



# OSNOVE PSIHOLOGIJE

doc. dr. Kristijan Musek Lešnik

12. predavanje  
8.1.2015



Zgodnja “prava” psihologija,  
prve smeri psihologije:

**STRUKTURALIZEM IN  
FUNKCIONALIZEM**



# Nastanek in prve smeri psihologije

- Novo rojstvo psihologije
- Wundt in strukturalizem
- Strukturalizem po Wundtu
- Würzburška šola
- Druge eksperimentalne šole
- Neeksperimentalne usmeritve
- James in funkcionalizem
- Funkcionalizem po Jamesu
- Pavlov, refleksologija in objektivizem



# Novo rojstvo psihologije

- Psihologija kot samostojna znanost
  - Empirična psihologija
- Akademska promocija psihologije
  - Wundt
    - Laboratorij (1876), katedra, inštitut (1879)
    - James
    - Laboratorij, pouk na univerzi
- Psihologija - otrok več očetov
  - Wundt, James, Pavlov, Freud



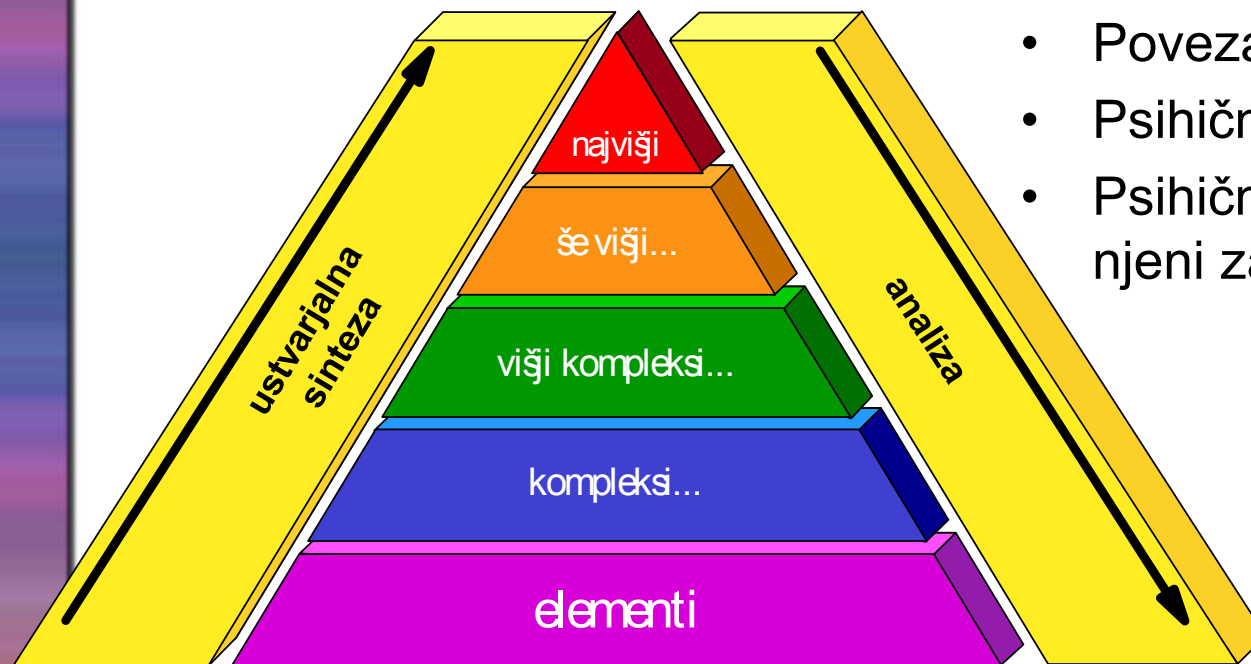
# Wundt in strukturalizem

- Wilhelm Wundt (1833-1920)
- Programske osnove
  - Psihologija kot znanost o neposrednem izkustvu
  - Eksperimentalna metoda
  - Introspektivni eksperiment
- Delitve psihologije
  - Individualna, socialna (prva eksperimentalna, druga duhoznanstvena)
  - nižji in višji psihični procesi
  - Deskriptivna (ideje, objekt), eksplanatorna (volja, subjekt)
    - voluntarizem



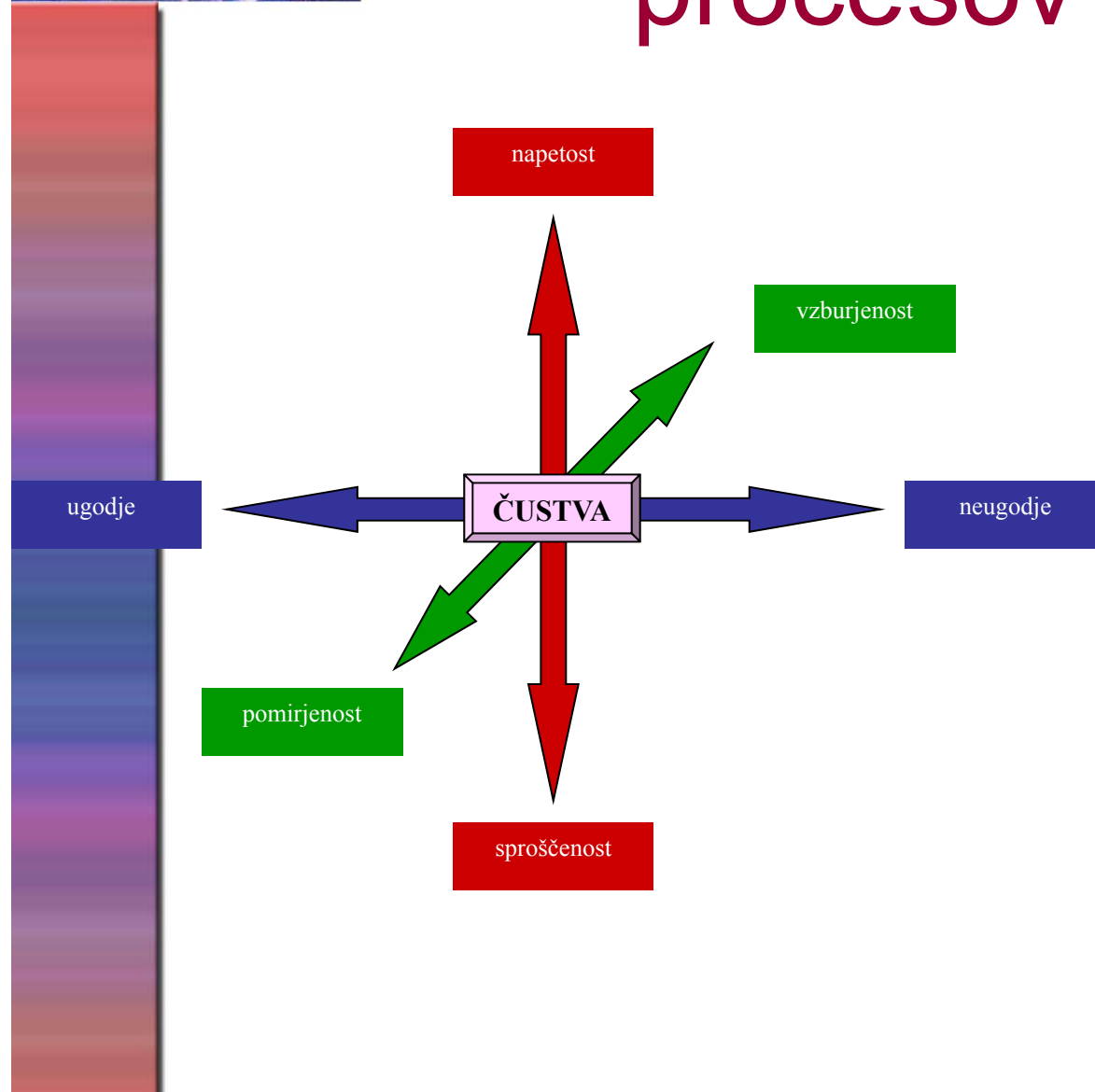
# Logika strukturalizma

- Psihični elementi
  - analiza
- Psihični kompleksi
  - združevanje elementov
  - ustvarjalna sinteza
- Povezave med kompleksi
- Psihični razvoj
- Psihična vzročnost in njeni zakoni





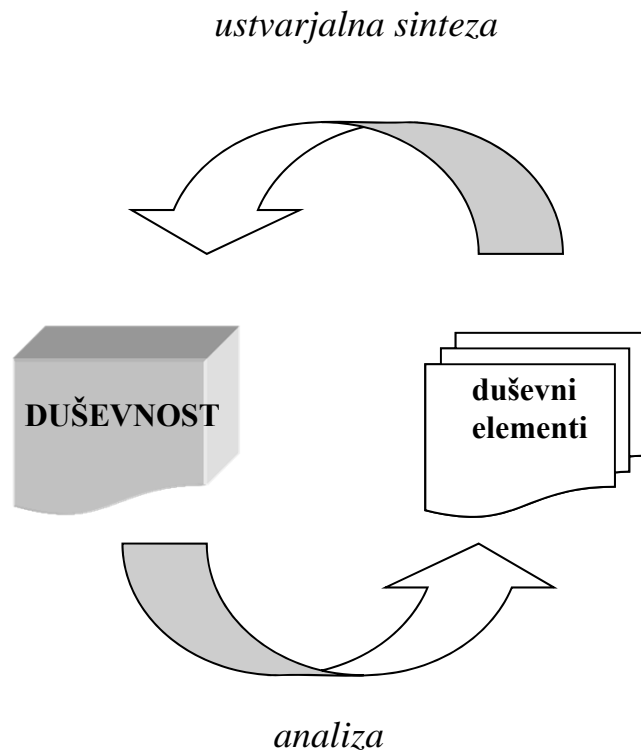
# Analiza psihičnih procesov in vsebin



- Občutki
- Percepcija in apercepcija
- Čustva
  - počutki
  - 3D teorija čustev
- Mišljenje
  - Predstave
  - Asociacije
  - miselnih procesov ni mogoče eksperimentalno raziskovati



# Ustvarjalna sinteza



- Povezovanje elementov v višje celote
- Načelo psiholoških odnosov
- Načelo psiholoških kontrastov
- Načelo razvoja proti nasprotjem
- Načelo heterogenosti ciljev
- Načelo duševne rasti





# Voluntarizem

- Volitivni procesi
  - volja povezuje elemente v komplekse
- Psihološka vzročnost
  - delovanje volje, subjekta
  - volja determinira naše zavestno dogajanje
  - ta determinacija je kreativna, čeprav ni svobodna
    - izidov ni mogoče natanko napovedovati

**naravoslovje**

**abstrahira subjekt**

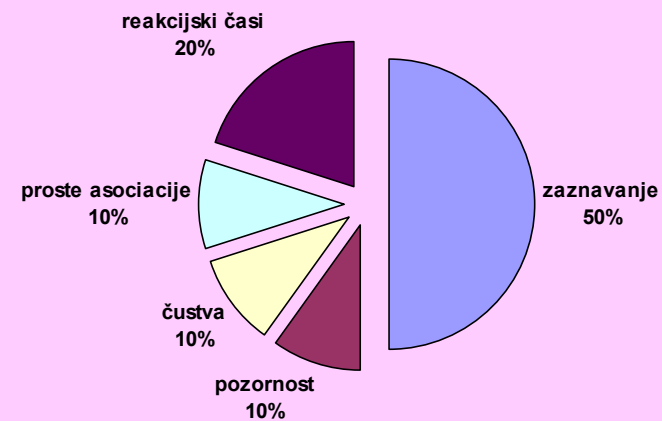
**psihologija**

**proučuje subjekt**



# Razvijanje metode

- Introspektivni eksperiment
  - Trening subjektov
  - Rafinacija
  - Temeljna načela
- Kritike





