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 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 Volč, Milojka Širca, Tončka Stanonik in Tomaž Lovko.

Strokovni svet Republike Slovenije za splošno izobraževanje je na svoji seji dne xxxx 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 založništew 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 priobličevanje,
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.
Odstranjevanje tega podatka je kazniva.

Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana
159.9(075.3)
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

**1. Psihologija kot znanost**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>11</td>
</tr>
</tbody>
</table>

1. **Predmet in razvoj psihologije (A. Kompare)**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>12</td>
</tr>
</tbody>
</table>

1. **Predmet psihologije**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>12</td>
</tr>
</tbody>
</table>

2. **Cilji psihologije**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>14</td>
</tr>
</tbody>
</table>

3. **PANOGE psihologije**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>15</td>
</tr>
</tbody>
</table>

4. **Razvoj psihologije**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>17</td>
</tr>
</tbody>
</table>

5. **Psihološke smeri**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>18</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Psihoanaliza</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>18</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Behaviorizem ali vedenjska smer</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>19</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Humanistična smer</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>20</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Kognitivna smer</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>21</td>
</tr>
</tbody>
</table>

5. **Razvoj psihologije v Sloveniji – izbirna vsebina**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>23</td>
</tr>
</tbody>
</table>

2. **Metode v psihologiji (I. Dogša)**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>26</td>
</tr>
</tbody>
</table>

1. **Eksperiment**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>26</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Laboratorijski eksperiment in eksperiment v naravni situaciji</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>27</td>
</tr>
</tbody>
</table>

2. **Neeksperimentalne ali opisne metode**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>28</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Primerjava eksperimenta z ne eksperimentalno metodo</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>28</td>
</tr>
</tbody>
</table>

3. **Raziskovalne tehnike**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>30</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Intervju</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>30</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Vprašalnik</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>31</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Psihološki ali psychometrični test</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>32</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Sociometrična tehnika – izbirna vsebina</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>33</td>
</tr>
</tbody>
</table>

4. **Etika psihološkega raziskovanja**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>35</td>
</tr>
</tbody>
</table>

3. **Postopki zbiranja in statistične obdelave podatkov (J. Curk)**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>38</td>
</tr>
</tbody>
</table>

1. **Populacija in vzorec**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>38</td>
</tr>
</tbody>
</table>

2. **Urejanje in prikazovanje rezultatov**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>40</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Ranžirna vrsta</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>40</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Frekvenčna porazdelitev individualnih rezultatov</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>41</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Frekvenčna porazdelitev grupiranih rezultatov</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>41</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Grafični prikazi</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>42</td>
</tr>
</tbody>
</table>

3. **Računanje srednje vrednosti**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>43</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Modus</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>43</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Mediana</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>44</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Aritmetična sredina</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>44</td>
</tr>
</tbody>
</table>

4. **Razpršenost rezultatov**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>45</td>
</tr>
</tbody>
</table>

5. **Normalna porazdelitev**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>47</td>
</tr>
</tbody>
</table>

6. **Korelacija**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Stran</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>48</td>
</tr>
</tbody>
</table>
## II. DUŠEVNI PROCESI

### 4. ORGANSKA PODLAGA DUŠEVNOSTI (M. Stražišar)

<table>
<thead>
<tr>
<th>Chapter</th>
<th>Title</th>
<th>Page</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>4.</td>
<td>ŽIVČNI SISTEM – izbirna vsebina</td>
<td>52</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>TEMELJNA GRADBENA ENOTA ŽIVČNEGA SISTEMA</td>
<td>52</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>SESTAVA ŽIVČNEGA SISTEMA</td>
<td>53</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>MOŽGANI – izbirna vsebina</td>
<td>55</td>
</tr>
</tbody>
</table>

