

# 1. Opišite 4 temeljne cilje psihologije in naštejite 5 problemov, s katerimi se ukvarja:

## Cilji

### OPIS (DESKRIPCIJA)

- Sistematično povezane izjave o značilnostih pojavov, ki jih proučujemo
  - Opredelitev pojavov
- Definicija, bistvo
  - Določanje značilnosti
- Kvalitativne
- Kvantitativne
  - Razvrstitev pojavov
- Vsaka znanost se začne z deskripcijo...
  - Že od Aristotela
- Vendar se ne sme končati zgolj z opisom ... kako bi npr. opisali neko čustvo: veselje, žalost, jezo, strah, ljubezen / bi to zadoščalo???

### RAZLAGA (EKSPLANACIJA, EKSPLIKACIJA)

- pojasnjevanje
  - vzroki
- vzročno pojasnjevanje omogoča napoved ... in načrtno spreminjanje (modifikacijo, kontrolo) pojavov

PROBLEM: vzrokov je lahko več

Kako bi npr. ločevali med nujnimi in zadostnimi vzroki? Aspirin je lahko zadosten vzrok, da neha boleti glava, ne pa tudi nujen? Kaj pa navidezna vzročnost?

### NAPOVED (PREDIKCIJA)

- Velik pomen predikcije v znanosti
  - znanstveni način napovedovanja
- namesto starih mantičnih načinov
- Temelji na vzročnih razlagah in pomeni aplikacijo vzročnih zakonitosti
  - "če x..., potem y"
- Na napovedovanju temelji praktično ukrepanje

### NADZOR, SPREMINJANJE (KONTROLA, MODIFIKACIJA)

- praktično ukrepanje na podlagi napovedovanja
- nadzorovano, sistematično koristno ukrepanje
  - npr. v aplikativni psihologiji
- svetovanje, tretma, terapija
- učenje, trening itd.

## Problemi

### MEDOSEBNE IN SKUPINSKE RAZLIKE

Psihologija in psihologi hočejo ugotoviti, kako in zakaj se razlikujemo med seboj, kako in zakaj se pojavljajo psihološke in osebne razlike glede na spol, starost in druge demografske značilnosti, ugotoviti hočejo v čem smo si bolj, v čem manj podobni.

- ❖ Kako se posameznik razlikuje od drugega posameznika
- ❖ Kako se pripadnik neke skupine razlikuje do drugega pripadnike iz druge skupine

### SOCIALNI ODNOSI

Psihologe zanima, kako se oblikujejo naši medosebni odnosi, naši odnosi z drugimi, naši družinski odnosi, kakšen vpliv na nas ima naše kulturno in socialno okolje. Kako vplivajo na nas socialne institucije, skupine, množica. Kako starši, sorojenci, vzgojitelji, učitelji vrstniki, znanci, prijatelji, predpostavljeni, podrejeni. Kako vplivajo razni mediji, npr. knjige, revije, televizija, računalništvo, kako vpliva na nas kiberprostor, kako virtualna resničnost?

### PSIHIČNO ZDRAVJE, PROBLEMI IN MOTNJE

Psihologe seveda tudi zelo zanima, kako in zakaj nastajajo, se oblikujejo in razvijajo psihični problemi, težave in motnje, od najblažjih, do najhujših.

### KAKO BOLJE RAZUMETI SEBE IN DRUGE

Zanima psihologe še posebej zato, ker hočejo na podlagi psiholoških spoznanj razumeti človekovo duševnost, obnašanje in osebnost, tako pri samem sebi, kot pri drugih; obenem hočejo s širjenjem psiholoških spoznanj omogočiti tudi ostalim boljše razumevanje sebe in drugih.

### PSIHIČNO SVETOVANJE IN PSIHOTERAPIJA

Zanima jih, kako naj s svojimi spoznanji vplivajo na psihične probleme, težave in motnje, kako naj jih lajšajo, odpravljajo, kako naj s svojimi spoznanji oblikujejo psihološko svetovanje in psihoterapijo.