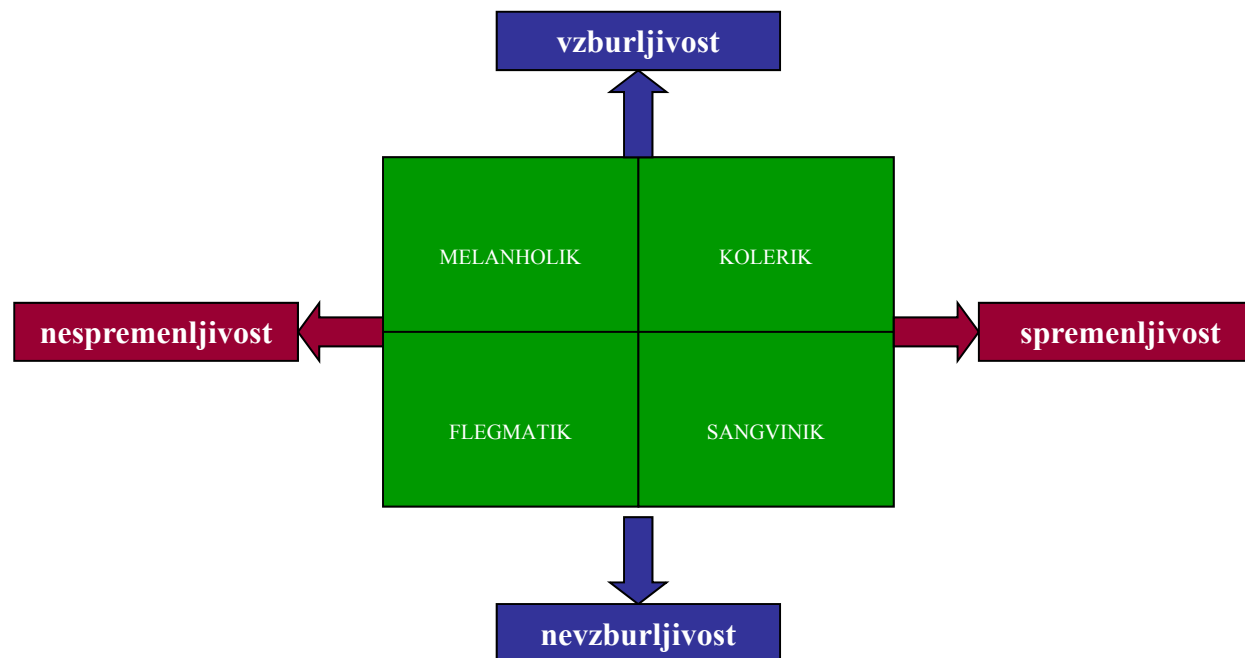
# Načela in kritike introspekcije

- opazovanje se mora nanašati na definirano izkustvo, opazovalec mora vedeti, kaj bo opazoval, kdaj se bo opazovani pojav začel in kdaj končal;
- opazovalec mora vzdrževati ustrezen nivo pozornosti;
- opazovani pojav mora biti ponovljiv in
- opazovani pojav mora biti variabilen, spremenljiv (da se lahko z njim eksperimentalno manipulira).
- samoopazovanje ni zanesljivo;
- samoopazovanje ni objektivno, med opazovalci ni zadostne skladnosti;
- instrukcije in trening introspekcije ustvarjata pristranosti in naravnosti;
- pri introspekciji gre dejansko za retrospekcijo;
- zavest ne more opazovati sama sebe;
- introspekcija spreminja objekt opazovanja.



# Drugi Wundtovi prispevki

- Psihologija osebnosti
  - Razlaga temperamenta
- Psihologija ljudstev





# Strukturalizem po Wundtu

- Edward B. Titchener (1867-1927)
  - Zadnji klasični strukturalist
    - Abstraktne “predstave”
- Felix Krueger
  - Wundtov naslednik
  - Druga leipziška šola
    - Krueger, Sander, Volkelt
  - Celostne strukture
    - Navznoter razčlenjene celote
  - Doživljajski tipi
    - celostni
    - fragmentni
    - integrirajoči



# Druge eksperimentalne šole

- Hermann Ebbinghaus
  - Učenje, spomin, pozabljanje
- G. E. Müller
- Carl Stumpf



# Würzburška šola

- Predstavniki
  - Oswald Külpe
  - Karl Marbe
  - Karl Bühler
  - Narziss Ach
- Brezpredstavne misli
  - elementi mišljenja niso nazorni
  - misli, ne predstave
- Determinacijske tendence



# Neeksperimentalni centri psihologije

- Franz Brentano in psihologija akta
  - Akti, intencionalnost
- Alexius von Meinong
  - Graška šola
  - Predmetna psihologija
  - France Veber





# James in funkcionalizem

- William James (1842-1909)
- Temeljna izhodišča
  - Evolucionizem
  - Pragmatizem
  - Radikalni empirizem
- Okvir psihologije
  - Funkcionalna orientacija
    - Funkcija je pomembnejša od strukture



# Jamesov psihološki sistem

- Navada
- Tok zavesti
- Emocije
- James Langejeva teorija čustev
- Volja

zdravi razum	James & Lange
dražljaj	dražljaj
čustvo	reakcija
reakcija	čustvo



# Watsonova teorija emocij

- Watson
  - opazljiv vzorec odzivov, ki ga povzročijo okoljski dražljaji
  - kaotičen, malo prilagojen v odnosu do okolja - v primerjavi z instinkti
- Pogojevanje - izvor fobij?
- Seligman (1970)
  - evolucijska pripravljenost (preparedness) na določene dražljaje
    - npr. odprt prostor, temo, kače, pajke...
    - ne pa na druge nevarnosti, npr. avtomobile, električne vtičnice, rože, gobe...

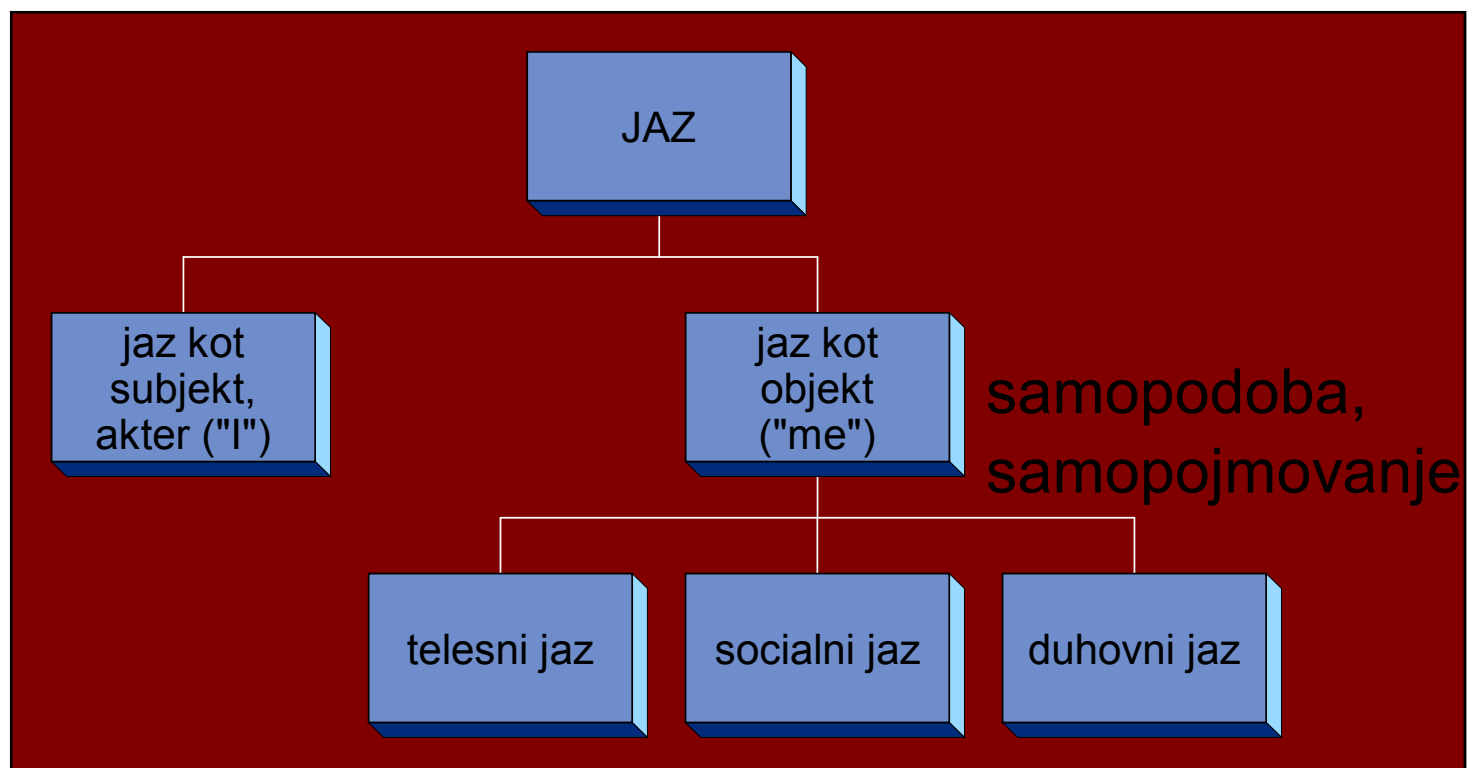


# Mali Albert in naučene emocije

- trije vrojeni emocionalni odzivi
  - strah
  - jeza
  - ljubezen
- Watson, Rayner, 1920: mali Albert
- s pogojevanjem naučene emocionalne reakcije
  - zajček, zanimanje
  - zvok, jok
  - zajček, zvok
  - zajček, strah (jok)
  - reakcija trajala mesec dni
  - generalizacija reakcije
- mali Peter - dekonicioniranje strahu (Mary Cover Jones, 1924)
- etični pomisleki



# Teorija jaza





# Drugi Jamesovi prispevki

- Mostovi k behaviorizmu
  - Kritika pojma zavesti
  - Pragmatizem in instrumentalizem
- Mostovi k humanistični in transpersonalni psihologiji
  - Teorija jaza
  - Teorija religije in religijskega izkustva



# Funkcionalizem po Jamesu

- Stanley Hall
  - Med strukturalizmom in funkcionlaizmom
- Čikaška šola
  - Angell, Carr
  - Dewey
- Robert S. Woodworth



# PSIHOANALIZA







# Psihoanaliza

- Freud: psihoanalitska teorija
- Adler: individualna psihologija
- Jung: analitična psihologija
- Neoanalitski modeli
- Egopsihologija
- Lacan: strukturalna psihoanaliza



# Skupna in sporna obeležja psihoanaliza

- Psihodinamski temelj osebnosti
  - energija, goni
- Topologija in sloji duševnosti
  - nezavedni procesi in motivi
- Strukturni in razvojni vidiki
  - osebnostna strukturacija
  - razvojne faze
- Izvori nevroz in drugih motenj
  - travme
  - obrambni mehanizmi
  - nevrotski simptomi
  - psihoterapija
- Sporna področja
  - kavzalnost - finalnost
  - individualno - kolektivno
  - temeljni goni, potrebe in motivi
  - vloga socialnih faktorjev
  - vloga jaza
  - strukturiranost osebnosti



# Freudova psihoanalitska teorija

- Energetika
- Dinamika
- Topika
- Stuktura
- Genetika
- Teorija nevroz
- Psihoanalitska terapija
- Teorija kulture

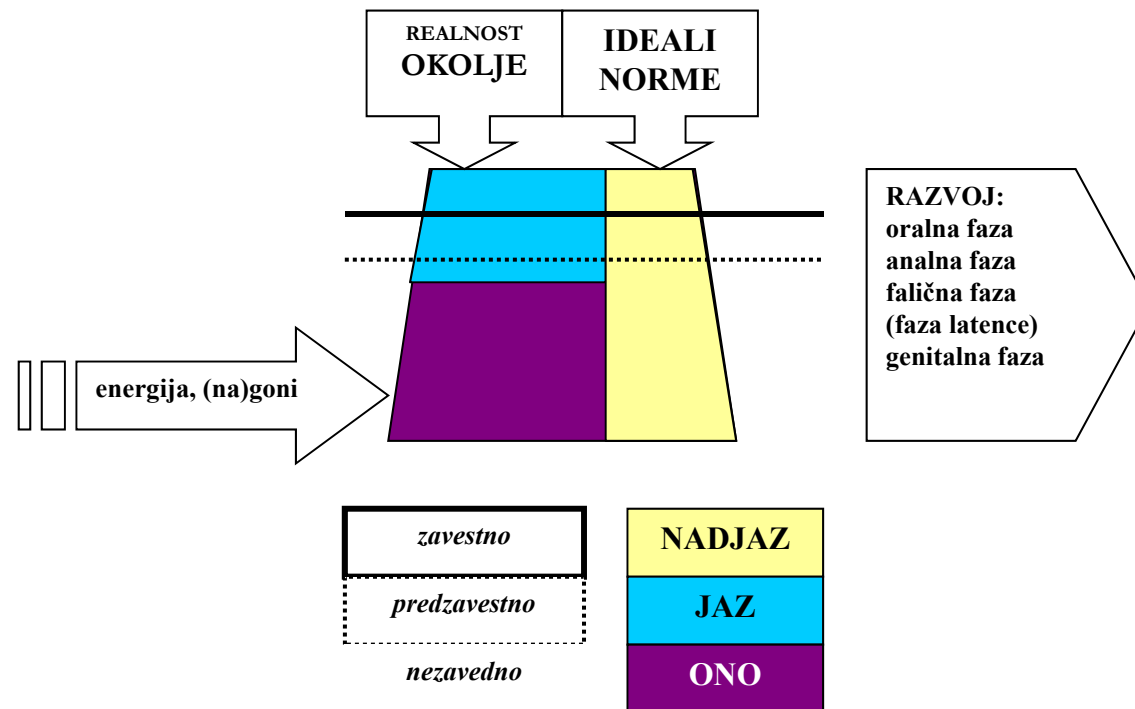


# Razvoj Freudovih pojmovanj

- Problem: psihični izvor telesnih težav (histerija)
- prvi poskusi
  - kako najti dostop do nezavednega
  - hipnoza (Charcot)
  - katarza (Breuer)
    - “očiščenje”, še pogosteje **odpor**
    - seksualne vsebine
    - potlačevanje
    - travme, kompleksi, odreagiranje
  - presija
    - prosti tok asociacij
- oblikovanje psihoanalitske terapije
  - asociiranje
  - analiza sanj
  - interpretiranje
    - premagovanje odporov in transfera
    - ozaveščanje
- teorija ob terapiji
  - teorija nevroz
- teorija kmalu prerase terapijo
  - civilizacija, kultura