### 5. OBČUTENJE IN ZAZNAVANJE (A. Kompare)

<table>
<thead>
<tr>
<th>Chapter</th>
<th>Title</th>
<th>Page</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>5.</td>
<td>OBČUTENJE</td>
<td>61</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>OBČUTEK VIDA</td>
<td>61</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>ČUTNI PRAGI</td>
<td>63</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>ČUTNA ADAPTACIJA</td>
<td>65</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>ZAZNAVANJE</td>
<td>67</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>POZORNOST</td>
<td>67</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>ZAZNAVNA ORGANIZACIJA</td>
<td>68</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Načela združevanja (grupiranja)</td>
<td>70</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>DEJAVNIKI, KI VPLIVAJO NA ZAZNAVANJE</td>
<td>72</td>
</tr>
</tbody>
</table>

### 6. UČENJE IN POMNjenje (M. Stražišar)

<table>
<thead>
<tr>
<th>Chapter</th>
<th>Title</th>
<th>Page</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>6.</td>
<td>OBLIKE UČENJA</td>
<td>78</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>KLASIČNO POGOJEVANJE</td>
<td>78</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>INSTRUMENTALNO ALI OPERANTNO POGOJEVANJE</td>
<td>81</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>MODELNO UČENJE</td>
<td>86</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>BESEDNO UČENJE</td>
<td>89</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>SPOMIN</td>
<td>91</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>KAKO SE INFORMACIJA SHRANI V SPOMIN</td>
<td>91</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Trenutni spomin</td>
<td>92</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Kratkotrajni spomin: delovni spomin</td>
<td>93</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Dolgotrajni spomin</td>
<td>94</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>KOMPETENCE</td>
<td>97</td>
</tr>
</tbody>
</table>

### 7. MIŠLJENJE (A. Kompare)

<table>
<thead>
<tr>
<th>Chapter</th>
<th>Title</th>
<th>Page</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>7.</td>
<td>MISLIM, TOREJ SEM</td>
<td>100</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>VRSTE MIŠLJENJA</td>
<td>100</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>REŠEVANJE MISELNIH PROBLEMOV</td>
<td>102</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>STRATEGIJE REŠEVANJA MISELNIH PROBLEMOV</td>
<td>104</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Strategija poskusi in napake</td>
<td>104</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Strategija postopna analiza</td>
<td>104</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Strategija vpogled</td>
<td>105</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>KAJ VPTLIVA NA REŠEVANJE MISELNIH PROBLEMOV</td>
<td>107</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>USTVARJALNOST</td>
<td>108</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>FAZE USTVARJALNEGA PROCESA</td>
<td>108</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>RAZVOJ MIŠLJENJA</td>
<td>110</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>STOPNJE RAZVOJA MIŠLJENJA PO PIAGETU</td>
<td>111</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Senzomotorična stopnja</td>
<td>111</td>
</tr>
</tbody>
</table>
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 vzbujenje in doživljanje čustva ....................................................... 124
      Izražanje in prepoznavanje čustev ............................................................................................... 126
   POVEZANOST ČUSTEV Z DRUGIMI DUŠEVNIMI PROCESI IN VEDENJEM .................................... 128
   RAZVOJ, ZRELOST IN MOTNJE ČUSTVOVANJA ............................................................................ 129
      Čustva in duševne motnje ............................................................................................................. 134