- ❖ Vedeti moraš kdaj je kateri pristop primeren
- ❖ Analitske terapije: pri potlačenih zadevah

## **2. Opiši in navedi predstavnika:**

- ❖ **Pozitivna psihologija:** Novejša psihološka disciplina (zadnjih 20 let narašča zanimanje zanjo), katere glavni predstavnik in oče je Martin Seligman
- ❖ Nanjo je vplivala eksistencialistična in humanistična psihologija
- ❖ Ukvarja se s preučevanjem človeške sreče, smisla, psihičnega blagostanja, kakovostjo življenja, optimizmom, pozitivnimi emocijami, upanjem, osebno rastjo, humorom, empatijo, ljubeznijo, samospoštovanjem, zadovoljstvom in splošnim dobrim počutjem

- ❖ V ospredje postavi človekove potenciale □ osredotoča se več le na psihološke probleme in pomanjkljivosti (motnje, nervoze, histerija, obup, depresija)
- ❖ Človeka obravnava kot subjekt in ne kot objekt
- ❖ Kot glavni cilj človeškega bivanja dojema srečo
- ❖ Za optimalno življenje je pomembno pozitivno doživljanje sveta, sebe in drugih
  - **Behaviorizem:**
  - **Psihoanaliza:**
  - **Funkcionalizem:**
  - **Strukturalizem:**

### 3. Opiši pojme:

- **načelo parsimoničnosti:** utemeljitve morajo biti karseda preproste; povedano na najbolj enostaven, preprost način - **occamova britev: (pravilo znanstvenega spoznanja)** Veljajo tiste razlage, ki so najbolj preproste
- **hipotetični konstrukt:** nekaj, kar ne moremo prijeto v roko, ne obstaja zares. S tem si mi lažje razlagamo stvari in jih lažje razumemo, npr. inteligentnost, čustva.
- **frenologija:** list za PO
- **projekcijske tehnike:** testi za analizo osebnosti z nestrukturiranimi in nejasnimi dražljaji (asociativne tehnike, tehnike kreacije, tehnike dopolnjevanja, tehnike risanja in pisanja, igralne tehnike)

Najbolj znane:

- Rorschachov preskus: uporablja se za ocenitev normalne ali abnormalne osebnosti v psihodiagnostični praksi. Tesitranec mora opisati 10 predlog s packami. Preizkus je učinkovit v kombinaciji z drugimi psihometričnimi postopi in dopolnjeni z anamnezo (asociativna)
- Test tematske apercipije (TAT): Murray trdil, da se lahko osebnost razlaga preko motivacije in zunanjih pritiskov. Testirancu je prikazano 30 risb (dvoumne aktivnosti različnih oseb v različnih situacijah, črno-bele barve) → mora povedati kaj je pripeljalo do nastale situacije, kaj se dogaja, kaj se bo zgodilo in kako čutijo osebe na sliki (konstrukcijska)

### 4. Kaj so prispevali k psihologiji:

- MARULIČ: definicija psihologije, omenjen v knjigi Božičeviča
- WUNDT: oče psihologije, strukturalizem, intraspektivni eksperiment, Temelji psihologije, prvi raziskovalni laboratorij
- BINET: oče testov sposobnosti, binetarij, standardizacija testov sposobnosti, koncept inteligentnosti, Binet - Simonov test, pojem umske starosti
- FREUD: pojem nezavednega, psihoanaliza, potlačevanje, spolni gon, Ojdipov kompleks

- WATSON: klasično pogojevanje, eksperiment Mali Albert, teorija emocij, utemeljitelj behaviorizma
- SELIGMAN: oče pozitivne psihologije, naučena nemoč, naučeni optimizem
- GALTON: fiziološki koncept inteligentnosti, zanimanje za sposobnosti, Londonska šola
- PLATON: 3 duševne plasti, odnos med dušo in telesom, materialni svet, nesnovna duša
- RORSCHACH: projekcijske tehnike
- ARISTOTEL: teorija forme, delo O duši, 3 duševne plasti, kritika Platona
- JAMES: funkcionalizem, filozofija pragmatizma, delo Principi psihologije, evolucionizem
- PAVLOV: behaviorist, raziskoval reflekse, klasično pogojevanje, eksperimenti na psih, fiziologizem