# Celostni model Freudove teorije

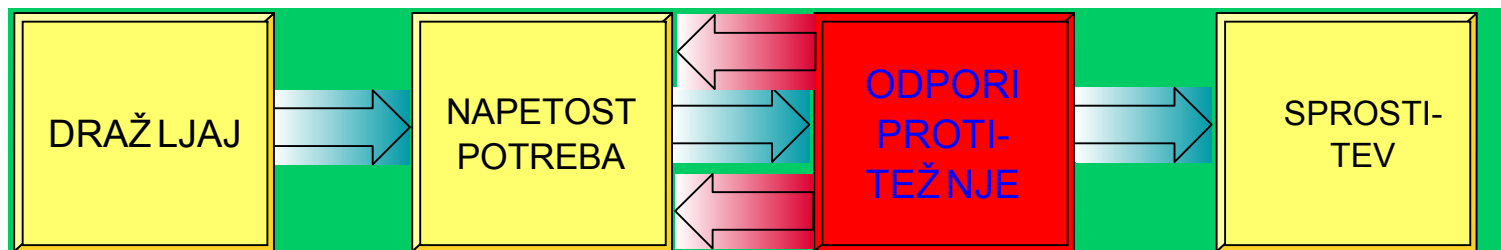


ENERGETIKA DINAMIKA TOPIKA STRUKTURA GENETIKA



# Energetika in dinamika

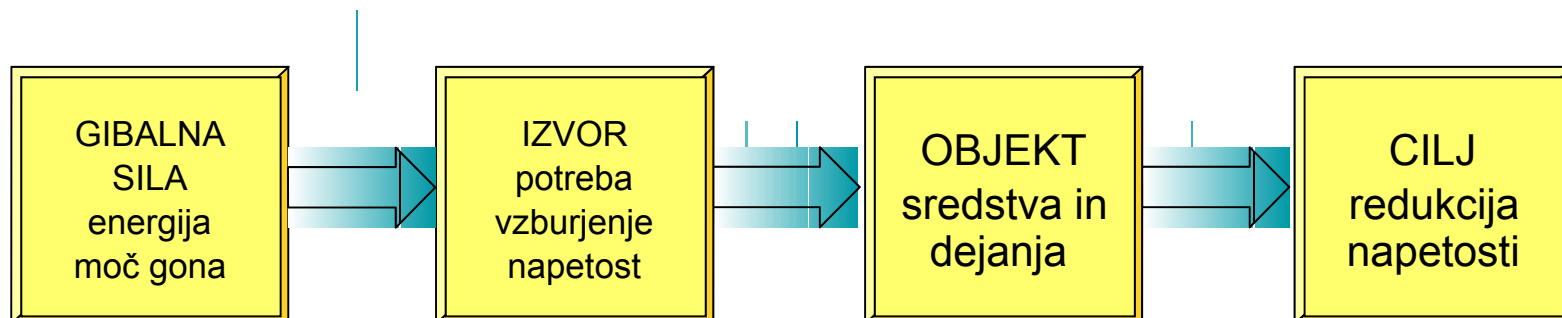
- Energija je potencial vsega delovanja
- Goni – evolucijski mehanizmi, ki urejajo izrabo in usmerjanje energije v organizmu
- Temeljni gonski mehanizem deluje po principu refleksnega loka
  - dražljaj
  - napetost
  - sprostitvev
- Redukcija potrebe, homeostaza (prim. Bernard, Pavlov, Hull)
- Odpori, protitežnje





# Dinamika: spolni gon, libido

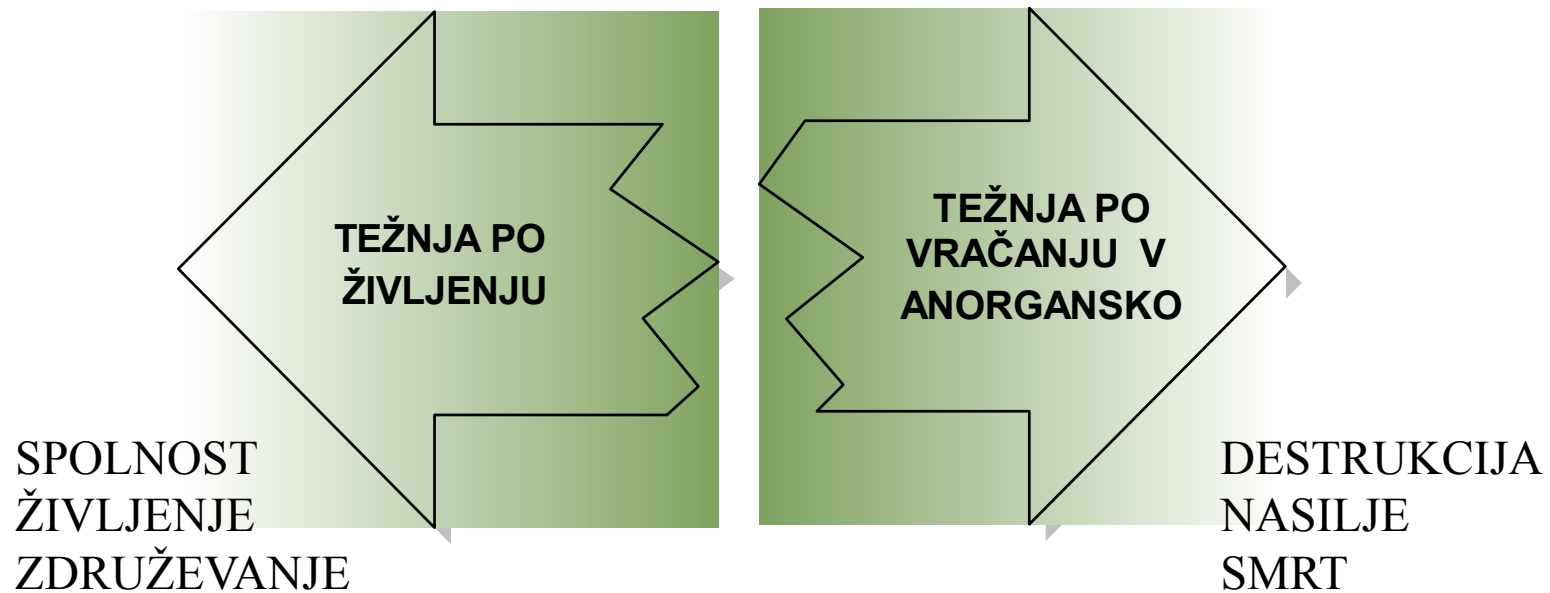
- Gon kot potreba in želja
  - fiziološki vidik (potreba)
  - psihološki vidik (želja)
- Funkcije gona
  - pobujevalna, usmerjevalna, vračanje v prejšnje stanje
- Prvine motivacijske situacije
  - gibalna sila, izvor, objekt, cilj
- Velika vloga spolnosti pri človeku
- Libido





# Eros in thanatos

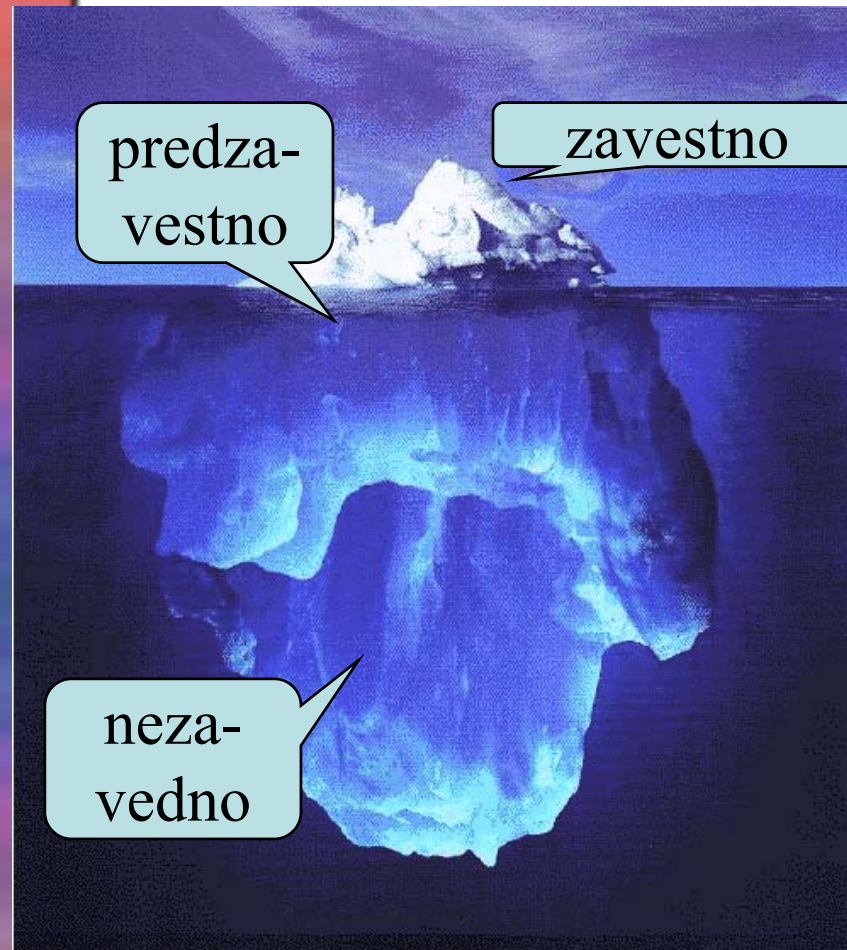
- prva in druga teorija dinamike
- problem agresivnosti
- Eros in thanatos







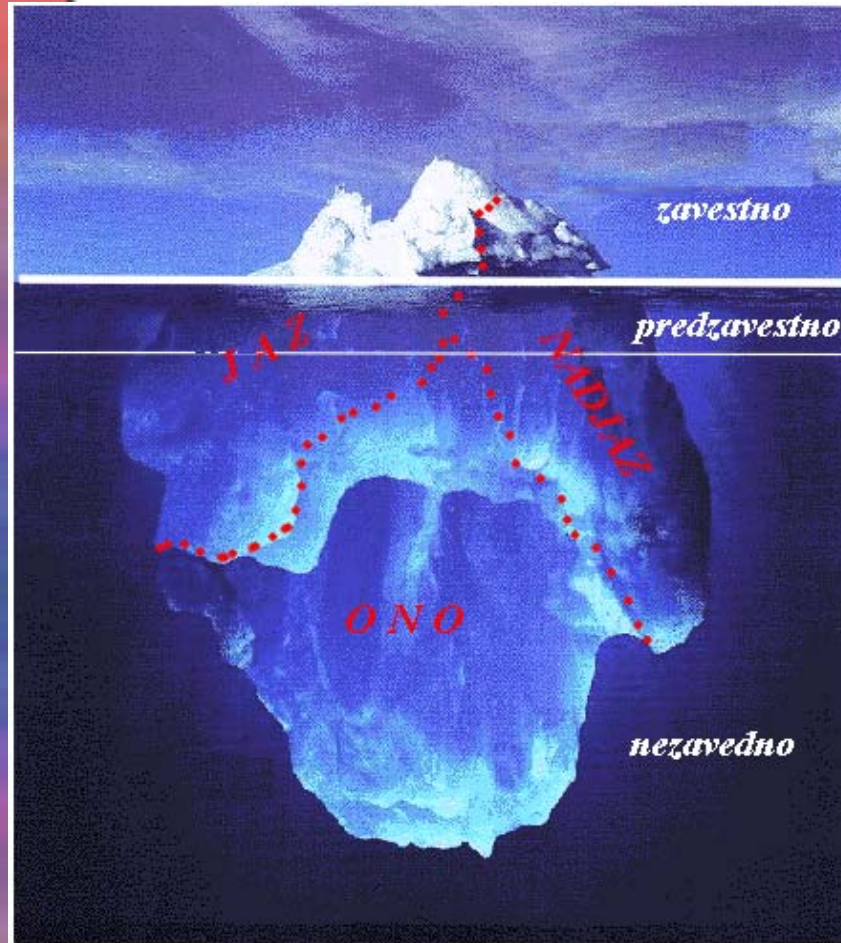
# Topika



- prvotni del duševnosti ostane nezaveden
  - duševni “staroselci”
  - temu se pozneje pridruži potlačeno
- del duševnosti postane transparenten
  - omogoča nam zavedanje realnosti
- del duševnosti je potencialno zavesten
- metafora ledene gore



# Struktura



- instance (strukture) duševnosti in osebnosti
  - id, ono (prvotna, neorganizirana, totalno nezavedna)
  - ego, jaz (poskrbi za stik z realnostjo, se prilagaja realnosti)
    - cenzura, odpor, obrambni mehanizmi
  - superego, nadjaz (ponotranji moralne norme)
    - vest
    - ego ideal
- konfliktnost instanc

