

Postmodernizem

1. **Kako razumete Andersenov pojem »pogleda na svet«?**
2. **Kaj vse po vašem mnenju vpliva na to, da posamenik razvije določen temeljni pogled na svet?**

Verjetno najbolj vplivajo starši in njihov pogled na svet, saj ob njem odraščajo šele na teh temeljih se gradi drugačen pogled, za tem pa tvoj pogled ustvari družba, mediji, popularna kultura...

Koncept sebe kot ustvarjene identitete (namesto da bi oblikovali svoje ideje o tem kaj in kdo smo na temeljih naše socialne vloge ali tradicije, identiteto ustvarimo in pogosto spreminjamo glede na različne kulturne vire) , **moralni in etični diskurz** (morala se ustvarja z dialogom in izbiro), **umetnost in kultura** (noben stil ne dominira, imamo nešteto improvizacij iste teme), **globalizacija** (zaradi zelo hitre izmenjave informacij in hitre mobilnosti je postala civilizacija izredno globalna).

3. **Navedite 4 različne temeljne poglede na svet po Andersonu! Na kateri del in katero družbo se nanaša zemljevid? Kako bi kronološko razvrstili omenjene 4 poglede na svet?**

- **postmoderno ironični pogled na svet** (resnica je družbeno konstruirana)

Postmoderni pogled na svet lahko delimo na:

konstruktiviste – aktivno zavzemanje za konstruktivistično razmišljanje in ravnanje

igralce – bolj po občutku preigravajo in sestavljajo različne kulturne vire, oblike in obrazce (izumitelji mešanic starega in novega)

nihiliste –relativizem resnic(e) jih vodi do sklepa o lažnosti vsakega pogleda na svet-prišli so do zaključka, da vsa konfliktna verovanja ne morejo biti resnična, zato so vsa lažna (pankerji, darkerji)

- **znanstveno razumski pogled na svet**

Je močno zastopan v akademskih krogih in pri znanstvenikih, vendar se njegovi predstavniki nahajajo povsod. So nasprotniki vsega iracionalnega, alternativnega.

To so skeptiki, ki komaj čakajo, da okrijejo kakšno »prevaro« (astrologi, bralci misli, zdravilci,...)in jo podkrepijo z znanstveno razlago. Vse se, da razumsko razložiti. Mislijo, da je za vso zlo na svetu krivo pomankanje spoštovanja do znanosti in strogih dejstev ter površno mišljenje.

- **družbeno tradicionalni pogled na svet**

Resnični jaz se nahaja v družbenih vlogah (mati kot gospodinja, mož zdravnik,...), ki jih je institucionalizirala kultura, pomen časti, spoštovanja. Nisi pomemben kot samostojni posameznik ampak kot predstavnik neke rodbine.

Verjamejo da se resnica nahaja v zapuščini zahodne civilizacije, zavzemajo se za klasične resnice v literarni in filozofski tradiciji (Shakespeare, Michelangelo, atenski modreci,...)

- **novoromantični pogled na svet**

Hrepenenje po času romantike, vračanje v čas pred industrijsko revolucijo, vračanje h koreninam. Ne verjamejo v znanost.

Kronološko bi jih razporedila:

1. **družbeno tradicionalni pogled na svet**
2. **znanstveno razumski pogled na svet**
3. **postmoderno ironični pogled na**
4. **novoromantični pogled na svet**

4. **Razdelajte postmoderni pogled na svet! V čem je »ironija« tega pogleda pri posameznih skupinah, ki ta pogled predstavljajo?**

Postmoderni pogled na svet lahko delimo na:

- **konstruktiviste** – aktivno zavzemanje za konstruktivistično razmišljanje in ravnanje
- **igralce** – bolj po občutku preigravajo in sestavljajo različne kulturne vire, oblike in obrazce (izumitelji mešanic starega in novega

- **nihiliste** –relativizem resnic(e) jih vodi do sklepa o lažnosti vsakega pogleda na svet-prišli so do zaključka, da vsa konfliktna verovanja ne morejo biti resnična, zato so vsa lažna (pankerji, darkerji)

5. **Kakšen je odnos do »resnice« v vsakem od 4ih temeljnih pogledov na svet?**

postmoderno ironični pogled na svet-resnica je družbeno konstruirana

znanstveno razumski pogled na svet-resnico odkrijemo s sistematičnim proučevanjem

družbeno tradicionalni pogled na svet-resnica se nahaja v zapuščini zahodne civilizacije

novoromantični pogled na svet-resnico najdemo v doseženi harmoniji z naravo in/ali duhovnem raziskovanju notranjega jaza

6. **Kateri od 4ih pogledov na svet so med seboj bolj ali manj konfliktni? Razložite na primeru!**

Najmanj konfliktna se mi zdita znanstveno razumski pogled na svet in družbeno tradicionalni pogled na svet saj se medsebojno podpirata in predstavljata strukture (politične, socialne, ekonomske) moči v sodobni družbi. (iz knjige) Npr. če bi hoteli postati predsednik Amerike bi morali javnosti pokazati, da imate ukoreninjeno ameriško tradicionalno kulturo, obnašati bi se morali kot bel, srednjerazreden družinski človek, na vsake toliko bi se morali pokazati v cerkvi. Ne smete se pokazati kot preveč postmoderni ali novoromantični. Če meditirate, bi bilo to dobro skriti...

Najbolj konfliktna se mi zdita znanstveno razumski in novoromantični pogled na svet. Npr. novoromantični pogled ne verjame v znanost, predstavniki se predajajo meditaciji, odkrivanju samega sebe, znanstveno razumski pa ravno obratno, verjame samo znanosti.

7. **Kakšen je koncept »jaza« v vsakem od štirih temeljnih pogledov na svet?**

postmoderni pogled: ni resničnega jaza, jaz je skonstruiran in rekonstruiran v socialnih kontekstih, v odnosih – odnosni jaz

znanstveno razumski pogled: do resnice pridemo prek zunanjih, objektivnih dejstev o jazu, o oseb(nost)i, pomen objektivnega testiranja, zunanjega eksperta

družbeno tradicionalni pogled: resnični jaz se nahaja v družbenih vlogah, ki jih je institucionalizirala kultura, pomen časti, spoštovanja

novoromantični pogled: z meditiranjem in introspekcijo odkrijemo notranji resnični jaz

8. V katerem izmed 4ih pogledov oz. v katero kombinacijo dveh (ali več) pogledov na svet prepoznate svoj pogled na svet? Razložite!