9. MOTIVACIJA (M. Stražišar) .......................................................................................................... 137
   VOLJA IN NEZAVEDENA 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 – izb irna 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 TEORIJI OSEBNOSTI (A. Kompare) .................................................................... 153
    STRUKTURE (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 osebnosti Lastnosti ....................................................................................... 159
      Vrednotenje Eysenckove teorije ................................................................................................ 159
    PSIHOANALITIČNE TEORIJE OSEBNOSTI (A. Kompare) ............................................................... 162
    PSYHOANALIZA SIGMUNDA FREUDA ......................................................................................... 162
      »Človek ni gospodar niti samega sebe« .................................................................................... 162
      Struktura duševnosti .................................................................................................................... 164
      »Otrok je oče človeka« ................................................................................................................. 165
      Ojdpirov kompleks ....................................................................................................................... 166
      »Povejte vse!« – izb irna vsebina .................................................................................................. 167
    CARL GUSTAV JUNG: ANALITIČNA PSIHOLOGIJA ....................................................................... 168
<table>
<thead>
<tr>
<th>Page</th>
<th>Title</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>168</td>
<td>Labirinti duševnosti</td>
</tr>
<tr>
<td>169</td>
<td>Arhetipi</td>
</tr>
<tr>
<td>170</td>
<td>Psihološki tipi osebnosti</td>
</tr>
<tr>
<td>171</td>
<td>Kritična presoja psihanalitičnih teorij</td>
</tr>
<tr>
<td>174</td>
<td>Vedenjske teorije osebnosti (I. Dogša)</td>
</tr>
<tr>
<td>175</td>
<td>Skinnerjeva teorija instrumentalnega pogojevanja</td>
</tr>
<tr>
<td>176</td>
<td>Ljudje nimajo svobodne volje</td>
</tr>
<tr>
<td>177</td>
<td>Uporaba instrumentalnega pogojevanja – izbirna vsebina</td>
</tr>
<tr>
<td>178</td>
<td>Kaj je osebnost</td>
</tr>
<tr>
<td>179</td>
<td>Vrednotenje vedenjskih teorij osebnosti</td>
</tr>
<tr>
<td>180</td>
<td>Humanistične teorije osebnosti (I. Dogša)</td>
</tr>
<tr>
<td>181</td>
<td>Teorija Abrahama Maslowa</td>
</tr>
<tr>
<td>183</td>
<td>Samoaktualizacija</td>
</tr>
<tr>
<td>184</td>
<td>Teorija Carla Rogersa</td>
</tr>
<tr>
<td>185</td>
<td>Jaz ali samopodoba</td>
</tr>
<tr>
<td>186</td>
<td>Pogoji osebnostne rasti</td>
</tr>
<tr>
<td>187</td>
<td>H klientu ali k osebi usmerjena terapija – izbirna vsebina</td>
</tr>
<tr>
<td>188</td>
<td>Vrednotenje humanističnih teorij osebnosti</td>
</tr>
<tr>
<td>189</td>
<td>Kognitivne teorije osebnosti (T. Vec)</td>
</tr>
<tr>
<td>190</td>
<td>Teorija atribucije – izbirna vsebina</td>
</tr>
<tr>
<td>191</td>
<td>Vrednotenje kognitivnih teorij osebnosti</td>
</tr>
<tr>
<td>192</td>
<td>Inteligentnost (A. Kompave)</td>
</tr>
<tr>
<td>191</td>
<td>Merjenje inteligentnosti in razlike med ljudmi</td>
</tr>
<tr>
<td>193</td>
<td>Merjenje inteligentnosti</td>
</tr>
<tr>
<td>194</td>
<td>Značilnosti testov inteligentnosti</td>
</tr>
<tr>
<td>195</td>
<td>Medosebne in medskupinske razlike v inteligentnosti</td>
</tr>
<tr>
<td>196</td>
<td>Vpliv dednosti in okolja na inteligentnost</td>
</tr>
<tr>
<td>197</td>
<td>Razlike med skupinami v izmerjeni inteligentnosti</td>
</tr>
<tr>
<td>198</td>
<td>Teorije inteligentnosti</td>
</tr>
<tr>
<td>199</td>
<td>Thurstonova teorija inteligentnosti</td>
</tr>
<tr>
<td>200</td>
<td>Novočeške teorije inteligentnosti</td>
</tr>
<tr>
<td>204</td>
<td>Razvoj osebnosti</td>
</tr>
<tr>
<td>204</td>
<td>Temeljni dejavniki razvoja (A. Kompave)</td>
</tr>
<tr>
<td>206</td>
<td>Prepletanje vplivov dednosti in okolja (I. Dogša)</td>
</tr>
<tr>
<td>207</td>
<td>Razvojna obdobja</td>
</tr>
<tr>
<td>208</td>
<td>Prenatalno ali predrojstveno obdobje</td>
</tr>
<tr>
<td>208</td>
<td>Obdobje otroštva</td>
</tr>
<tr>
<td>210</td>
<td>Razvoj čustvene navezanosti – izbirna vsebina</td>
</tr>
<tr>
<td>212</td>
<td>Obdobje adolescence ali mladostništva</td>
</tr>
<tr>
<td>213</td>
<td>Odraslost</td>
</tr>
<tr>
<td>214</td>
<td>Kriza srednjih let – izbirna vsebina</td>
</tr>
<tr>
<td>215</td>
<td>Pozna odraslost ali starost</td>
</tr>
<tr>
<td>216</td>
<td>Erik Erikson: psihosocialni razvoj (M. Stražišar)</td>
</tr>
<tr>
<td>223</td>
<td>Osem stopenj psihosocialnega razvoja</td>
</tr>
<tr>
<td>223</td>
<td>Duševne motnje in samomor (A. Kompave)</td>
</tr>
<tr>
<td>223</td>
<td>Duševne motnje – izbirna vsebina</td>
</tr>
</tbody>
</table>
Učbeniku
Psihologija. Spoznanja in dileme
na pot