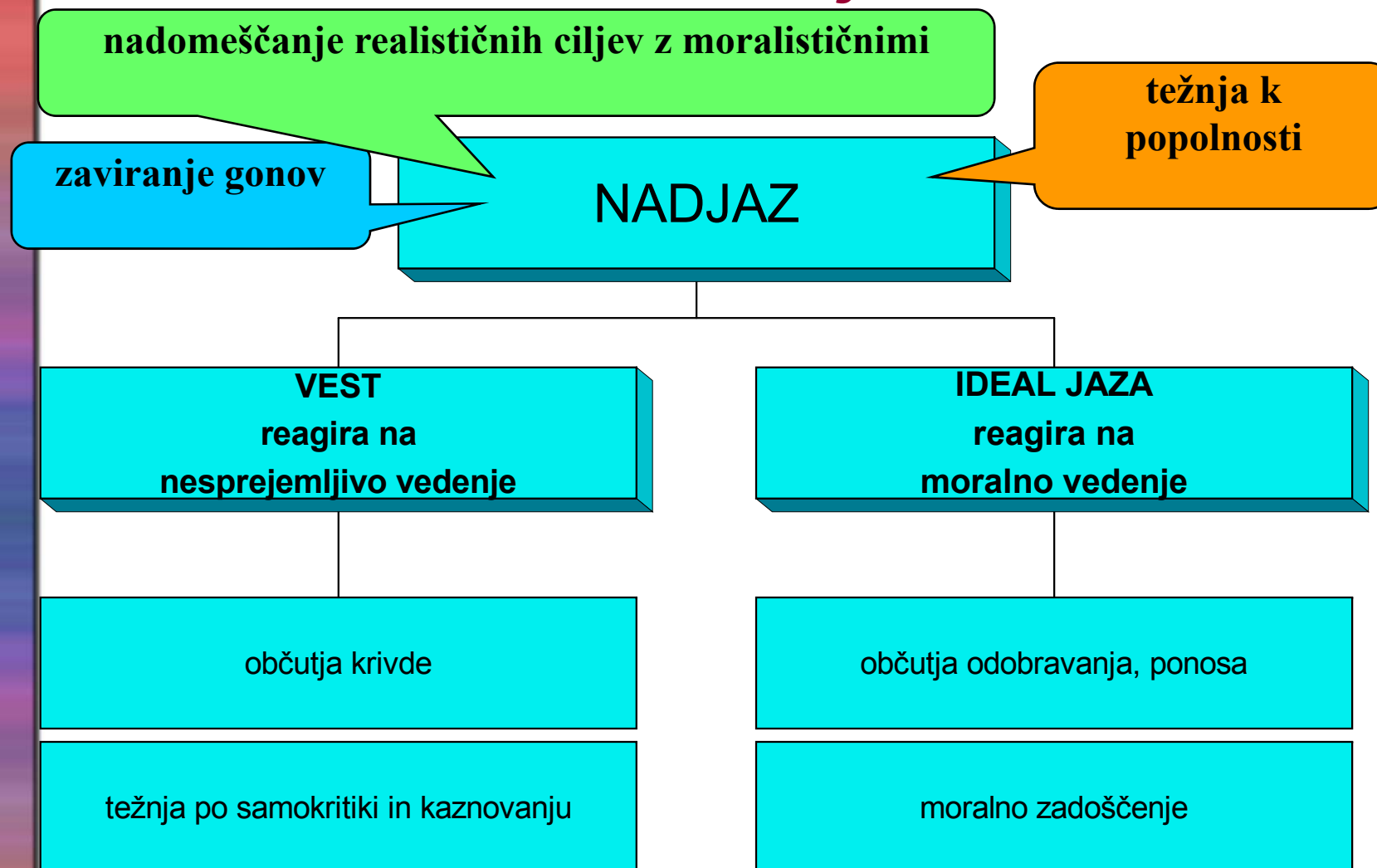


# Nadjaz – vest po Freudovo

- zahteve in pritiski okolja
- prvotno so drugi nosilci teh zahtev
- postopno se oblikuje nova struktura duševnosti, ki prevzame vlogo nosilca norm
  - oblikuje se predstava o idealnem (jaz-ideal in idealni jaz)
  - ta se ponotranji
  - se odziva na gonske impulze onega
    - “kritika”, občutja sramu in krivde
    - spodbuja jaz k potlačevanju in drugim obrambnim manevrom
  - ob strogi in moralistični vzgoji lahko postane nadjaz “tiranski”: stalen izvor občutij krivde in samorazvrednotenja



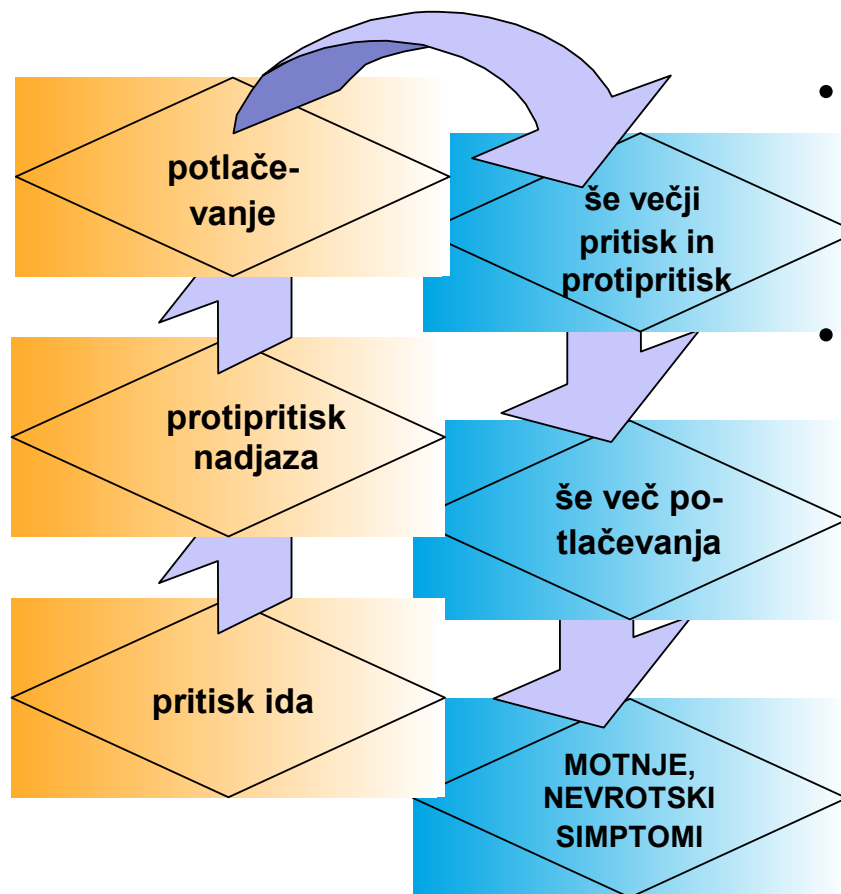
# Sestavine in funkcije nadjaza







# Odnos med tremi strukturnimi instancami



- Ono je primarna, jaz je sekundarna instanca
  - jaz črpa energijo od onega (analogija konja in jezdeca)
- Manevriranje jaza na dveh frontah
  - “trije hudi gospodarji”: ono, zunanja realnost in nadjaz
  - začarani krog: pritisk, protipritisk, potlačevanje, še hujši pritisk...
  - možnost razvoja nevroze

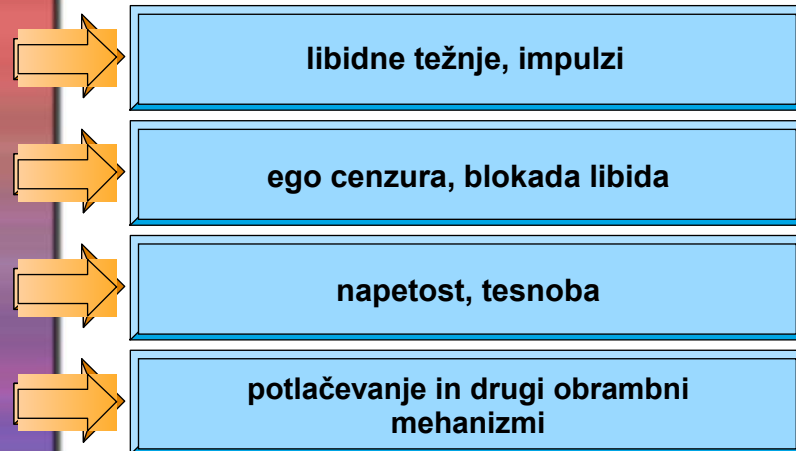


# Genetika: faze psihoseksualnega razvoja

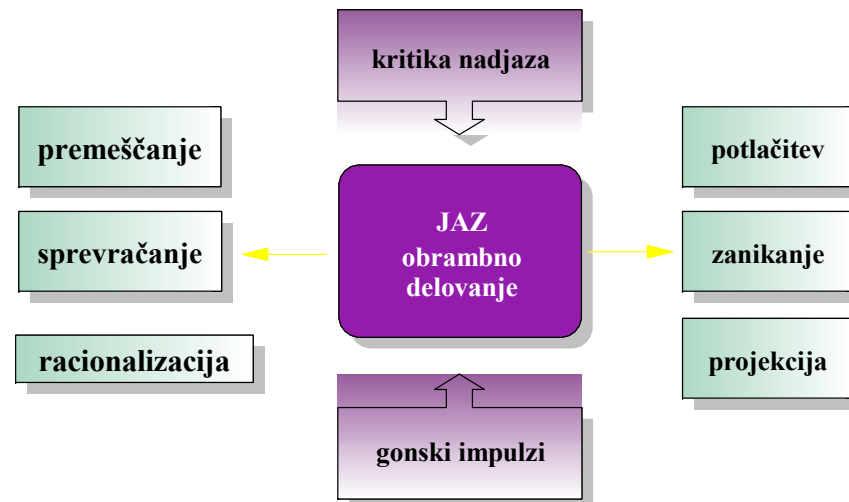
FAZE	SMER LIBIDA
oralna	usta
analna	anus
falična	falos, klitoris
latenca	prehodno
genitalna	zrela spolnost



# Obrambno delovanje jaza



- Boj jaza na dveh frontah
- Obrambno manevriranje





# Glavni obrambni mehanizmi

Obrambni mehanizem	Opis	Primer
<i>potlačitev</i>	potiskanje psihičnih vsebin v nezavedno	blokada impulza, preden se ga zavemo
<i>zanikanje</i>	odklanjanje, nepriznavanje zaznanega	"saj ni nič hudega", "nič hudega nisem mislil"
<i>projekcija</i>	pripisovanje lastnih negativnosti drugim	"ženske so nezveste", "poglej nasilno mladino"
<i>introjektivacija</i>	pripisovanje tujih pozitivnih lastnosti sebi	otrok reagira na pohvalo z besedami "saj sem že velik"
<i>premešitev</i>	premeščanje gonskega impulza od prvotne k drugi osebi	otrok prenese potlačene sovražne impulze do staršev na druge osebe
<i>sprevracanje</i>	preoblikovanje impulza v nasprotje	ponižno obnašanje do šefa, ki ga nezavedno sovražimo
<i>racionalizacija</i>	opravičevanje neuspeha z izgovori	"nič zato, če me odriva, saj tako ni dovolj dober zame"





# Nevroze in nevrotski značaji



- Psihična travma
- Fiksacija in regres
- Masovno potlačevanje
- Nevrotski začarani krog
- Nevrotski simptomi
  - Hidravlični model
- Nevrotski značaj



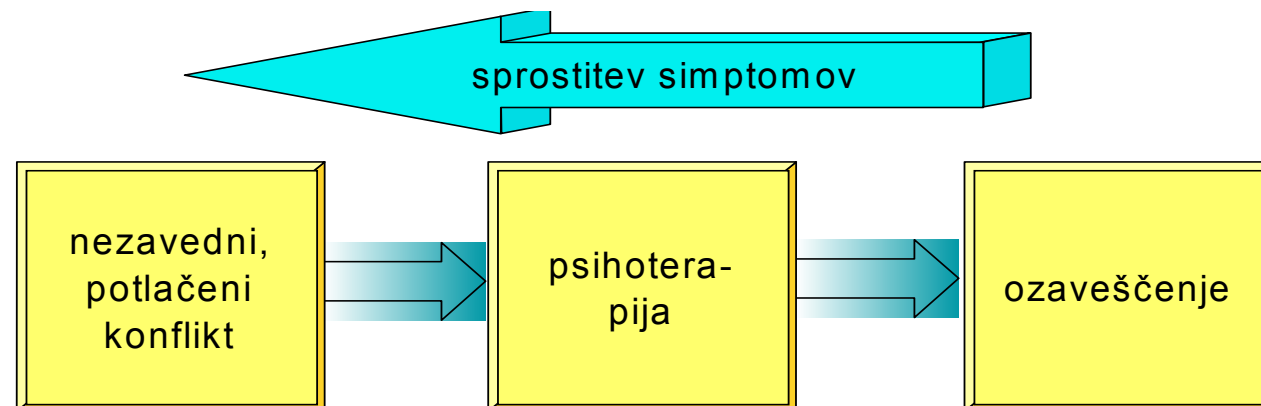
# Tipi nevroz in nevrotskega značaja

obdobje fiksacije ali regresa	nevroza	nevrotski značaj
<i>oralna faza</i>	depresivna nevroza pobitost, nespečnost, občutja odvisnosti, občutja krivde, nizko samospoštovanje, suicidalnost	oralni značaj usmerjenost k jemanju, prisvajanju, "požiranju" (hrane, pijače, knjig, informacij); biti "lačen" ljubezni in naklonjenosti
<i>analna faza</i>	prisilna (obsesivno- kompulzivna) nevroza prisilne misli (obsesije) in dejanja (kompulzije) fobija (histerija strahu) iracionalne bojazni (npr. agorafobija, klavstrofobija...)	analni značaj - anankastični pretirana natančnost, redoljubnost, pikolovstvo, drobnjakarstvo; pretirana varčnost, skopost; svojeglavost, trmoglavost; skrajna načelnost
<i>falična faza</i>	histerija (konverzivna nevroza) konverzivni simptomi: telesni znaki (histerična ohromelost, slepota, gluhost, nemost); histerični napadi	falični značaj pretirana želja po ugajanju, samoljubje, nastopaštvo, bahavost; pretirana ambicioznost, predrznost, zavistnost; vihravost, nestalnost



# Psihoanalitska terapija

- Tehnika prostega asociiranja
  - Asociiranje na sanjsko gradivo
- Analiza in interpretiranje
  - Premagovanje odpora in transfera
  - Kontratransfer
  - Interpretacije (postopnost)
- Ozaveščenje
  - Prenehanje simptomov (?)