Prepoznam se v postmodernem pogledu na svet in sicer bi se lahko uvrstila med »igralce«. Krožim med kulturnimi oblikami, sprejemam več verskih ritualov npr. krščanska vera in maše kot oblika meditacije ter joga kot druga oblika meditacije. Vodi me nek tok in se na kulturne spremembe preveč ne oziram.

9. V katerega od 4ih pogledov na svet bi uvrstili Andersenov pogled na 4 temeljne poglede na svet? Utemeljite odgovor!

Kot postmodernega konstruktivista.

10. V čem Anderson vidi ključ za preživetje (soobstoj) v današnjem in prihajajočem svetu? Razložite, kako to razumete?

Ključ vidi v tem, da smo ljudje sposobni govoriti več jezikov, torej da znamo zazvzeti vsakega od njegovih pogledov na svet.

To razumem tako, da se moramo vsi prilagoditi, razumeti vse poglede na svet.

Moderni in postmoderni pojem jaza oz. identitete

1. Kako psihologi moderne (znanstveno razumske) dobe utemeljujejo dve osrednji predpostavki, na katerih temelji psihologija jaza (identitete)?

- da je normalno, če oseba razvije trden in skladen občutek identitete

temelj razvojne psihologije jaza – utrjen jaz ostane stabilna poteza osebnosti, poznavanje posamezne poteze omogoča napovedovanje zdravega/bolnega vedenja osebe

Psihologi trdijo, da se otrok nauči identificirati se kot pozitiven človek (veliko samozavesti) ali kot negativen človek (malo samozavesti), to pride iz domačega okolja in s stilom socializacije. Verjamejo, da je samopodoba fiksna, in ostaja enaka tudi v prihodnosti osebnosti. Če poznaš kakšno je mnenje posameznika o sebi, lahko predvidiš njegova dejanja.

- da je za osebo dobro in zdravo, če ji to uspe, če ne, gre za bolezen praktično neprevpraševana predpostavka, tako samoumevna

enotno mnenje o sebi (npr. velika samozavestnost) **dobro**

neskadnost (enkrat samozavestnost drugič nesamozavestnost) **slabo**

Oseba, ki ima je enkrat samozavestan drugič ne ,naj bi bila bolna duša... To naj bi bila celo osnova za živčno vedenje. Vsi bolj spoštujemo osebe s trdnim karakterjem, nedosleden človek pa je nezanesljiv, lažen,...

2. Katere tri vrste neodvisnih spremenljivk je Gergen s sodelavci variiral v seriji psiholoških esperimentov? Na katerih odvisnih spremenljivkah je isti avtor ugotavljal rezultate? **Razložite, kako razumete pojem odvisne in neodvisne spremenljivke v eksperimentalnem načinu, kaj je eksperimentalna in kaj kontrolna skupina, kaj pomeni prej-po raziskava!**

Neodvisne spremenljivke, ki jih je Gergen variiral v psiholoških eksperimentih so:

- vpliv druge osebe
- vpliv situacije

- vpliv posameznikovih motivov

Rezultate je ugotavljal na:

- subjektova samopredstavitev, samoocena
- subjektovi občutki samoodtujenosti in iskrenosti

3. **Opišite eksperiment Gergena in sodelavcev, kjer je raziskoval vpliv druge osebe na samoopredeljevanje (samovrednotenje) poskusne osebe, kjer je druga oseba potrjevala, krepila pozitivno samopodobo (identiteto) poskusne osebe!**

V eksperimentu je sodelovalo 18 študentk. Izpraševalka je vprašala dekleta nekaj vprašanj o njihovem okolju, nato 60 vprašanj o tem kako vidijo same sebe. Kadarkoli se je oseba opisala pozitivno je izpraševalka pokazala znake odobritve; pokimala je, se nasmehnila, se strinjala. Kadar se je oseba opisala negativno je izkazala nestrinjanje; zmajala je z glavom, namršila čelo ali se nestrinjala z izjavo. Študentki je postalo jasno, da ima izpraševalka zelo pozitiven pogled nanjo.

Kot rezultat tega postopka, je študentkino samoovrednotenje postajalo čedalje bolj pozitivno. To povečanje pozitivnosti je bilo izrazito večje kadar so se zgodile minimalne spremembe, kadar dekleta niso dobile odziva izpraševalke.

Ta eksperiment kaže da je lahko spreminjati masko identitete, ampak pove malo o osnovnih čustvih. Ali so študentke mislile, da zavajajo izpraševalko, ko so ji govorile eno a mislile drugo? Da bi preverili njihovo samooceno po pogovoru, so prosili dekleta, da podajo iskreno samovrednotenje, ki ga izpraševalka ni videla. Ugotovili so znatno rast samozavesti deklet, ki so dobile pozitiven odziv izpraševalke.

4. **Opišite eksperiment Gergena in sodelavcev o vplivu zunanjega vtisa oz. zunanjih značilnosti vedenja druge osebe na način samoopredeljevanja (samovrednoteja) poskusne osebe!**

V eksperimentu je sodelovalo 54 parov študentk. Dobile so nalogo, da napišejo svoj opis.

Rečeno jim je bilo, da bodo svoj opis dale prebrati drugi osebi v paru. Vendar so v resnici dali drugi študentki prebrati vnaprej pripravljen opis (lik bahača in cmere).

V prvi skupini so zamenjali opis z opisom bahača:

Oseba naj bi napisala da je vesela, inteligentna in lepa, obožuje šolo, imela je čudovito otroštvo in je optimistična glede prihodnosti

V drugi skupini skupini so zamenjali opis z opisom cmere:

Cmera je napisala da razmišlja o tem, da bi pustila študij, je nesrečna, grda, in neumna, imela je grozno otroštvo, sovraži šolo, skrbi jo prihodnost.

Študentke so prosili, da napišejo odgovor svoji partnerki, v katerem poskušajo biti čimbolj odkriti o sebi.