## **5. Kaj pomenijo glavne merske značilnosti psiholoških instrumentov:**

### **a) Veljavnost**

### **b) Zanesljivost**

### **c) Objektivnost**

### **č) Občutljivost**

Psihološke metode in tehnike ocenjevanja so drugačne kot razni časopisni »testi«: psihološki testi, vprašalniki in lestvice so psihometrično utemeljeni, to se pravi, da so umerjeni kot pravi merski instrument ter da so standardizirani in normirani. Ta razlika pomeni, da so psihološki instrumenti uporabni, časopisni testi pa so namenjeni zabavi in nimajo diagnostične vrednosti. Psihološki preskusi so rezultat skrbne, zahtevne in dolgotrajne izdelave; njihova "konstrukcija" temelji na znanstvenih merilih, ki dajejo končnemu izdelku pravo mersko in diagnostično vrednost. Časopisni "testi" (razen redkih izjem) niso nič drugega kot površna imitacija pravih testov in nimajo nobene veljavnosti.

MERSKA ZNAČILNOST	NJENE PODVRSTE (TIPI)	NAČINI UGOTAVLJANJA
VELJAVNOST	<i>vsebinska konstruktna</i>  <i>kriterijska</i>	subjektivna ocena dedukcija iz konstrukta faktorska analiza korelacija s kriteriji
OBJEKTIVNOST	<i>pri ocenjevanju pri razumevanju</i>	korelacija med ocenjevalci
ZANESLJIVOST	<i>stabilnost v času ekvivalentnost notranja skladnost</i>	test – retest primerjava s paralelnim preskusom alfa koeficient, primerjava polovic...
OBČUTLJIVOST		zadostna razpršenost rezultatov, analiza postavk



**6. Napiši kaj v psihologiji pomeni psihofizični dualizem (str 16.) in kaj psihofizični interakcionizem? (str. 66, 67) (Zgodovina psihologije, Musek)**

Psihofizični dualizem je zgodnje pojmovanje duševnosti, ki je bilo prisotno pri elementarnih (prvotnih) ljudstvih oziroma kulturah. Svet je podvojen in se deli na materialni ter duhovni del. Materialni del je vidna materialna lupina, torej vse tisto kar lahko vidimo in zaznamo z očmi. Duhovni del oziroma duhovno bistvo pa je očem nevidno in duševni svet nima razsežnosti. Narava našega izkustva nas sili v psihofizični dualizem. Tisto kar zaznamo je realnost (materija, materialna stvarnost), obstaja pa tudi očem nevidna eterična duhovnost (duša).

Psihofizični interakcionizem je Descartesova rešitev psihofizičnega problema. Duh in materija sta dve popolnoma različni substanci (biti), vendar do interakcije med telesnim in duševnim dogajanjem vseeno prihaja.

## 7. Razložite topiko in strukturo osebnosti pri Freudu

### TOPIKA

#### ZAVESTNI DEL DUŠEVNEGA DOGAJANJA

- ❖ Manjši del duševnega dogajanja
- ❖ Tu tisto, kar je sprejemljivo za nas in našo okolico

#### PREDZAVESTNI DEL

- ❖ Leži tik pod pragom zavesti
- ❖ Vsebine, ki lahko pogojno postanejo zavestne
- ❖ Je latentno prisotni del zavesti

#### NEZAVEDNI DEL DUŠEVNOSTI

- ❖ Večji del duševnega dogajanja
- ❖ Globoko zasidrane nagonske težnje
- ❖ Splone in agresivne želje ter impulzi
- ❖ Hudi konflikti
- ❖ Mnoge ideje, misli, čustva, ravnanja, nagibi

Nagonske težnje jaza, ki jih nadjaz ne sprejema, človek potlači.



Ves čas deluje MEDIGRA MED ONIM IN NADJAZOM; vsak s svoje strani pritiskata na jaz.

Če so pritiski prehudi, se mora jaz čezmerno braniti z obrambnimi mehanizmi (ki so skriti v nezavednem delu).