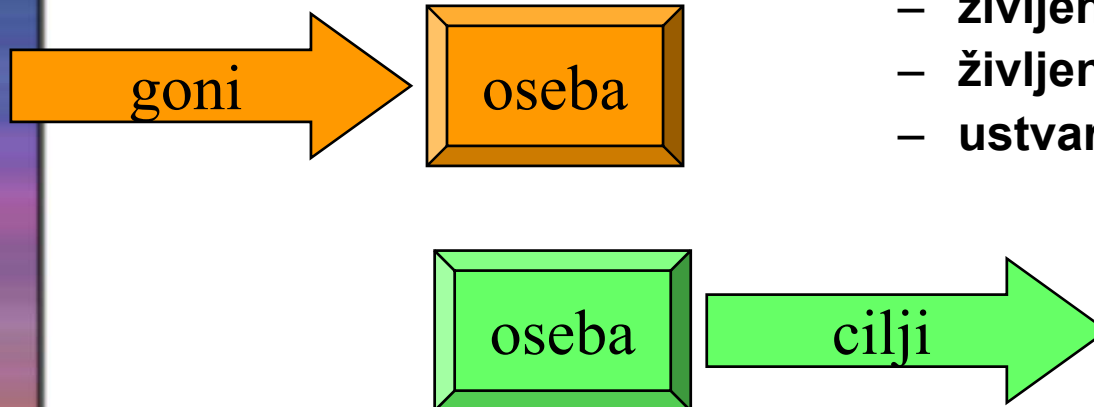
# Močne in šibke strani Freudove teorije

- Intelektualna globina in domet teorije
  - Parsimoničnost
  - Heuristična (izkustvena) vrednost: spodbujanje nadaljnjih raziskav in modelov, velik vpliv na znanost, umetnost in miselnost dobe
  - Izjemen obseg teorije
  - Usmerjenost k aplikaciji
- Spekulativnost, ad-hoc razlage
  - Pretiran redukcionizem
  - Zanemarjeno kognitivno in duhovno področje osebnosti (?)
  - Nezanosljiva metoda kliničnega opazovanja
  - Vprašljiva učinkovitost terapije
    - ali učinkovitost psihoanalitske terapije res temelji na psihoanalitski teoriji



# Adler: Individualna psihologija - osnove

- Temeljni človeški motivi
  - težnja po moči in popolnosti
  - socialni interes (čut za skupnost)
- Finalizem
  - življenjski plan, vodilne črte
  - življenjski slog
  - življenjski smisel
  - ustvarjalni jaz



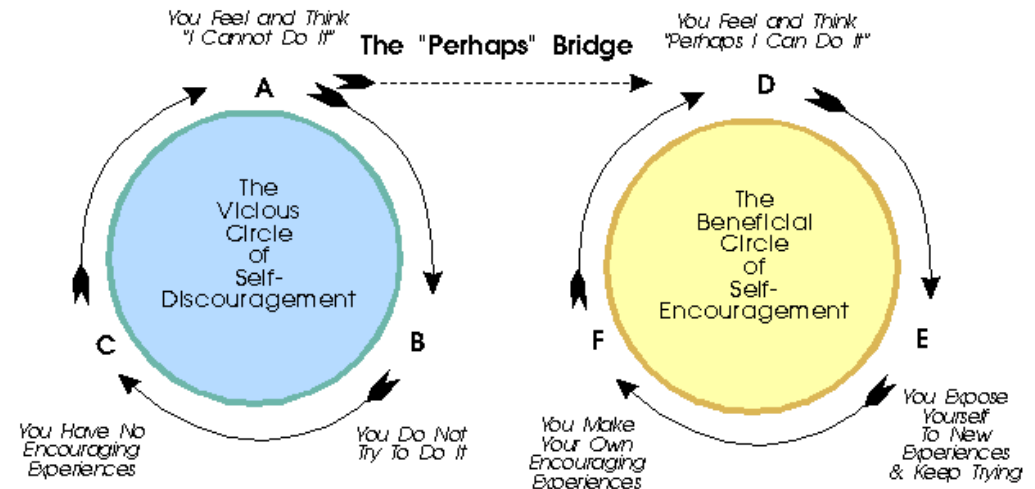


# Pojem manjvrednosti in kompenzacije

- Manjvrednostna občutja
  - primerjanje
  - kompenzacija, zgodovinski p
- Področja in usmeritve
  - razvoj, vpliv sorojencev
  - psihoterapija
- Ocena Adlerjeve teorije
  - razumljivost
  - težnja k popolnosti (vpliv na humanistično psihologijo)
  - preseganje mehanicizma
  - upoštevanje socialnih dejavnikov
  - pomanjkljive operacionalizacije
  - kljub temu veliko hevrističnih spodbud

## BREAKING OUT OF THE VICIOUS CIRCLE OF SELF-DISCOURAGEMENT

Copyrighted 1998, Henry T. Stein, Ph.D.  
Reproduction Prohibited Without Permission





# Jung: Analitična (kompleksna) psihologija

- Osnove
- Dialektika
  - Nasprotja in psihična energija
- Ekstenzija in poglobitev koncepta nezavednega
  - Arhetipske vsebine iz več virov
  - Sanje, umetnost, izročilo, fantazija...
- Osebnost
  - Nasprotje med zavestnim in nezavednim delom



# Okvir Jungove teorije



- Topika, dinamika in struktura osebnosti
- Arhetipi, sebstvo in individuacija
- Osebnostna tipologija
- Jungovska psihoterapija

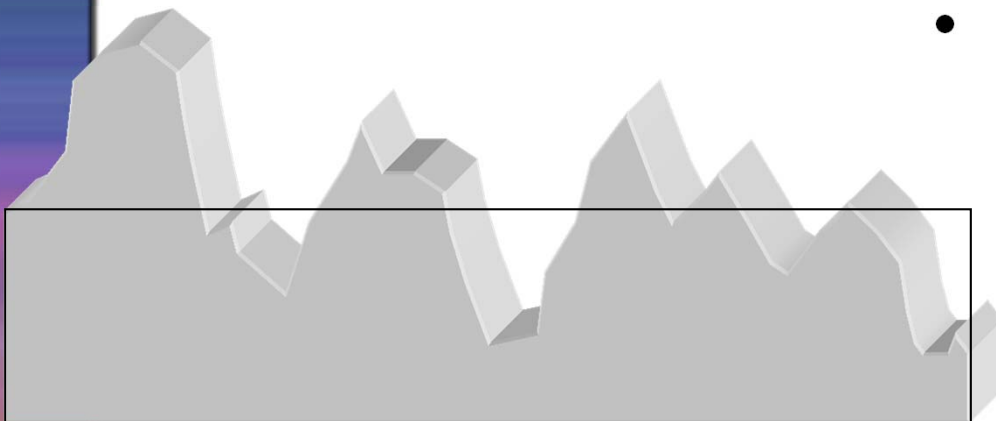




# Kolektivni svet duševnosti



- Topika, dinamika in struktura osebnosti
  - individualno nezavedno
  - kolektivno nezavedno
  - arhetipi in simboli
- Problemi z razumevanjem Jungovih koncepcij
  - Prispodoba arhipelaga





# Sebstvo in individuacija

- Individuacija in razvoj osebnosti
  - dve razvojni obdobji
  - sebstvo in preseganje nasprotij
- Sebstvo
  - Homo totus
  - Njegovi simboli in arhetipi
    - mandala



# Tipologija osebnosti in psihične funkcije

- Usmerjenost libida
  - Introvertni tip
  - Ekstravertni tip
- Psihične funkcije
  - Čutenje
  - Čustvovanje
  - Mišljenje
  - Intuicija
- Integralni tipi osebnosti



FUNKCIJA	INTROVERZIJA	EKSTRAVERZIJA
čutenje	introvertni čutni	ekstravertni čutni
čustvovanje	introvertni čustveni	ekstravertni čustveni
mišljenje	introvertni miselni	ekstravertni miselni
intuicija	introvertni intuitivni	ekstravertni intuitivni



# Jungovska psihoterapija

- Kompleksi
  - Vozlišča energije, ki nastaja ob nakopičenih nasprotjih (potlačevanju)
- Neuspešno soočanje s kolektivnim nezavednim
  - Potlačevanje (npr. ženskosti pri moškem)
- Ozaveščanje kolektivnih vsebin in podpora procesu individuacije
  - Premagovanje odporov in kompleksov



# Močne in šibke strani Jungove teorije

- Loteva se najpomembnejših in najkompleksnejših človeških tem
- Edina teorija, ki skuša še poglobiti pojem nezavednega
- Povezuje zahodno znanje z znanjem drugih civilizacij
- Vpliv na druge smeri, npr. humanistično psihologijo (pojem sebstva, individuacije idr.)
- Pomembni empirično preverljivi konstrukti, sprejeti v železni repertoar poznejše psihologije
  - **introvertnost - ekstravertnost**
  - **asociacijsko preskušanje**
- Vpliv zunaj psihologije (podobno kot Freud)
- Nekateri ključni pojmi so zunaj dometa znanosti, ali pa jih je možno tolmačiti na način, ki je nepreverljiv (npr. jungovska dialektika, psihična energija, kolektivno nezavedno, arhetipi, transcendiranje nasprotij, individuacija, sebstvo...)
- Preobremenjenost z okultno in ezoterično tematiko (?)
- Težavno ali nemogoče operacionaliziranje in preverjanje temeljnih konstruktov
- Ni videti jasnih povezav med različnimi deli teorije (lahko bi stali sami zase)
- Neparsimoničnost in neekonomičnost



# Neoanalitske teorije

- Kritika in revizija freudizma
- Socialni faktorji
- Schultz-Hencke
  - zavrtost, potrebe, nevrotska struktura
- Horney
  - medsebojni odnosi
  - temeljni konflikt in tesnoba
  - trije tipi nevrotske usmerjenosti
- Sullivan
  - interpersonalni odnosi
  - sistem (dinamizem) jaza
  - razvoj
- Fromm
  - temeljni motivi
  - družbeni značaj
  - rast in propadanje, produktivnost, biti ali imeti



# Egopsihologija



- Izvornost jaza
  - Hartmann, Kris, Loewenstein
  - primarna avtonomija jaza
- Teorija objektnih odnosov
  - Mahler, faze objektnih odnosov
  - Kernberg, borderline
  - Kohut, narcizem in cepitve jaza
- Erikson
  - epigeneza
  - razvoj jaza in identitete
  - razvojne krize
  - razvojne faze



# GESTALT PSIHOLOGIJA





# Vzpon gestalt teorije

- Predhodniki
  - Mach, von Ehrenfels
- Berlinska šola
  - Max Wertheimer (1880-1943)
  - Wolfgang Köhler (1887-1967)
  - Kurt Koffka (1886-1941)
  - Kurt Lewin (1890-1947)
  - Mnogi drugi, npr. von Hornbostel, Duncker, Gelb, Metzger

Mnogi psihologi so že pred nastopom berlinskih psihologov opozarjali, da je treba duševne pojave obravnavati kot celote, ki so nadrejene svojim delom. Okolje npr. zaznavamo kot celoto in ne kot mozaik posameznih vtisov, melodijo slišimo kot celoto in ne zgolj kot zaporedje posameznih tonov. Najbolj vneto so celostno oz. *holistično* pojmovanje duševnosti zastopali prav predstavniki *likovne psihologije* ali *gestaltizma* (nem. *Gestalt* = lik, oblika). Njihovo prvo področje proučevanja so bili procesi zaznavanja, pozneje so raziskovanaj razširili na višje spoznavne procese, učenje in mišljenje, nevrofiziološko dogajanje, potem pa tudi na področja osebnosti, socialnih odnosov. Vplivi gestaltizma so prisotni na vseh psiholoških področjih od socialne, kognitivne in razvojne psihologije do psihologije osebnosti in klinične psihologije ter psihoterapije.