Učbenik je problemsko naravnan; poudarek je na uporabnosti psihologije v vsakdnah življenjskih okoliščinah. Temeljni vsebin so protiutež premiljeno 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 zaključujejo seznam uporabljene literature, slovar razloženih strokovnih pojmov in stvarno kazalo. Teoretična osnova in izpeljane ali dopolnjene dejavnosti, primeri, raziskave, zanimivosti ustvarjajo problemsko naravnanost, 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
PSIHOLOJIJA KOT ZNANOST

I. del:

12 PREDMET IN RAZVOJ PSIHOLOGIJE

17 METODE V PSIHOLOGIJI

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

- da na vedenje in doživljanje ljudi lahko vplivajo pričakovanja drugih, npr. učenci, od katerih učitelj pričakuje več, postanejo tudi dejansko bolj učno uspešni – ta pojav imevujemo učinek pričakovanja (več preberite na str. 196),
- da je hitrost in verjetnost pomoči očetvi nevreče 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 stopnji 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.

---

**1. PREDMET IN RAZVOJ PSIHOLOGIJE**

**PREДMET PSIHOLOGIJE**

Psihologija je znanost, ki proučuje duševne procese, vedenje in osebnost. Duševni procesi so notranji procesi, ki potekajo v določenem časovnem osklenju 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 podpira 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 nasprotnem 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 opažanj, 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 sistemično izvedeno raziskavo preverijo. Če rezultati potrjujejo hipotezo, je teorija podprta z znanstvenimi dokazi, sicer moramo teorijo ovреči 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 (*pri. po Musek, 2005*)

<table>
<thead>
<tr>
<th>Načela</th>
<th>Opis načela</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Utemeljenost</td>
<td>Znanstvena spoznanja morajo biti utemeljena z logičnimi pojasnitvami in rezultati raziskav. Osebna prepričanja, posamezni primeri, sklicevanje na avtoriteto ne veljajo za znanstvene utemeljitve.</td>
</tr>
<tr>
<td>Objektivnost</td>
<td>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.</td>
</tr>
<tr>
<td>Sistemičnost</td>
<td>Znanstvena spoznanja morajo biti pridobljena na metodičen, načrten način. Biti morajo ponovljena in verificirana oz. potrjena.</td>
</tr>
</tbody>
</table>

