klas Brenk in Valentin Bucik (psihometrija) ter številni drugi.

POVZETEK

- ▶▶ Psihologija pridobiva spoznanja z znanstveno metodo: znanstveniki iz opazanj, izkušenj ali obstoječih spoznanj razvijejo teorije o določenih pojavih, nato pa na osnovi teorije postavijo hipoteze, ki jih preverijo z raziskavami. Za znanstveno spoznanje veljajo le tiste teorije, ki so bile potrjene v različnih raziskavah in ki so jih preverili različni znanstveniki.
- ▶▶ Vsaka znanost ima svoj predmet, metode in cilje. Prvi cilj psihologije je opisovanje pojava, ki nas zanima, drugi cilj je razlaga (odkrivanje in pojasnjevanje dejavnikov, ki vplivajo na določen pojav), brez katere bi težko dosegli tretji in četrti cilj: napovedovanje in nadzorovano spreminjanje.
- ▶▶ Psihologija je izkustvena ali empirična znanost, ki proučuje pojave, ki so dostopni (čutni) izkušnji in jih je zato mogoče opazovati in meriti. Proučevanje človeka deli z drugimi družboslovnimi in naravoslovnimi znanostmi, npr. sociologijo, pedagogiko, antropologijo in biologijo.
- ▶▶ Navznoter je psihologija razvejana veda, ki se deli na različne panoge. Pomembne praktične panoge so klinična psihologija, pedagoška psihologija in psihologija dela, teoretične pa obča, razvojna, socialna in kognitivna psihologija.
- ▶▶ Zaradi kompleksnosti predmeta proučevanja so se v psihologiji oblikovale različne smeri (šole) raziskovanja. Med najbolj vplivnimi so psihoanaliza, vedenjska, humanistična in kognitivna smer. Ker različne psihološke smeri temeljijo na različnih predpostavkah o človeku, se tudi njihove razlage doživljanja in vedenja ljudi precej razlikujejo. Psihoanalitiki postavljajo v ospredje proučevanje nezavedne duševnosti, behavioristi proučevanje vedenja z objektivnimi znanstvenimi metodami, humanistično usmerjeni psihologi poudarjajo človekovo enkratnost in samodejavnost, predstavniki kognitivne smeri pa spoznavne procese, npr. pozornost, učenje in reševanje problemov.

VPRAŠANJA IN VAJE

1. Navedite in opredelite glavne cilje znanstvenega proučevanja.
 - ▶ Katere izmed navedenih ciljev je v psihologiji običajno težje dosežati? Pojasnite, zakaj.
2. Poimenujte teoretične in uporabne panoge psihologije ter jih med seboj razlikujte.
 - ▶ Presodite in pojasnite, spoznanja katerih teoretičnih panog lahko pri svojem delu uporablja psiholog, zaposlen v vrtcu.
3. Tako kot spoznanja vsake znanosti je tudi psihološka spoznanja mogoče zlorabiti. Namesto da bi jih uporabili v korist človeštvu in ljudem, jih lahko uporabimo v njihovo škodo. Navedite nekaj možnih primerov sporne uporabe ali zlorabe psiholoških spoznanj.
4. Pojasnite trditev: »Psihologija ima dolgo preteklost in kratko zgodovino«.
5. Opišite psihoanalizo in humanistično smer v psihologiji ter navedite najpomembnejše predstavnike ene in druge smeri.
 - ▶ Presodite in pojasnite razlike med obema smerema.

PREBERITE

- Hill, G. (2001). *Psihologija: Shematski pregledi*. Ljubljana: Tehniška založba Slovenije (str. 5–14).
- Musek, J. (2005). *Predmet, metode in področja psihologije*. Ljubljana: Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.
- Polič, M. (2009). *Psihologija in njene laične podobe*. V: V. Bucik idr., *Podobe psihologije*. Ljubljana: Znanstvena založba Filozofske fakultete.