Samoovrednotenje tistih študentk, ki so prebrale opis bahača so našle pozitivne lastnosti o sebi, ki jih ni bilo nikjer v samooceni izpred enega meseca, negativne lastnosti so skrile. Oseba se hoče poenotiti s potrjevanjem svojih vrlin. (Kot bi oseba pravila: »Če ti misliš, da si tako super, jaz sem tudi kar čudovita.«)

Samoovrednotenje študentk z opisom cmere, se je močno razlikovalo od tistih z bahačem. Študentke so pri svojem novm opisu priznale svoje slabosti, ki se jih prej niso zavedale. Vendar niso priznale, da so tako nesrečne kot oseba na drugi strani, to so naredile tako, da niso zamolčale vrlin, ki so jih opisovale v prvem opisu. (Kot bi oseba pravila: »Vem kaj misliš s tem, jaz imam tudi probleme.«)

Po nalogi so študentke vprašali več vprašanj:

Ali je možno, da so besede tvoje partnerke vplivale nate na kakeršenkoli način?

Kako odkrito si se počutila do nje?

Ali misliš, da je bila tvoja samoocena popolnoma točna?

60% deklet je je reklo, da so bile popolnoma zadovoljne s takim opisom same sebe kot so ga predstavile partnerki, da partner ni imel vpliva na njihove besede in da so bile popolnoma iskrene in natančne.

40% deklet se je počutilo odtujene od svoje prezentacije. Dekleta so snela svoje maske z zavedanjem, da to dejansko počnejo.

5. Opišite eksperiment Gergena in sodelavcev o vplivu telesnega videza druge osebe na način samoopredeljevanja (samovrednotenja) poskusne osebe!

Iskali so moške, ki bi opravljali zanimivo, dobroplačano poletno delo. Ko so se prostovoljci javili, so jih same posedli v sobo z dolgo mizo ter jim dali za izpolniti nekaj testov. V testih so bila tudi vprašanja, kjer so morali podati svojo samooceno. Razložili so jim, da njihovi odgovori ne bodo vplivali na njihove možnosti za zaposlitev, ampak njihove iskrene odgovore rabijo samo zato, da so tvorili dober test. Ko je kandidat izpolnjeval pole, so v sobo poslali svojega pomočnika, ki naj bi bil še en kandidat za službo.

V polovici primerov je bil to g. Čisti, lepo oblečen človek, v poslovni obleki, s svetlečimi čevlji, s kovčkom iz katerega je vzel ducat ošiljenih svinčnikov in platonovo knjigo.

V drugi polovici primerov ja bil to g. Umazani, ki je prišel z raztrgano majico, s hlačami razparinimi na kolenih, in z en dan staro brado. Ni imel svinčnika ampak samo staro, obrabljeno knjigo (The Carpetbaggers).

Noben pomočnik ni spregovoril s kandidatom med izpolnjevanjem testa.

Nato so primerjali samoocene pred in po prihodu pomočnika. G. Čisti je povzročil velik padec samozavesti, kandidati so se nenadoma počutili površni, neumni in slabši od protikandidata. G. Čisti je bil zastrašujoč lik.

G. Umazani pa je dal vsem psihološki dvig. Po njegovem prihodu, so se kandidato počutili lepši, prepričani in optimistični. Lahko bi zaključili, da so jim pomočniki naredili veliko uslugo s tem, da so jim povečali samozavest.

6. **Spomnite se nekaj primerov, ki dokazujejo vpliv situacije, konteksta na vaše samoopredeljevanje (samovrednotenje) oz. katere vam znane osebe!**
 - ko te profesor, starš, prijatelj... pohvali glede neke izjave se takoj počutiš pametnejše

7. **Zamislite si nekaj primerov, ki dokazujejo vpliv motivov na način vedenja (javne oz. socialne podobe, identitete) osebe!**

8. **Povzemite in razložite ugotovitve na podlagi Gergenovih eksperimentov!**

Izjemna fleksibilnost jaza, kar pa ne pomeni, da so naši odnosi lažni: ko si jo nadenemo, maska postane resničnost

Obstajajo osrednje težnje v konceptu jaza, vendar sta obseg in kompleksnost bivanja ogromni: posameznik ima mnogo potencialnih jazov, ki se razvijejo v konkretnih družbenih okoliščinah

Opustiti predpostavko, da normalni razvoj opremi posameznika s koherentnim občutkom identitete; zavajajoča vrednost, ki jo družba pripisuje enoviti identiteti, enodimenzionalnosti

Bolj skrb vzbujajoče je, ko postanemo preveč zadovoljni s sabo, preveč utrjeni v eni identiteti; mit o romantični ljubezni in kakovosti dolgotrajnih intimnih odnosov

9. **Kako Gergen spodbija klasični (moderni, znanstveno razumski) predpostavki, na katerih temelji psihologija jaza (identitete)?**

Dvomi, da človek normalno razvije jasno podobo o svoji identiteti in če jo razvije lahko se lahko pojavi več čustvenih stisk. Dolgoročna intimna razmerja, ki so tako cenjena v današnji družbi, so nesumljiv vzrok za te stiske ker stlačijo in zamrznejo lastno identiteto. Verjame, da ljudje izbirajo maske.

10. Razložite Gergenovo razumevanje psihologije jaza (identitete) na primeru mita o romantični ljubezni in pogosto nasprotnih izkušnjah (rigidnost, ujetost v rutino itn.) partnerjev v dolgotrajnem ljubezenskem odnosu! Kaj predlaga Gergen, da bi ublažili ali celo preprečili takšne odnose?

Vsi smo naučeni, da zakon razveseljuje dušo, ozdravi osamljenost in osvobodi duha. Res je, da na zunaj ljubezen in intimnost priskrbijo izkušnje v osebni rasti. Ljubljenni se vidijo kot strastni, poetični, vitalni, privlačni, posameznik postane vse kar si želi biti, pomerja nove maske. Z varnostjo ljubezni, osebnost lahko na novo zacveti. Ponavadi mit o zakonu hitro umre. V nekaj mesecih po poroki pari začutijo krčenje svoje osebnosti. Vloga partnerja postane stalna in rigidna.

Nova osebnost, ki pride na plan v zgodnji fazi zveze je deloma odvisna od čustvene intenzivnosti v tem obdobju. Vendar je redko da bi vzdržali to veliko strast, ali tolerirali jezo in depresijo, ki sta neizogibno nasprotno čustvo. Izžrpani smo od vseh čustve in zamenjamo strast z mirom. Težko je obnoviti čustva, ko smo jih enkrat potlačili, čeprav jih lahko nekateri dogodki sčasoma vzbudijo nazaj.