# Izhodišča gestaltizma

- Fenomenološko izhodišče
  - Svet kot ga doživljamo
- Pojem gestalta
  - Gestaltisti (Wertheimer, Köhler, Koffka, Lewin idr.) so trdili, da so prvotna in prvinska doživetja celote in ne njihovi deli. Temeljne ugotovitve gestaltizma pravijo:
    - da je psihično delovanje celostno,
    - da so psihične celote več kot le vsota svojih delov,
    - da so te celote kvalitativno drugačne kot vsote sestavin in
    - da te celote determinirajo svoje dele (to, kako bomo te dele doživljali).
  - Celote so primarne danosti doživljanja in ne le produkt psihične aktivnosti, kot sta menila npr. Meinong v svoji produkcijski teoriji in Wundt v svoji teoriji ustvarjalne sinteze. Te celote so gestaltisti označili z izrazom, po katerem je dobila ime cela šola: gestalt.
  - Gestalti so celote, ki determinirajo svoje dele
  - “So celote, katerih delovanje ni determinirano z njihovimi individualnimi elementi, pač pa so pri njih delni procesi sami determinirani z notranjo naravo celote. Gestalt teorija upa, da bo določila naravo takih celot.” (Wertheimer, Über Gestalttheorie, 1924)
  - Duševni pojavi so gestalti

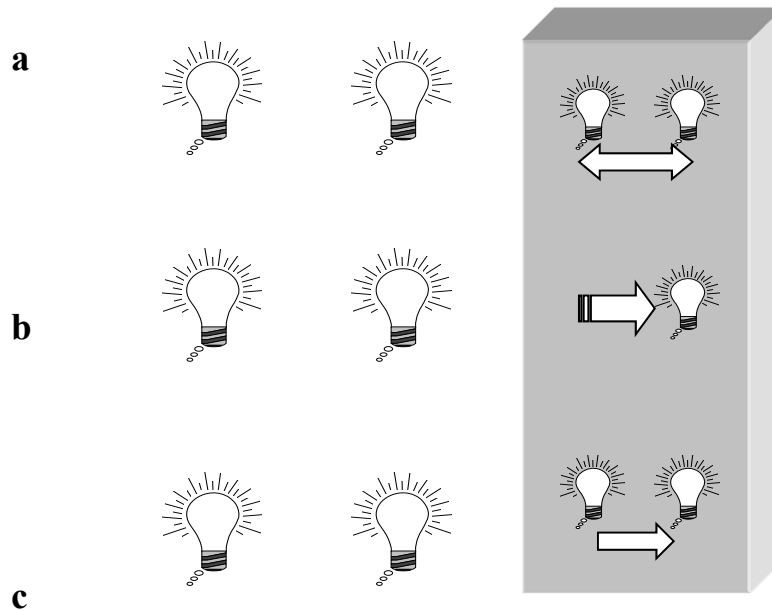


# Fenomenološki eksperiment

- Pri psihološkem raziskovanju je treba zato izhajati iz celot in ne iz delov.
- Fenomenološka metoda je usmerjena k prvinskim celotam, k doživljanju, torej k “fenomenom samim”, medtem ko wundtovska introspekcija skuša te celote razgrajevati.
- Toda gestaltizem nikakor ni zavračal eksperimentalnega pristopa. Nasprotno, gestaltisti so ga sprejeli kot svojo glavno metodo.
- A to ni bilo wundtovsko introspektivno eksperimentiranje, temveč *fenomenološki eksperiment*, pri katerem je bilo samoopazovanje usmerjeno k spontano in naravno potekajočim psihičnim fenomenom.
- Pogosto so se gestaltisti zatekali tudi k objektivnemu opazovanju obnašanja.



# Max Wertheimer in Phi fenomen (navidezno gibanje)



- Wertheimerjev preblisk in eksperiment
- Vidimo več kot dopuščajo deli (prim. božične lučke)
- Celota je več kot vsota delov
  - Del tega pojava je znan tudi kot Beta fenomen

*Phi fenomen: Prikazovanje dveh luči v različnih časovnih razmakih vidimo a. kot istočasno prižigavanje (časovni razmik npr. 1/30 sek), b. kot eno luč, ki se premakne (1/16 sek) in c. kot dve luči, ki se prižgeta ena za drugo (1/5 sek).*



# Odkritja in dosežki gestalt psihologije

- Načela zaznavne organizacije
- Celostno učenje in vpogled
- Mišljenje in reševanje problemov: produktivno mišljenje
- Izomorfizem in nevropsihološke teorije
- Organizmična teorija in samoaktualizacija
- Gestaltizem v socialni in klinični psihologiji in v praksi



# Principi zaznavne organizacije

- Pregnantnost in dobra forma
  - Preprostost, pravilnost

Zaznave so tako dobre, pravilne in enostavne, kolikor to zaznavni pogoji le dovoljujejo. Naše zaznavanje je organizirano tako, da imajo popolne in enostavne forme primat: dražljaje vidimo čisto bolj popolne in enostavne, kot dejansko so – v sami naravi našega zaznavanja je nekaj, kar nas sili, da bomo videli stvari kar se da pravilno in preprosto



# Principi zaznavne organizacije

- Lik in ozadje
  - Izmenjavanje
  - Majhnost
  - Simetrija
  - Obkoljenost

Kompleksne stvari vidimo v odnosu, kjer nastopa en kompleks kot lik, drugi pa kot ozadje. Lik in ozadje se lahko izmenjujeta, a odnosnost ostaja: če je en kompleks lik, je drugi lahko zaznan le kot ozadje, če zaznamo drugega kot lik, potem je prvi lahko zaznan le kot ozadje. To se lahko prepričamo, če opazujemo znano Rubinovo figuro vaze in obrazov (Edgar Rubin je bil danski psiholog).



# Principi zaznavne organizacije

- Načela zaznavne organizacije
  - Bližina
  - Zaprtost
  - Podobnost
  - Simetrija
  - Kontinuiteta
  - Skupna usoda





# Reševanje problemov, mišljenje in učenje

- Polje
- Gestaltisti so močno posvetili tudi problematiki učenja in reševanja problemov. Njihove ugotovitve so odkrile nove, kompleksnejše oblike učenja in pomembno dopolnile zakonitosti enostavnih oblik učenja, ki so jih odkrivali Pavlov in behavioristi. Odnosi namesto stvari (piščanec s skodelicami)!
- Vpogled (Einsicht, insight)
  - Nenadna miselna prestrukturacija situacije
  - Situacijo vidimo v drugih, novih odnosih
- Produktivno mišljenje
- Učenje z vpogledom
  - Ustvarjalnejša oblika učenja
  - Velja tudi za živali
  - Köhlerjevi poskusi s šimpanzi



# Aha rešitev po opičje (Kohler)





# Mišljenje in reševanje problemov

- Produktivno mišljenje
- Kaj ovira produktivno mišljenje
  - Fiksacija metode
  - Fiksacija funkcije



# Izomorfizem in polje

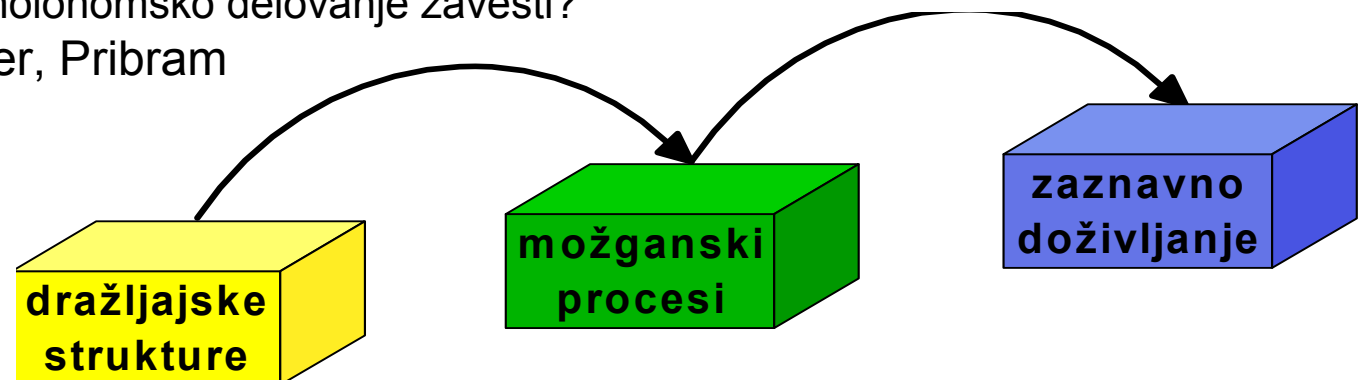
- Izomorfnost: dražljaji, fiziološko polje, psihološko polje (zemljevid – pokrajina)

- Narava dražljajev
- Narava možganskih procesov
- Narava fenomenalnih doživetij

Gestaltisti, zlasti Köhler, so postavili teorijo, da obstaja podobnost (analogija) med fiziološkim predelovanjem dražljajskih informacij in zavestnim doživljanjem. Čeprav je fiziološko dogajanje drugačno kot psihološko, je po mnenju gestaltistov med strukturo enega in strukturo drugega *izomorfen* odnos, tako kot npr. med zemljevidom in pravim zemljiščem. To pomeni, da določenim spremembam v fiziološkem delovanju ustrezajo spremembe v doživljanju, ki imajo podoben strukturni smisel. Če npr. vidim dve lučki, kot da se prižigata druga za drugo (kot pri phi fenomenu), potem se dogaja nekaj izomorfne tudi na fiziološkem planu: izomorfno se obnaša električna energija, ki se pretaka med možganskima mestoma, ki jih vzdražijo svetlobni dražljaji, ki prihajajo od ene in od druge lučke.

- Polje (Lewin)

- Kompleks pojavov s celovitim delovanjem
  - Topološka teorija
- Poljno in holonomsko delovanje zavesti?
  - Köhler, Pribram





# Gestaltizem v socialni psihologiji

- Kurt Lewin med utemeljitelji socialne psihologije
- Fritz Heider (1958)
  - Oče teorije atribucije, pozneje tudi Kelley, Thibaut in Jones
  - Tudi teorije ravnovesja
    - Naše prepričanje, da imamo radi osebo A je npr. usklajeno s prepričanjem, da ta oseba spoštuje osebo B, ki jo spoštujemo tudi mi. Neravnovesje pa bi nastopilo, če bi se pokazalo, da oseba A spoštuje osebo D, ki je mi ne maramo. Tedaj bi se pojavila tendenca, da bodisi spremenimo stališče do osebe D, bodisi do osebe A, ali pa prepričamo osebo A, da D ne zasluži spoštovanja. Skratka, skušali bi uravnotežiti odnose med elementi naših stališč. Na ravnovesje med stališči oziroma prepričanji lahko gledamo kot na primer dobre forme, pregnantnosti.
- Solomon Asch (1946): važno je, ali vas označijo za “toplega” ali “hladnega”
  - Solomon Asch (1946), sicer znan po svojih raziskavah konformnosti in skupinskega pritiska, je ugotavljal, kako neka splošna osebnostna oznaka (npr. „topla“ ali „hladna“ oseba) vpliva na druge, bolj specifične oznake. Izkazalo se je, da splošne oznake celostno označujejo posameznika, saj vplivajo na to, kako bomo ocenjevali njegove druge lastnosti. Celostni vtis, da gre za „toplo“ osebnost, bo npr. povzročil, da ji bomo pripisali niz pozitivnih lastnosti, vtis da gre za „hladno“ osebnost pa bo povzročil, da ji bomo pripisali niz negativnih lastnosti. Celota je torej tudi tukaj več kot njeni deli. Celostni vtis determinira posamezne lastnosti.