**Slika 1.2:** Model znanstvene metode, ki jo uporabljajo psihologi

Kot vsaka znanost ima tudi psihologija svoj predmet, raziskovalne metode in tehnike ter cilje, ki jih skuša doseči. **Predmet znanosti** je področje, ki ga do-ločena 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**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Znanost</th>
<th>Podobnosti</th>
<th>Razlike</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Filozofija</td>
<td>Obe znanosti postavljata vprašanja o spoznavanju, o etiku in morali, o govoru in jeziku; iščeta odgovore glede svobode in determiniranosti človeka ipd.</td>
<td>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 ...</td>
</tr>
<tr>
<td>Biologija</td>
<td>Obe znanosti proučujeta človeka, npr. strukturo in delovanje živčnega sistema, možganska središča, gene in dedovanje.</td>
<td>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.</td>
</tr>
<tr>
<td>Sociologija</td>
<td>Obe znanosti proučujeta človeka kot družbeno bitje.</td>
<td>Sociologijo bolj zanima delovanje večjih skupin in družbe kot celote, psihologijo pa posameznik, njegova interakcija z drugimi ljudmi, struktura in dinamika manjših skupin.</td>
</tr>
</tbody>
</table>

**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 pojasnjajmo dejavnike, ki vplivajo na posamezni duševni pojav (duševni proces, lastnost); pojasnjajmo interakcije med njimi; razlagamo potek in razvoj duševnih procesov. Npr. raziskujemo situacijske (nenadne življenjske spremembe, vsakodnevnke skrbi) in osebno-stne dejavnike (osebnostna 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.


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 se vedno vplivajo povsem naključni 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 zanjo prizadevati (psiholog lahko le ustvarja pogoje, usmerja in olajšuje spremembanje), druga težava pa je v napornosti in dolgotrajnosti spremembanja nekaterih navad in osebnostnih lastnosti, tudi ko je sprememba zaželena.

**PANOGE PSIHOLOGIJE**

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 mejí na sociologijo). Nekatere so usmerjene predvsem k pridobivanju novih spoznanj, zato jih imenujemo teoretične panoge. Pri drugih pa je pomembnejša uporaba pridobljenih spoznanj na različnih področjih človeške dejavnosti in pridobivanje spoznanj, kako temeljna psihološka spoznaja 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 obdobij.
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 očiščev 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 spoznavanj v koristne namene.

- Psychologija dela uporablja psihološka spoznanja na področju dela. Utkaja 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. Utkaja 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 samozupanja, doseganje maksimalne zbranosti na tekmovanjih, pri ekipnih športih za učinkovito delovanje ekip ...

Slika 1.3: Športna psihologija je uporabna pa-noga psihologije, ki se v razvitem svetu vse hitreje razvija. Za vrhunske športne rezultate je poleg telesne pripravljenosti izjemnega pome-na tudi psihična pripravljenost. (Dela, 7. 4. 2005)

Teoretične in uporabne panoge so med seboj tesno povezane. Psihologi, zaposljeni na različnih področjih, uporabljajo pri svojem poklicnem delu spoznanja različnih teoretičnih panog ter tudi spoznanja uporabne panoge, znotraj katere so zaposleni.
Povzamemo lahko, da skušajo psihologi znanstveno raziskati vsakše tako majhen del človeškega doživljavanja in vedenja. Predmet in cilj psihologije je pravzaprav to, po čemer bolj ali manj težimo vsi: razumeti sebe in druge ljudi. Psihologi lahko le pritrídijo 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.

**PREMVER**: 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 znanjševanju agresivnega vedenja mladostnikov ali pri razvijanju komunikacijskih veščin učiteljev. S poznavanjem obči psihologije bo lahko svetoval učencem in sodelavcem pri odpravljanju skodljivih učinkov stresa, konstruktnivom soočanju z obremenitvami, prepoznavanju in odpravljanju učnih težav ipd.

**RAZVOJ PSIHOLOGIJE**


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 ocitali uporabo introspekcije, ki ne more biti povsem objektivna in preverljiva metoda.