To je skrb vzbujajoča slika, ampak če se zavedamo procesa, ki nam omejuje osebnost, ga lahko omajamo. Lahko povemo naše izkušnje drugim, bolj ko so nam različni več možnosti imamo da se otresemo rigidnosti. Če vsak partner predstavi nove zahteve, je oder pripravljen na nove maske in to vzbudi nova čustva do sebe. Iskrena komunikacija je nujna.

Psiho(sociobio)logija

1. Kako se je razvijalo pojmovanje odnosa med organizmom in okoljem?

Razvojno (zgodovinsko) gledano, vprašanje našega spoznavanja sebe in sveta prek procesov zaznave buri človekovega duha (sodeč po pisani dokumentaciji) že vsaj od časov grških filozofov, čeprav so percepcijo začeli sistematično eksperimentalno proučevati šele sredi devetnajstega stoletja (von Helmholtz 1867 v Gregory 1987). Prav z raziskovanjem zaznavnih procesov se je psihologija izvila iz objema filozofije in se ustoličila kot

eksperimentalna znanost. Toda temeljna filozofska vprašanja ostajajo brez "dokončnega" odgovora - po eni strani nas bega, kako majhen del zaznave je dostopen človekovi zavesti, po drugi strani pa ostaja nepojasnen in begajoč sploh pojav zavesti. Raziskovalci si niso enotni glede tega, ali človek prek svojih čutil preprosto **pobere** občutke (kot so barve, zvoki ali oblike) iz (zunanjega) okolja ali pa jih zaznavajoča oseba notranje **ustvari**.

Če se ozrem na različne psihološke in nevrofiziološke razlage vprašanja percepcije in zavesti z vidika **odnosa** med **organizmom** in **okoljem**, lahko ugotovim, da so nekako do prve tretjine dvajsetega stoletja (ob redkih idealističnih, solipsističnih teorijah, ki so povsem zanikale resničnost obstoja "zunanjega" sveta in zavzemale stališče, da "vse" obstaja zgolj v človekovi "glavi" oziroma "psihi") prevladovali realistične teorije zaznave in zavesti, ki so priznavale nek splošen **odnos** med "objektivnim" svetom in tem, kar človek zaznava, pri čemer je ta odnos v svoji nenaučeni osnovi "absoluten" (ena proti ena). Kljub določenim pojmovnim razlikam so se takrat delujoče psihološke šole strinjale glede osnovne zaznavne stopnje, ki ji ustreza "absolutna objektivnost", je torej popoln odsev **resničnega** sveta.

V drugi polovici dvajsetega stoletja pa so začele v okviru psihologije spoznavanja vznikati nove razlage človekove zaznave in zavesti. Avtorja Ittelson in Kilpatrick (v Ornstein 1973) na primer navajata Amesa ml. (1951), čigar eksperimenti s percepcijo so postali osnova **konstruktivistični teoriji**, ki niti ne zanika obstoja predmetov in "objektivnega" sveta niti ne predpostavlja, da ti predmeti obstajajo v dani obliki neodvisni oziroma ločeni od zaznavajočega organizma. Namesto tega Ames predlaga razlago, po kateri se svet vsakega posameznika **ustvarja pri ravnanju**, torej **v interakciji z okoljem**.

- 2. Razložite pojmovanje (osnovano na bioloških eksperimentih z zaznavo), da čutila živih bitij zaradi potrebe biološkega preživetja vrste delujejo kot sistem redukcije in poenostavljanja vstopnih signalov!**

Nevrofiziologi (na primer Lettvin, Maturana, McCulloch in Pitts 1959, Hubel in Weisel 1968) so eksperimentalno dokazali, da **čutila živih organizmov zaradi potrebe biološkega preživetja vrste delujejo kot sistem redukcije in poenostavljanja vstopnih (input) signalov**, kar omogoča le redkim dražljajem dostop do človekove zaznave in zavesti. To, kar določa zaznavo živega bitja, je biološka struktura njegovih čutil v odnosu do celotnega organizma.

- 3. Opišite nekaj bioloških in nekaj psiholoških eksperimentov z zaznavo!**

Gl. Zaključki!

Raziskovalci (Lettvin, Maturana, McCulloch in Pitts v Ornstein 1973, 171-185) so v petdesetih letih prejšnjega stoletja izvedli zelo domiselne **poskuse** z živalmi. V žabji vidni živec so na primer vgradili mikroelektrode za merjenje električnih impulzov, ki jih oko pošilja možganom. Žabo so posadili tako, da je bilo njeno oko v središču polja ($r=18\text{cm}$), na katerega notranjo površino so z magneti postavljali majhne predmete v različnih položajih in z možnostjo premikanja. Raziskovali so odnos med evociranimi oblikami električne aktivnosti in posameznimi predmeti, prikazanimi na notranji površini polja. Rezultati so bili presenetljivi: od vseh najrazličnejših oblik danega dražljaja so bile samo štiri različne vrste "sporočil" poslani z mrežnice žabjega očesa v možgane. To pomeni, da **biološka struktura** očesa žabe omejuje njeno **zaznavo** le na štiri različne tipe vidne aktivnosti - avtorji so opisali zaznavo kontrasta, premika, pomračitve in konveksnosti.

Raziskave tudi kažejo, da višji stopnji razvoja organizma ustreza večja stopnja selektivnega **naravnavanja**, uglaševanja, prilagajanja. Tako se npr. riba s kirurško obrnjenimi očmi nikdar ne privadi novemu gledanju sveta, človek z obrnjenimi očesnimi lečami pa se novi perspektivi že po nekaj tednih prilagodi in se nauči delovati v tako "spremenjenem" svetu - njegov čutilni sistem je zmožen **samonaravnavanja** (Naranjo, Ornstein, 1973).

4. Razložite eksperiment z zveržno sobo in razlago Ittelsona ter Kilpatricka!

Amesova *zveržena soba*, v kateri imajo stene trapezoidno obliko, in če skozi majhno odprtino opazujemo predmete in osebe v sobi, zaznavamo, da so le-ti zmaličeni – npr. preveliki ali premajhni in tudi drugače zverženi, ker ne pričakujemo, da bi bile stene tiste, ki imajo neobičajno obliko. Oseba je preverjala svoje zaznave tako, da je na primer s palico preizkušala oddaljenost opazovanih predmetov.