# Gestaltizem v teoriji osebnosti, nevropsihiatriji in klinični psihologiji

- Kurt Goldstein (1878-1965)
  - Organizmična teorija osebnosti
- Fritz Perls: Gestalt terapija (a je le bolj po imenu povezana z gestaltizmom)



# Kurt Lewin: teorija polja

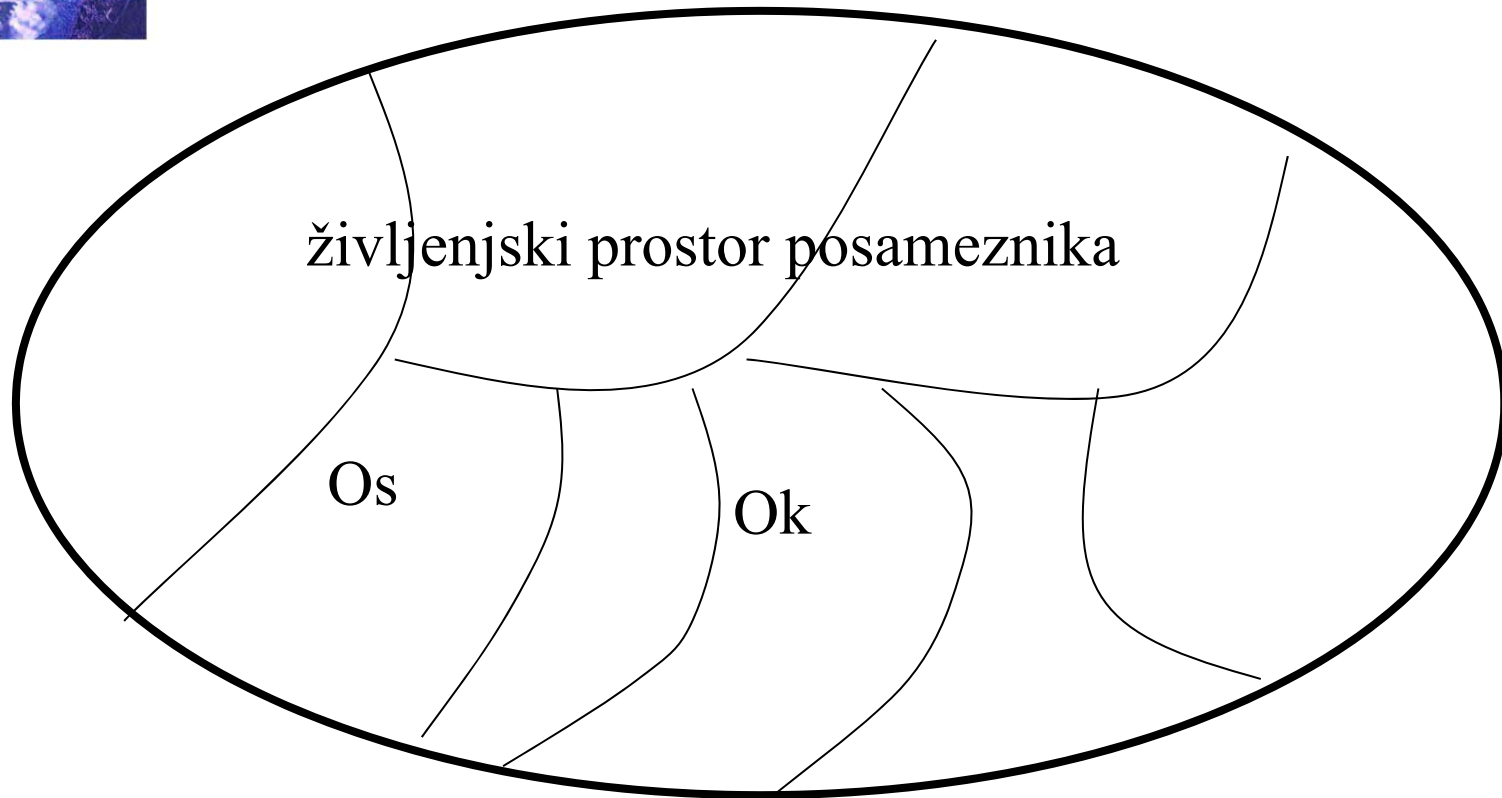
- Polje in življenjski prostor (ŽP)
- Življenjski prostor
  - struktura
  - dinamika
- Dinamika ŽP
  - Napetost
  - Sila in vektor
  - Valenca
  - Psihološka distanca
  - Raziskovalni podatki



# Življenjski prostor

- Obnašanje je funkcija življenjskega prostora
- Življenjski prostor je funkcija osebe in okolja
- **$O = f(\check{Z}P) = f(Os, Ok)$**
- Življenjski prostor je psihološko polje
  - pomemben je psihološki (fenomenalni), efektivni del stvarnosti, drugo za nas ne obstaja
  - polje je celostno, celota odreja usodo elementov





ZUNANJOST POLJA (Fremde Hülle, foreign **hull**)



# Struktura in dinamika ŽP

- Struktura ŽP
  - oseba
  - okolje
- Področja in meje



# Dinamika življenjskega prostora

- napetost
- polje moči
- sila
  - vektorji (velikost, smer)
- cilj, lastnosti cilja
- valenca
- psihološka distanca



# Konflikt

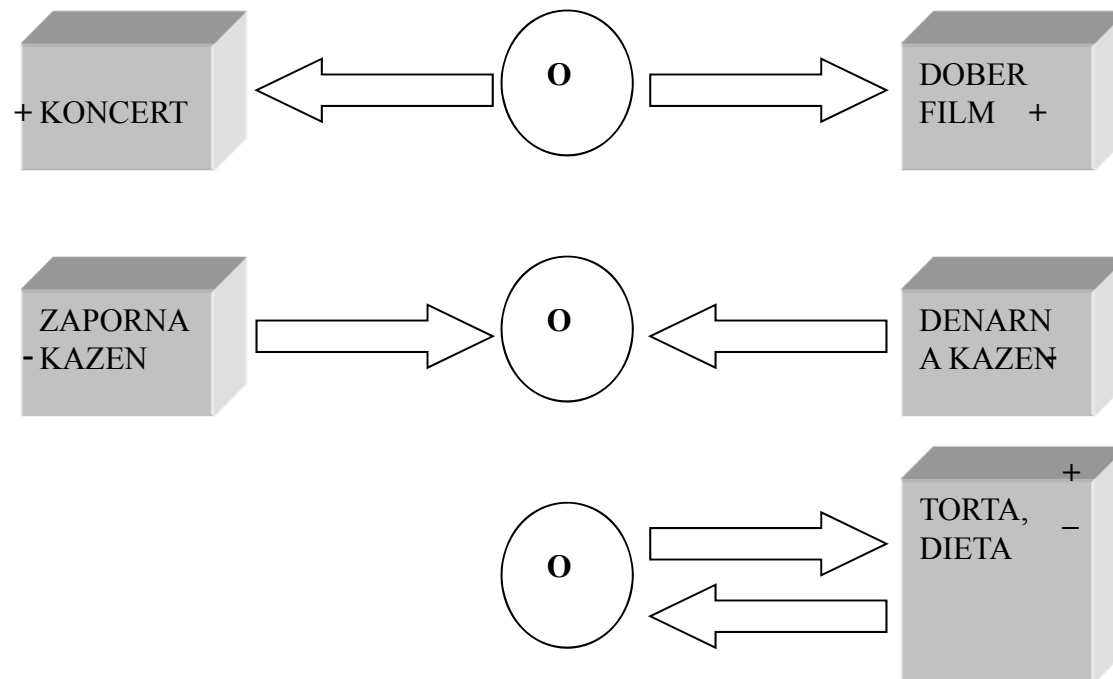
- Topološko prikazovanje psiholoških silnic
- Tipi konflikta
- Stabilnost konflikta

- Delovanje nastale napetosti si lahko predstavimo kot psihološko *silo*, ki ima svojo smer in svojo jakost. V topološkem prikazu lahko usmerjenost sil prikažemo s smerjo puščice, jakost pa npr. z njeno debelino. Sila nekega motivacijskega vektorja je torej odvisna od stopnje valence cilja. Odvisna pa je tudi od tega, kako nam je cilj psihološko blizu (*psihološka distanca*). Nek cilj je lahko izjemno privlačen, a se hkrati tudi dobro zavedamo, da ga ne moremo doseči. Naš motiv ne bo tako močan, kot bi bil, če bi bil cilj dosegljiv. Sama valenca pa je tudi odvisna od dveh pomembnih dejavnikov. Eno je seveda stopnja same napetosti, drugo pa so *lastnosti cilja*. Če smo žejni, bo valenca tekočine v kozarcu odvisna tudi od lastnosti tekočine: voda iz gorskega studenca bo naredila valenco močnejšo kot motna voda iz bližnjega ribnika. Dinamika neke sile ali moči se v luči teorije polja oblikuje kot *polje moči*. Takšno polje je lahko pozitivno ali pa negativno. V pozitivnem polju se oseba v življenjskem prostoru usmeri k delujočemu cilju s pozitivno valenco; posamezna področja življenjskega prostora pridobijo vektorske lastnosti, ki kažejo v smeri cilja. Nasprotno pa je za negativno polje moči značilno usmerjanje osebe proč od cilja z negativno valenco in vektorski potenciali področij so enako usmerjeni od cilja proč.



# Tipi konfliktov

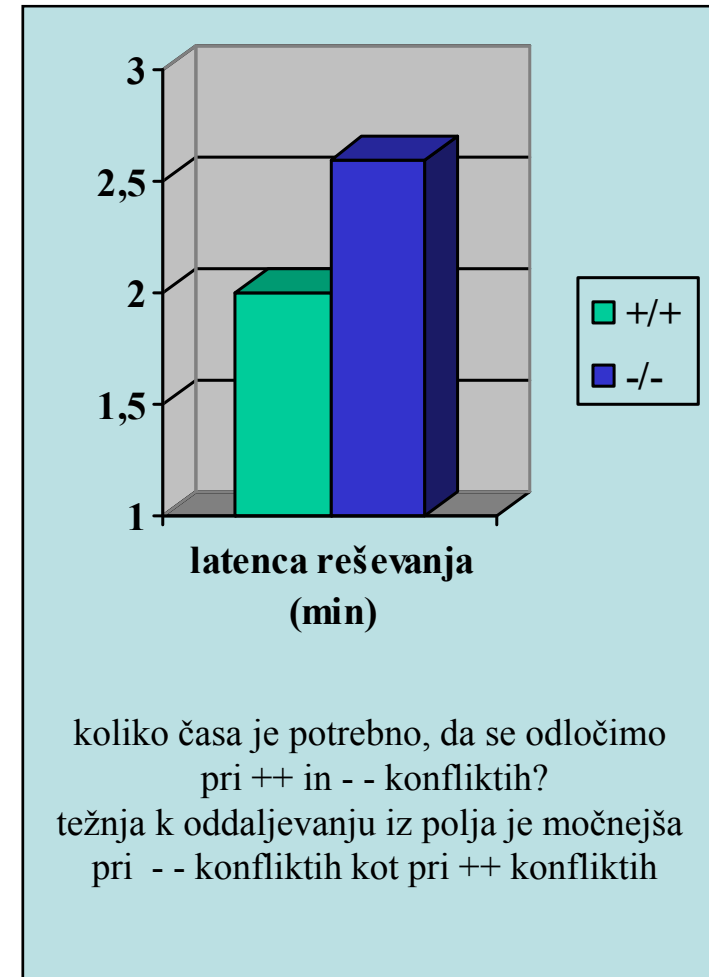
- Plus – plus
- Minus – minus
- Plus - minus





# Reševanje kofliktov

- Stabilnost konflikta (Arkoff, 1957)





Kaj se dogaja z izbranimi in z  
neizbranimi cilji ...



# Frustracija in regresija

Možna vedenja:  
Premagati oviro?  
Opustiti cilj?  
Nadomestni cilj?

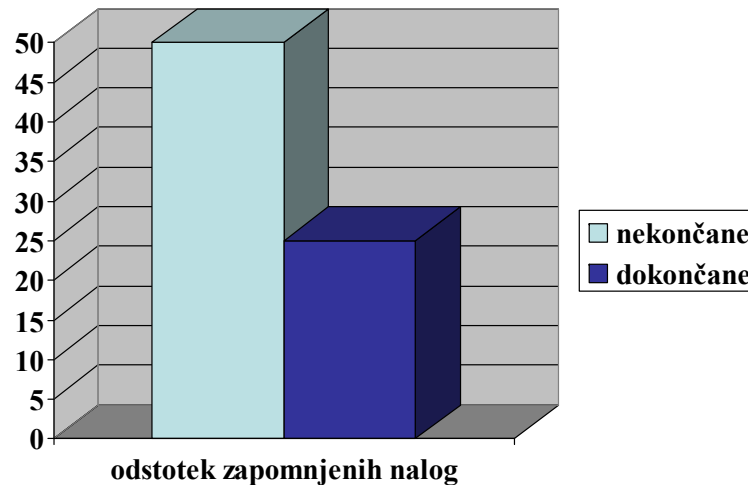
**FRUSTRACIJA =**  
Čustveni odziv na  
oviranost v  
motivacijski  
situaciji.