**PSIHOLOŠKE SMERI**

**DEJAVNOST**


Kako bi pojasnili svoje agresivno vedenje vi?

V navedenih ugotovitvah prijateljev se (v poenostavljeni obliki) izražajo razlage človeškega doživljanja in vedenja različnih **psihoških smeri**, ki so se oblikovale v psihologiji zaradi kompleksnosti njenega predmeta proučevanja. Med najbolj vplivnimi so psicoanaliza, 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**

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

Nezavedno tvorijo **potlačene vsebine**, tj. vse tisto, kar smo izirinili 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 spodrsjaje v govoru, branju, pisanju ali dejanjih, npr. ko se nam zareče, ko se nepadoma 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 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 (proučevanj posameznikov), izdelal pa je tudi posebne tehnike, s katerimi je lahko raziskoval nezavedno: proste asociacije in analizo sanj.

Vpliv psychoanalize je bil (v okviru psihologije) najmočnejši na področju psihoterapije pa tudi na področju razvojne psihologije in psihologije osebnosti. Uveljavljene so bile psychoanalitične 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 poznalan o duševnem delovanju prehitro posposočeval iz proučevanja manjšega števila posameznikov. Psychoanaliza 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 psychoanalitiki. 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 psychoanalize, ki naj bi bila pretirano osredotočena na spolnost. (Pečjak, 1983, str. 327)

**Zanimivost**

Številni psychoanalitični 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**

Behaviorizem ali vedenjska smer

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 razumejo le kot oblike vedenja, ki ga je šele treba pojasniti.


**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, samoactualizacija (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 njihovemu 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 posameznikov zavesno doživljanje sveta. Pomembno se jim je namreč zdelo poglabljeno 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.


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. Vedenejo 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 skusa Vid dekle očarati, bo ljubosumnna in morda bo odšla z zabave ali se z Vidom spra; 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.

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: psihanalize, behaviorizma, humanistične in kognitivne smeri

<table>
<thead>
<tr>
<th>Psihološka smer in pomembni predstavniki</th>
<th>Predmet proučevanja</th>
<th>Metode proučevanja</th>
<th>Prednosti</th>
<th>Pomanjkljivosti</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Psihoanaliza</td>
<td>nezavedno, dinamika in struktura duševnosti; razvoj osebnosti; oblikovanje identitete</td>
<td>klinično opazovanje, študije primerov, tehnike proste asociacije in analiza sanj</td>
<td>raziskovanje nezavednega; poudarjanje dinamike duševnosti; proučevanje razvoja osebnosti</td>
<td>pretirano poudarjanje nezavednega in seksualnosti; uporaba subjektivnih metod</td>
</tr>
<tr>
<td>S. Freud</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>C. G. Jung</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>E. Erikson</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>
## Predmet in Razvoj Psihologije

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

## Dejavnost

Kateri od prijateljev, ki so se pogovarjali o agresivnem vedenju, je zagovarjal stališča po-samezne 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 Psihologije v Sloveniji

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


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

---

**POVZETEK**

Psihologija pridobiva spoznanja z znanstveno metodo: znanstveniki iz opažanj, izkušenj ali obstoječih spoznanj razvijajo 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 opisanje pojava, ki nas zanima, drugi cilj je razlaga (odkrivanje in pojasnjevanje dejavnikov, ki vplivajo na določen pojav), brez katere bi težko doseglj tretji in četrti cilj: napovedovanje in nadzorovano spreminjanje.

Psihologija je izkustvena ali empirična znanost, ki proučuje pojav, 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 psychoanaliza, vedenjska, humanistična in kognitivna smere. 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 dosegati? 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.


4. Pojasnite trditev: »Psihologija ima dolgo preteklost in kratko zgodovino«.

5. Opišite psychoanalizo in humanistično smer v psihologiji ter navedite najpomembnejše predstavnike ene in druge smeri.
   - Presodite in pojasnite razlike med obema smerema.

PREBERITE