Ittelson in Kilpatrick trdita, da vsi ti in mnogi drugi eksperimenti kažejo, da zaznava nikdar ni končen, "objektiven" oziroma "absoluten" odsev **resničnosti** oziroma tega, "kar je". Je bolj napoved, človekov **osebni konstrukt**, ustvarjen zato, da bi predstavljal najboljšo možno domnevo, **interpretacijo** sveta, takšno, ki bi človeku omogočila izvedbo njegovih namenov delovanja. Te domneve, predpostavke človek izvaja na podlagi svojih preteklih izkušenj.

5. Kako možgani izbirajo oz. določajo svoj čutni input? Povzemite tudi najbolj radikalno stališče glede tega!

Če je človek v svoji zaznavi res uglasen, naravnani na podlagi svojega sistema (vnaprejšnjih) kategorij oz. konstruktov, potem lahko predpostavljamo, da mora obstajati tudi fiziološki mehanizem, ki omogoča uglasiti, naravnati njegovo zaznavo. Raziskovalci (npr. Pribram in Spinelli 1967) so eksperimentalno ugotovili, da možgani ne vplivajo le na končno zaznavo (output) nekega dražljaja, temveč vplivajo celo na sam vstopni dražljaj (input): **možgani torej izberejo oz. določijo svoj čutni input.**

Ornstein opisuje preprost **poskus**, ki ga lahko izvede vsak sam: zapremo eno oko, drugo pa s prstom potisnemo v stran. Vidni svet rahlo "poskoči". Videti je pretrgan, nepovezan. Ko pa oko premaknemo kot običajno, svet ni več videti diskontinuiran, poskakujoč. Če ne bi imeli nekje v motoričnem živčnem sistemu - v tem primeru v našem očesnem gibanju - ustreznega "zapisa" (konstrukta), bi vidni svet neprestano "poskakoval". To pomeni, da mora človek pri konstruiranju svoje zaznave upoštevati tudi svoje motorične gibe in premike in jih povezati s spremembami v končni zaznavi.

Nekateri raziskovalci (na primer Sperry, Taylor, Festinger) zavzemajo celo tako skrajno stališče, da trdijo, kako je zaznava odvisna **izključno** od **odgovora možganov**, ne glede na to, kateri vhodni, čutni dražljaj sproži dani odgovor - če je na primer oseba **pripravljena oz. naravnana**, da bo nekaj videla kot "takšno", potem bo to zares videla kot "takšno" in ne kot "drugačno".

6. Kako poteka vidno zaznavanje?

Za sodobno teorijo zaznave že dolgo ni več skrivnost, da na primer proces **gledanja, videnja** ne poteka v človekovih očeh, temveč z njihovo pomočjo. Je proces, ki se dogaja v človekovih možganih in ga določa kategorialni sistem možganov. Videnje je proces, ki se hrani le s tistim delom čutnih dražljajev (inputa), ki pride "skozi" človekove oči (in ki ga določa možganski odgovor oz. output), in posameznik oblikuje svojo zaznavo iz tega možganskega odgovora ter iz svojih preteklih izkušenj. Po nevrofiziološki razlagi se vzorci svetlobe v očeh (slike na mrežnici) prenašajo v možgane prek kodiranih električnih signalov, ki jih možgani nato interpretirajo kot predmete z zelo drugačnimi in neprimerno bogatejšimi, kompleksnejšimi lastnostmi od optičnih slik v očeh. Nadalje človek "vidi", tudi kadar ni zunanjega svetlobnega dražljaja, a pride do vzbujenja možganskega vidnega središča - na primer v sanjah, med električno stimulacijo možganskih središč, pri mehanskem pritisku na oči itn.

7. Razložite razumevanje, da sta zaznava in zavest konstrukcija, ne pa registracija »zunanjega sveta«!

Človekove oči se nenehno gibljejo in fiziologi razlikujejo večje gibe, imenovane **sakade** (hitre spremembe pogleda, med katerimi oko ostane statično približno 200 milisekund), in očesni tremor, imenovan **nistagmus**. Vsako sekundo utripnejo in spremljajo premikajoče se predmete. Pogled na predmet ni nikdar enak, sprejemna polja v očeh se stalno spreminjajo, in če bi človek resnično "videl" "slike" na svoji mrežnici, bi bil njegov vidni svet vsako sekundo drugačen (in, kot rečeno, neskončno siromašnejši). In vendar ostaja stabilen, to pa spet potrjuje hipotezo, da človek svojo zaznavo gradi iz selekcioniranih čutnih dražljajev, razvrščenih v že ustvarjene kategorije, s čimer njegova zaznava, konstruirana iz bogatega in stalno spreminjajočega se toka signalov, ki dosega posameznikova čutila, pridobiva svojo običajno **stabilnost**.

Če sta torej zaznava in zavest **konstrukcija**, ne pa **registracija** "zunanjega" sveta, potem se lahko s spreminjanjem narave konstrukcijskega procesa človekova zaznava spreminja. Zagovarjanje te hipoteze ima izredne posledice za (psihosocialno) delo z ljudmi, saj predpostavljamo, da se lahko s **spremenbo narave procesov interpretiranja, konstruiranja človekova zaznava, kognicija spreminja**.

8. Naštejte psihofiziološke in psihosocialne dejavnike človekove zaznave!

Različni **psihofiziološki in psihosocialni dejavniki** omogočajo in sprožajo takšno spremembo, torej reinterpretiranje oz. rekonstruiranje, neke vrste **samonaravnavanje** človekove zaznave, kognicije, zavesti (Ornstein 1973):

potrebe, namere in težnje posameznika povečujejo njegovo občutljivost ter dovzetnost za določen vidik ali del okolja (tako npr. znojenje poleti poveča potrebo po slani hrani; med čakanjem na prijatelja je oseba bolj občutljiva za običajno neopažene dražljaje oz. potencialne razlike, in prijatelja opazi prej, kot če ne bi bila naravnana nanj)

pretekle izkušnje posameznika priredijo proces sprejemanja dražljajev (input proces), tako da lahko oseba sestavlja ali gradi neko podobo že na podlagi majhne količine sprejetih dražljajev (inputa) (tako je npr. študentka navedla svoje doživetje, kako si je želela