- Prim. - vpliv frustracije na konstruktivnost igre:  
*"In an experiment by Barker, Dembo, and Lewin (1941), preschool children, after playing happily with incomplete toys, were frustrated by the sight of inaccessible complete toys. As a result of this frustration, the constructive play of the children deteriorated markedly. Twenty-five of the thirty subjects regressed to play typical of younger children. The average regression in mental age was rated by observers at months."*





# Nedokončane naloge in nadomestno obnašanje



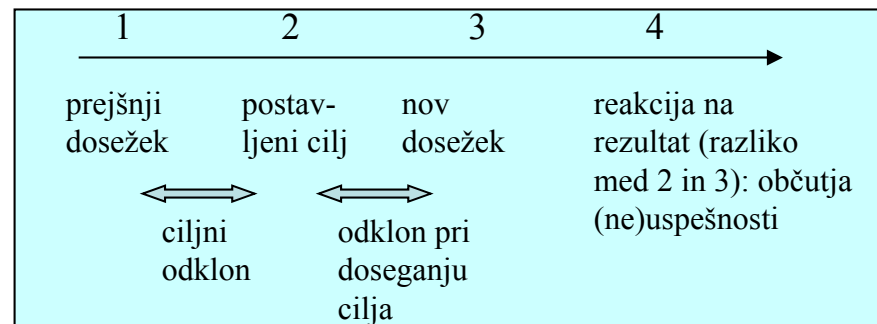
učinek nadomestne dejavnosti je tem večji, čim bolj je podobna prvotni, čim bolj težavna, privlačna in realistična je

- Ostajanje napetosti, ki motivira k cilju
  - prekinitev pomeni frustracijo
- Zapomnitev
- Spontano lotevanje
- Lewin, 1951; Ovsiankina, 1928; Zeigarnik, 1927 (učinek Zeigarnikove – napetost - natakar); nasprotno: Rosenzweig, 1943; Glixman, 1949 - potlačitev neuspešnih rešitev, če gre za samoprestizžne naloge (osebni neuspeh)
- Nadomestno obnašanje (Lissner, 1933; Mahler, 1933; Henle, 1944 )



# Raven aspiracije in zaznavanje (ne)uspešnosti

- Pojem ravni aspiracije
  - raven aspiracije in zaznavanje (ne)uspešnosti (vrsta raziskav; Lewin, Dembo, Festinger & Sears, 1944);
  - teorija izidne valence in potence (verjetnosti, gotovosti pričakovanja)





# BEHAVIORIZEM





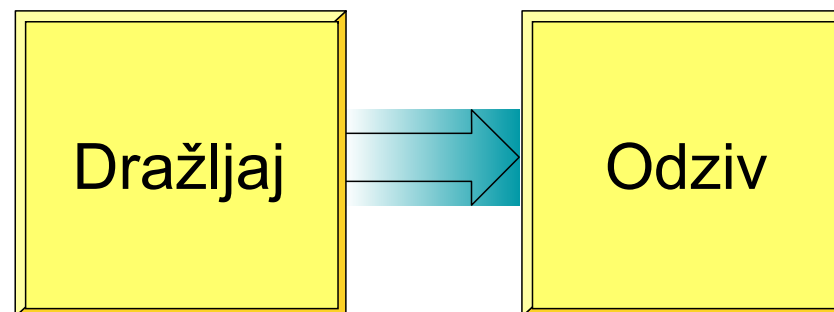
# Klasični behaviorizem

- John B. Watson (1878-1958)
- Kritika mentalizma
  - zavest ne more biti predmet znanstvenega proučevanja
  - zavračanje introspekcije
  - zahteva po objektivnem pristopu
- Pojem črne škatle (black box)
- Obnašanje kot predmet psihologije
  - odnos med dražljaji in odzivi
- Ekstraspekcija kot metoda
  - kot v naravoslovju



# Obetavnost zgodnjega behaviorizma

- Minimalni obseg temeljnih pojmov (parsimoničnost)
  - dražljaj, odziv
- Vzročni odnos v sami enoti proučevanja
  - $S \Rightarrow R$





# Zgodnji behavioristični vplivi

- Opiranje na Pavlova in Thorndika
- Pogojevanje in učenje
  - Enostavna oblika učenja
    - Pojavijo se nove oblike obnašanje
- Absolutni environmentalizem
  - vse je naučeno
- "Dajte mi ducat zdravih otrok...in zagotavljam, da bom vsakega izbral po slučaju in ga izuril, da bo postal strokovnjak katerekoli stroke, ki jo lahko zanj določim - zdravnik, pravnik, umetnik, trgovec, ja, tudi berač in tat, ne glede na njegove talente, tendence, sposobnosti ter poklic in raso prednikov.". (Herganhahn, 1988)



# Watsonovi zakoni

- zakon frekvence
  - pomen ponavljanja
    - "The more frequent a stimulus and response to occur in association with each other, the stronger that habit will become."
- zakon novosti (recentnosti)
  - "The response that has most recently occurred after a particular stimulus is the response most likely to be associated with that stimulus."



# Watsonove teorije

- Učenje emocij
  - Mali Albert
- Teorija mišljenja
  - Mišljenje kot implicitni (subvokalni) govor





# Klasično (pavlovovsko) pogojevanje

- Potek poskusa
  1. BD sproži BO
  2. PD spremlja BD
  3. Dokler sam PD ne sproži PO
    - Odziv je pogojen
- Ojačevanje
  - BD nastopa kot ojačevalec PD
- Vrste ojačevanja
  - Apetitivno (pozitivno)
  - Averzivno (negativno)



# Ugašanje, generalizacija, diskriminacija

- Dodatni fenomeni
  - Ugašanje
  - Spontano oživljanje
  - Generalizacija
  - Diskriminacija
- Odnos med PD in ojačenjem
  - Običajno pogojevanje (takoj po)
  - Odloženo pogojevanje
  - Simultano pogojevanje
  - Vzratno pogojevanje
  - Pogojevanje višjega reda



# Neobehaviorizem, neoneobehaviorizem

- Neobehaviorizem, mediacijski behaviorizem
  - S-O-R (Hull)
  - organizem posreduje med S in R
  - neobehaviorizem: vmesne spremenljivke
    - brez teoretskega viška
  - “zreli neobehaviorizem”: hipotetični konstrukti
    - teoretski višek, več konceptualne svobode
  - purpozivizem
- Asociativizem (Guthrie)
- Radikalni behaviorizem (Skinner)
- Socialni in kognitivni behaviorizem (Rotter, Bandura, Mischel)



# Radikalni behaviorizem

- B. F. Skinner (1904-1990)
- vedenjska analiza
- ponovna zavrnitev vmesnih mehanizmov
  - obnašanje naj se v celoti pojasnjuje z dražljaji



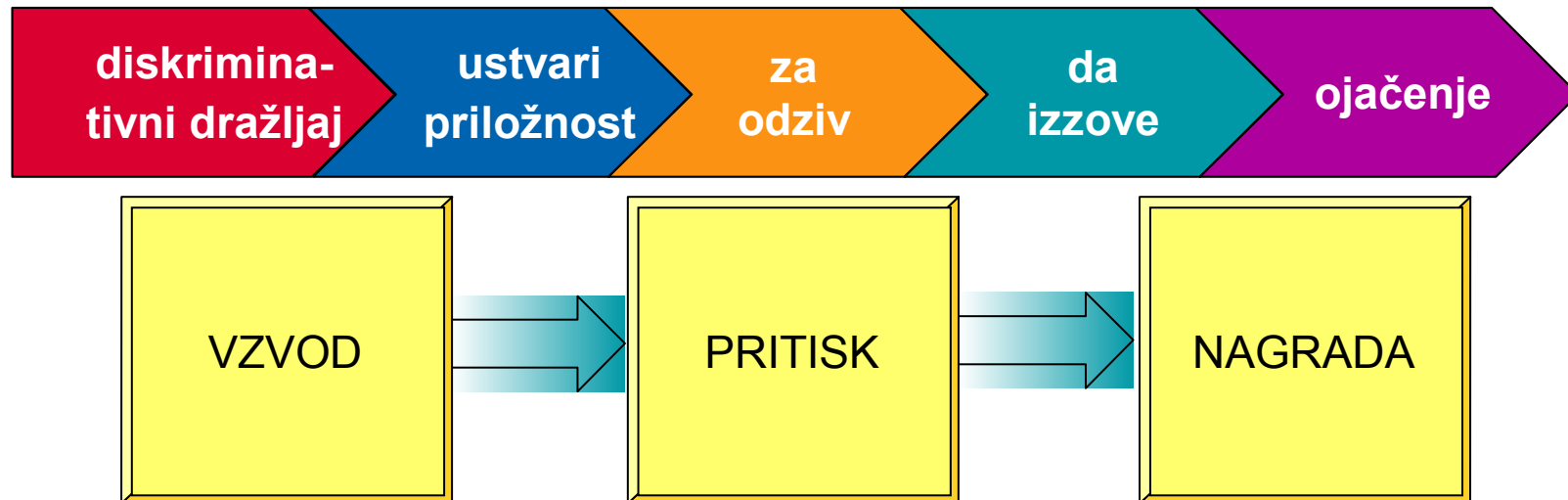
# Operantno pogojevanje in učenje

- Obnašanje je adaptivno in je funkcija
  - genetske opreme, materialnega okolja, sociokulturnega okolja
- Operantno pogojevanje
  - Thorndike, Skinner, Konorski
  - izzvano (odzivno) obnašanje
    - npr. refleksi
  - proženo (emitirano) obnašanje
    - odvisno od posledic



# Ojačitev in ojačevanje

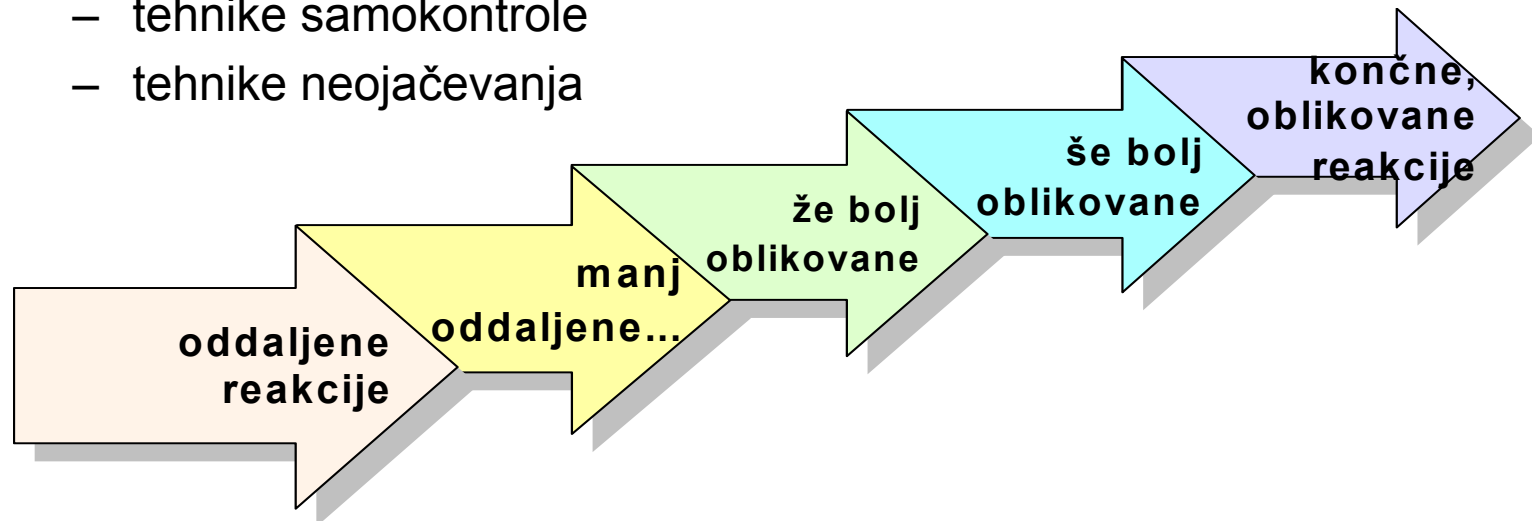
- Ojačitev
  - posledica obnašanja, ki poveča verjetnost obnašanja
    - ojačevalci (+; pozitivni in negativni - umik neugodnega), kaznovalci (-)
- Ojačevalna kontingenca
  - predhodne, antecedentne okoliščine (diskriminativni dražljaji)
  - odzivi, akcije
  - ojačitev





# Oblikovanje in vedenjska modifikacija

- Oblikovanje
  - postopno približevanje (sukcesivna aproksimacija)
- Vedenjska modifikacija in terapija
  - recipročna desenzitizacija
  - asertivne tehnike
  - averzivne tehnike
  - tehnike samokontrole
  - tehnike neojačevanja





# Vedenjski nadzor in samonadzor

- Vedenje je determinirano
  - pod kontrolo okolja
    - zlasti socialnega
  - onkraj svobode in dostojanstva
    - ni svobode, a tudi ne odgovornosti in krivde
    - polemika z Rogersom
    - socialna utopija (Walden II)
- Samokontrola
  - ojačevanje samega sebe (samoojačevanje)
    - manipuliranje s spremenljivkami lastnega obnašanja





# Socialno kognitivni model: Rotter

- Interakcija posameznik - okolje
  - posameznik je v interakciji s smiselnim okoljem (kot ima zanj pomen)
- Principi delovanja osebnosti
  - osebnost je naučena
  - motivacija je ciljno usmerjena
  - ljudje so zmožni predvidevati
- Predikcija obnašanja
  - vedenjski potencial
  - ekspektanca (specifična, generalna)
  - ojačevalna vrednost (valenca)
  - psihološka situacija
- Mesto nadzora nad ojačevanjem
  - smer ekspektance
  - internalnost -eksternalnost
- Ocena modela



# Socialno kognitivni model: Bandura

- Recipročni determinizem
  - vloga okolja, obnašanja in kognicije
- Teorija socialnega učenja
- Observacijsko (modelno) učenje
  - pozornost, spomin, obnašanje (vedenjska produkcija), motiviranost, akvizicija in performanca, vikariozno (nadomestno) ojačevanje
  - vloga simbolov in predvidevanja

*Obnašanje je determinirano z okoljem, delno pa je tudi okolje determinirano z obnašanjem. Tako na okolje kot na obnašanje vpliva kognicija.*

**SLT: Social learning theory**

**SCT: Social cognitive theory**



# Socialno kognitivni model: Bandura

- Samorefleksija, samoučinkovitost
  - izvori, izkušnje, mojstrstvo, fiziološka in čustvena stanja, socialno prepričevanje, vplivi samoučinkovitosti in njena vloga
- Samoregulacija
  - razhajanje med cilji in dosežki, motivacija, novo obnašanje
  - vloga simbolov in predvidevanja
- Aplikacija: vzgoja in zdravje