pomaranč, prišla domov, stopila v shrambo, segla na polico, kjer običajno hranijo pomaranče, prepoznala in vzela eno, si jo olupila in začela jesti - nenadoma se ji je okus zazdel čuden, nič podoben pomarančnemu, še enkrat je pogledala sadež in ugotovila, da sploh ne gre za pomarančo, temveč za nek, njej doslej neznan sadež; kasneje se je izkazalo, da gre za posebno sorto križanca, ki ni toliko podoben pomaranči, da bi ju bilo težko razlikovati)

pričakovanje prihodnjih dogodkov pri posamezniku naravnava, konstruira njegovo zavest oz. zaznavo (spomnimo se npr. knjižne junakinje Pestrne, ki se je prestrašena vračala ponoči skozi gozd domov in v vsakem grmu, štoru, veji, kamnu itn. prepoznavala najrazličnejše pošasti)

izključevanje stalnic iz polja zavesti posameznika – **navajenost** (habituacija) in **avtomatizacija** (gibi neke spretnosti, npr. smučanja ali šofiranja avtomobila, ki so na začetku učenja polno zaposlovali posameznikovo zavestno pozornost, postanejo z napredovanjem in učenjem tako naučeni, poznani, navajeni in avtomatični, da se jih oseba ne zaveda več; na podoben način se človek navadi tiktakanja ure, brnenja motorja, predmetov ob vsakdanji poti v šolo ali na delo itn.)

9. **Z lastnimi primeri razložite vsakega od naštetih dejavnikov človekove zaznave!**
10. **Kako razumete postavko Maturana in Varela, da je »spomin na doživetje novo doživetje«?**

Stališča, stereotipi in predsodki

1. **Opredelite koncept stališč! Primerjajte pojem stališča s prepričanje, mnenjem, vrednoto!**

Stališče ≠ prepričanje, ki temelji le na spoznavni dimenziji (sklicujemo se na dejstva, argumente itn., če se ne sklicujemo na logične argumente, gre za verovanje, lahko praznoverje).

Mnenje je v primerjavi s stališčem bolj specifično, konkretno in manj stabilno, lažje spremenljivo; je izraz stališča v konkretni situaciji.

Vrednota označuje ideje ali situacije, ki so pozitivne, zaželene, za katere se je treba zavzemati, lahko jo sestavlja več stališč.

2. **Razložite, kakšna je vloga stališč! Navedite, nato pa na lastnih primerih pojasnite, kateri so dejavniki oblikovanja in spreminjanja stališč!**

Pomagajo organizirati in strukturirati našo predstavo o svetu; obenem vplivajo na naše zaznavanje, doživljanje določene situacije, predmeta; usmerjajo našo pozornost, zaznavo; vplivajo na naše učenje in pomnenje; nas ščitijo (pred vsem, kar bi nas utegnilo prizadeti, raniti) in prispevajo k utrjevanju naše samopodobe; z njimi izražamo svoje vrednote; nam omogočajo prilagoditev, doseg želenih ciljev ipd.

3. **Opreделите koncept stereotipov! Primerjajte vlogo stereotipov z vlogo stališč! Kakšen je vpliv stereotipov na obnašanje ljudi? Definirajte etnične stereotipe in to ponazorite s čimveč primeri, ki jih poznate iz vsakdanjega življenja!**

Stereotipiziranje je »proces opisovanja ljudi na osnovi njihove skupinske pripadnosti« (ne pa na podlagi njihove individualnosti, enkratnosti, posebnosti. V omenjenem procesu se lahko dogaja, da:

- ljudi obravnavamo tako, da so bolj **podobni članom svoje skupine** in bolj različni od članov drugih skupin (kot bi jih zaznavali, če jih ne bi ocenjevali na osnovi njihove skupinske pripadnosti)
- je zaznavanje skupin **diskriminatorno** – nagnjeni smo k prepričanju, da je skupina, ki ji pripadamo, boljša kot tista, ki ji ne pripadamo (Ule prav tam: 157)

»Večino stvari najprej definiramo in šele potem vidimo. V bogati, kompleksni konfuziji zunanjega sveta jemljemo samo tisto, kar je za nas naša kultura že definirala, in težimo k temu, da vse gledamo, vidimo v stereotipnih formah naše kulture«

Stereotipiziranje je torej način človekovega zmanjševanja, **poenostavljanja zaznavne kompleksnosti**, pri čemer igra pomembno vlogo kategorialni sistem, oblikovan v socialnih interakcijah – **kategorije socialnega konstruiranja sveta**.

Vpliv stereotipov na obnašanje:

Stereotipi so razmeroma **odporni na spremembe** (v kolikor so medskupinski odnosi stabilni), **spreminjajo pa se glede na družbeni kontekst**, najbolj, če pride do stvarnih sprememb v medskupinskih odnosih (na primer do novih pozitivnih medosebnih odnosov med člani različnih skupin) – vendar nekatere raziskave kažejo, da se spremenijo, recimo zmanjšajo, le stereotipi o konkretnih članih, ki so prišli v medsebojni **stik**, ne pa tudi stereotipi o skupini kot celoti.

Etnični stereotipi – poenostavljene, posplošene in neutemeljene sodbe o narodih ali narodnostnih skupinah oziroma pripadnikih teh skupin (na primer italijanski temperament, ameriški optimizem, nemška natančnost)

4. Opredelite pojem predsodkov! Primerjajte pojem predsodkov s stališči in stereotipi!

Predsodke lahko »definiramo kot vrsto stališč, ki niso upravičena, argumentirana in preverjena, a jih spremljajo intenzivne emocije in so odporna na spremembe« (Rot 1972 v Ule 1997: 163).

Predsodki so torej lahko pozitivni in negativni in imajo vse tri dimenzije stališč, spoznavno, čustveno vrednostno in dejavnostno. Predsodek se lahko oblikuje tako, da si ustvarimo celostni vtis o nekem človeku že na podlagi enega samega, delnega ali nepomembnega podatka o njem, ali da svoje enkratno opazovanje posameznika uporabimo za posplošitev opaženega na druge osebe skupine, ki ji posameznik pripada. Nenehno tvorimo začasne sodbe. Gordon W. Allport (1954, v Mitscherlich v Ule 1999: 13): »Začasne sodbe postanejo predsodki le tedaj, ko jih navkljub vplivu novega spoznanja ne moremo opustiti.«

5. **Naštejte in na konkretnih zamišljenih primerih ponazorite spoznavne znač. predsodkov!**

Predsodki imajo izrazito **spoznavno** (kognitivno) dimenzijo – Uletova po Berglerju (1984 v Ule prav tam: 164) to primerja z logiko karikature: »*karikature so toliko bolj izrazite, kolikor enostavnejše so, zreducirane na nekaj ključnih potez*«. Predsodki temeljijo in se ohranjajo prek polarizacij, kontrastov, razlik med kategorijami ljudi, predmetov, situacij.

Bergler navaja naslednje **spoznavne značilnosti** predsodkov:

- **kompleksnost** (sistemi karakterizacij, ne pa posamezne sodbe; npr. barva kože kot ključ za tipizacijo »črnca«, potegne za sabo druge značilnosti, ki jih nekdo pripisuje črncem – lenoba, kriminal, smisel za glasbo in ples itn.)
 - **strukturiranost** (rezultat združevanja z enimi in razlikovanja od drugih kategorizacij; npr. znotraj kategorije o Slovencih imamo podkategorije o Gorenjcih, Dolenjcih, Primorcih itn., pa naprej o Ljubljančanih, Kranjčanih, Ižancih itn.; na drugi strani nadkategorije alpske, sredozemske države, nekdanje jugoslovanske republike itd.)
 - **skupinska specifičnost** (predsodke si deli več ljudi in predsodki različnih skupin glede istih predmetov sodbe nagibajo k čim večjemu medsebojnemu razlikovanju, k poudarjanju razlik; npr. volilci različnih strank imajo izrazito različna mnenja glede istih političnih vprašanj)
 - **stabilnost** (predsodki so zelo odporni na spremembe, čeprav se lahko tudi spremenijo, npr. s starostjo, določenimi osebnimi življenjskimi izkušnjami)
 - **splošnost** (predsodki temeljijo na posploševanju, odprto pa ostaja vprašanje, ali se posplošitev sodbe glede določene skupine ljudi lahko prenese tudi na več skupin ljudi; npr. če nekdo sovraži Muslimane, ali sovraži vse Arabce itn.)
6. **Zamislite si čim več primerov negativnih in pozitivnih predsodkov iz vašega življenja! Kakšni so lahko občutki in sodbe, značilni za negativne socialne predsodke v večinskih oz. dominantnih skupinah.**

7. Razložite vlogo predsodkov s procesom socialne kategorizacije doživljajske kompleksnosti sveta!

Človek v soočanju z neizmerno kompleksnostjo sveta preživi le tako, da v svoji zaznavi svet **poenostavlja, ureja v kategorije**. Rupert Brown (1995, v Ule 1999: 25) daje primer:

»Vzemimo, da obiščem neko tuje mesto in moram najti pot do slovite znamenitosti. Zame je mnogo bolj koristno, če sem sposoben prepoznati določene kategorije ljudi (na primer policista, taksista, domačina), ki jih vprašam za smer, kot da preprosto vprašam prvega človeka, ki ga srečam (navadno je to prav tako izgubljen turist). Kar je v tako vsakdanjem primeru samo stvar primernosti, lahko postane v bolj grozečem okolju stvar življenja in smrti. Sposobnost prepoznati pripadnike »naše« in »njihove« strani na ulicah Bejruta in temu primerno vedenje lahko poskrbi, da postane hitro in točno kategorialno presojanje zelo pomembno za moj obstoj.«

Za namen kategoriziranja je pomembno, da jasno **razlikujemo med člani in nečlani** neke kategorije, neke skupine. Ustvarjanje predsodkov temelji na poudarjanju **kontrastov** med kategorijami, med skupinami (Campbell 1956, v Brown prav tam). **Spoznadni posledici kategorizacije** sta 1. povečevanje razlik med dvema primerjanima kategorijama in

zmanjševanje razlik znotraj kategorij (Tajfel 1959, v Brown prav tam) – pripadniki različnih skupin se opazovalcu zdijo še bolj različni, pripadniki iste skupine pa še bolj podobni.

8. Pojasnite izvir predsodkov in to ponazorite na primerih iz svojega vsakdanjega življenja!

makroekonomski pogoji: ekonomsko-politični (npr. predsodek do tujih delavcev v času ekonomske krize; ali primer »izbrisanih« v Sloveniji; ali primer Judov v nacistični Nemčiji /glej tudi Jezernik v časopisu Delo, 29.1.2005/, ko predsodki do manjšin idr. skupin postanejo *»prenašalci frustracij, strahov, občutkov ogroženosti in sovraštva na stigmatizirane manjšine«*, ki tako postanejo *»grešni kozel, na katerem se sprošča nakopičena agresija ljudi«* – *»to zlahka izkoristijo demagogi, diktatorji, ki preusmerjajo bes množic od nesposobnosti oblasti, da reši družbene probleme, na stigmatizirane manjšine«*, Ule prav tam: 177) in **kulturno-normativni** (npr. predsodek do

obnašanja pripadnikov manjšinske kulture, kot se je pred kratkim izrazil v Franciji do nošnje tradicionalne rute pripadnic muslimanske vere v šoli)

- **mikrosocialni** pogoji, povezani s širšimi družbenimi nasprotji:

a. **zgodnja socializacija in razvoj predpojmovnih kategorij**

(oblikovanje prvih posplošenih sodb o socialnem svetu pod vplivom staršev in pomembnih drugih, npr. rasni predsodki pri belih ameriških otrocih že pri treh letih starosti; močna povezanost med predsodki staršev in njihovih otrok; vpliv šole na razvoj predsodkov, npr. do domobrancev v slovenski državljanski vojni)

b. **frustracijske in krizne situacije v odraslem življenju**

(razumevanje, da predsodki izhajajo iz kriznih, travmatskih doživetij, potlačenih frustracij in nezadovoljstev posameznikov in skupin, ki ta svoja občutja usmerijo proti drugim ljudem)

9. Kaj vse lahko prispeva k preprečevanju predsodkov?

Preprečevanje etničnih predsodkov se mora začeti pri konkretnih, vsakdanjih primerih – **z otroki** v vrtcu, mali šoli, osnovni šoli, **mladostniki** v osnovni in srednji šoli se pogovarjamo o njihovih osebnih izkušnjah iz neposrednega socialnega okolja in temu ustrezno organiziramo situacije, v katerih lahko pridobijo izkušnjo konkretnega neposrednega stika, na primer s pripadnikom skupine, do katere otrok je ali bi lahko razvil negativni socialni ali etnični predsodek. Obenem s takšnim pristopom prispevamo k ustvarjanju **mikrosocialne klime** v skupini, razredu, ki preprečuje ali ovira oblikovanje predsodkov. V primeru (skupin) **odraslih** oseb, ki so se znašle v krizni situaciji ali imajo za sabo težko travmatsko izkušnjo, prispevamo k preseganju socialnih predsodkov, s katerimi je oseba reševala ali rešuje svojo frustracijo, tako da krepimo vire moči te osebe (skupine oseb) za njihovo preokvirjanje in nadomeščanje z novimi, konstruktivnejšimi vzorci reševanja osebnih stisk, frustracij, kriz. Raziskave kažejo, da najlažje spremenimo predsodke, ki so posledica konformizma z okoljem – **s spremembo okolja** se ukinejo okoliščine, ki so pogojevale nastanek predsodkov.

K spreminjanju in razgrajevanju predsodkov lahko prispevajo tudi (Ule prav tam: 189):

- sprejem **zakonodaje** in ustrezni kazenski pregon v primeru diskriminacije določenih skupin;
- sistematično **izobraževanje** o neupravičenosti in nesmiselnosti predsodkov; neposredni stiki s stigmatiziranimi posamezniki in skupinami.

Toda predsodki so izredno trdovratni in zelo odporni na spremembo. Najtežje spremenljivi pa so tisti predsodki, ki so se v življenju posameznika ali skupine razvili kot sredstvo za ohranjanje samopodobe s preusmerjanjem lastne negotovosti ali prizadetosti na ranljive, nemočne posameznike ali skupine, ki odigrajo vlogo tarče, žrtve njihove frustracije.

10. Vpliv predsodkov na obnašanje! Pojasnite na primerih!

Stopnje izražanja predsodkov (Allport 1954 v Ule 1997: 183):

- **obrekovanje** (npr. v šalah, vicih o »južnjakih«)
- **izogibanje** (socialna razdalja na individualni ali družbeni ravni – uzakonjene norme, prepreke pri vzpostavljanju stikov; npr. mesta na javnih prevoznih sredstvih, odrejena za manjvredne skupine ljudi, nekdanje za črnce v ZDA, za Jude v nacistični Nemčiji)
- **diskriminacija** (preprečevanje dostopa ogroženih, ranljivih skupin do občih dobrin, npr. neenake možnosti šolanja, zaposlovanja, bivanja, kratenje osnovnih državljanjskih svoboščin, človekovih pravic, ki jih ima na razpolago dominantna skupina – spolna diskriminacija žensk pri plačilu za enako delovno mesto kot moški itn.)
- **nasilje** (npr. prepoved vstopa v določene javne ustanove, fizični napadi – napadi skin headov na tuje delavce)
- **genocid** (npr. Judov v 2. svetovni vojni, več afriških ljudstev v sodobnem času, izkušnja iz nedavne vojne na ozemlju bivše Jugoslavije)

Predsodki delujejo kot neke vrste pričakovanje, kot **samoizpolnjujoče se napovedi** oziroma prerokbe. Če se staršu ali psihiatrinji ali socialni delavki zdi, da oseba s težavami z duševnim zdravjem ne more skrbeti zase, se lahko začno do nje obnašati

pokroviteljsko in s tem krepijo njeno odvisnost, s čimer se pričakovanja starša, psihiatrinje, socialne delavke izpolnijo in potrdijo.

11. Na katero pomembno dimenzijo doživljanja stigme s strani stigmatiziranih opozarja Goffman? S katerimi psihosocialnimi pojavom lahko to povežemo (velja tudi za predsodke)?

Stigmatiziramo skupine, »ki s svojim obnašanjem ali s svojimi fizičnimi posebnostmi ne zadostijo 'standardu normalnosti'.« »Stigma označuje takšno posameznikovo lastnost, ki ga loči od večine v skupnosti, tako da ima večina in tudi on sam to lastnost za odklonsko, deviantno (Goffman 1986)«

Osebo lahko stigmatiziramo zaradi njenih najrazličnejših prizadetosti oziroma oviranosti (telesnih, duševnih, intelektualnih, učnih itn.), drugačnega (odklonskega) načina življenja, kršenja določenih navad in norm, biografskih značilnosti (kriminalna dejanja, diagnoza duševne bolezni, prostitucija). Meja drugačnosti, zaradi katere lahko nekoga stigmatiziramo, praktično ni, kriteriji normalnosti so ali neizpolnjeni v celoti ali protislovni, obenem pa zaradi socialne konstruiranosti spremenljivi.

12. S kakšnimi strategijami vse posamezniki poskušajo obraniti pred napadi na svojo identiteto? Ponzorite na primerih iz vsakdanjega življenja!

Stigmatizirani posamezniki poskušajo zaščititi svojo identiteto z razvojem različnih strategij od **prikrivanja stigme** (na primer prizadeva si delovati poudarjeno normalno) prek **sprejemanja stigme** (se na primer vda in se obnaša v skladu s stigmo) do **refleksije stigme** (se na primer trudi soočiti z razlogi za svojo »drugačnost«). Predstavniki dominantne skupine (»normalnih«) (strokovnjaki, starši itn.) običajno vsak poskus stigmatiziranega dokazati, da je »normalen«, interpretirajo kot dodaten dokaz za človekovo drugačnost, ga torej obrnejo proti njemu, kar vodi v začarani, samookrepljujoči krog stigmatizacije, v kateri so »normalni«, »močni« še močnejši, še bolj večvredni in pokroviteljski, »nenormalni«, »stigmatizirani«, »nemočni« pa še šibkejši, odvisnejši, še bolj manjvredni, nedorasli, infantilni.

13. Razložite pojem »identitetne politike« stigmatizirane osebe! Zamislite si primer stigmatizacije žensk, druge rase ali na področju duševnega zdravja, kjer se stigmatizirana oseba lahko začne »prisilno identificirati s stigmo« se »infantilizira«!