V najhujšem primeru lahko pride do nezavednih konfliktov, ki

## FREUDOVA STRUKTURA OSEBNOSTI - OSEBNOSTNE INSTANCE

### ONO = ID

- ❖ Ves del ida je nezaveden
- ❖ Prvotna struktura osebnosti z vsemi nagonskimi težnjami
- ❖ Nagonske težnje začnejo delovati takoj po rojstvu, a jih okolje (starši) zvrčajo □ dogivijo odpor

### JAZ = EGO

- ❖ Nekateri deli ega so nezavedni □ TISTI, KI SPROŽIJO OBRAMBNE MEHANIZME
- ❖ Nova zavestna instanca osebnosti
- ❖ Upošteva realnost in zahteve okolja

### NADJAZ = SUPEREGO

- ❖ Majhen del superega je nezaveden
- ❖ Instanca, ki zavzame privzete moralne zahteve, norme, ideale in posameznikovo vest

## 8. Opiši z največ 3 povedmi:

**a) Razvojno psihologijo:** Ugotavlja zakonitosti razvoja duševnih pojavov in proučuje značilnosti posameznih razvojnih obdobij. Razvojna psihologija raziskuje razvoj posameznih psihičnih procesov in funkcij (npr. umski razvoj, čustveni razvoj, socialni razvoj, razvoj moralnega presojanja) in celostni razvoj posameznika. Usmerja se k proučevanju razvojnih stopenj – prenatalnega obdobja, otroštva (otroška psihologija), mladostništva, odraslosti in starosti (gerontopsihologija).

**b) Organizacijsko psihologijo:** Oblikovala se je predvsem kot uporaba psiholoških spoznanj pri načrtovanju in organizaciji dela.

**c) Socialno psihologijo:** Proučuje družbene, medosebne (interpersonalne, interakcijske) vidike duševnosti. Zanimajo jo duševni pojavi in obnašanje v družbenih odnosih ter situacijah. Ugotavlja tudi zakonitosti delovanja manjših skupin (skupinska psihologija, skupinska dinamika).

**d) Pedagoško psihologijo:** Uporabljajo psihološka spoznanja na področju vzgoje, izobraževanja in šolanja. Ukvarja se predvsem z oblikovanjem dejavnikov, ki omogočajo večjo učno uspešnost, vzpostavljati skuša dobre odnose v razmerjih učenec – učitelj in učitelj – učenec – starši, zagotoviti želi uspešno delovanje šole kot sistema. Šolska psihologija skuša v sodelovanju z drugimi strokami odstranjevati izvire motenj in težav pri učenju in pri delovanju šole ter prispevati k izboljševanju šolskega sistema in šolske politike (šolske doktrine).

## **9. Kaj je bila osnovna teza skupine grških filozofov atomistov, povezana s pojmovanjem duše?**

Ni ene prasnovi, prasnovi je nešteto - ATOMI

Vse tvorijo neskončno majhni delci, ki jih ni mogoče deliti

Če je vse sestavljeno iz atomov, tako velja tudi za dušo

Demokrit zagovarja, da dušo sestavljajo skrajno fini atomi, ki so bolj okrogli in gibljivi kot delčki drugih snovi

## **10. Ali visoka korelacija med dvema pojavoma pomeni, da sta vzročno povezana (da je en posledica drugega)? Pojasni. Navedi vsaj 1 primer.**

- ❖ Veliko pojavov je soodvisnih = koreliranih, vendar med njimi ni neposredne vzročne zveze, temveč le korelacija
- ❖ Korelacija je pogosto posledica vzročnega delovanja neke tretje spremenljivke na korelirani spremenljivki - živahnost in zgovornost sta visoko korelirani, vendar med njima ni prave vzročnosti, je t.i. lažna vzročnost, ker kolerirata zaradi odvisnosti od skupnega vzročnega faktorja ekstravertne osebnostne dispozicije



Korelacija je lahko posledica posredne vzročne zveze - izobrazba in rasizem sta v negativni korelaciji, zaradi tega, ker izobrazba zmanjšuje dogmatizem, ki vpliva na rasizem. Izobrazba torej kolerira z rasizmom zato, ker posredno vzročno vpliva nanj in sicer preko dogmatizma

### **11. Prednosti in slabosti kvantitativnih in kvalitativnih metod**

#### Kvalitativno:

- + poglobljenost, gradi teorijo
- subjektivnost, ni merjenja in kontrole, težko ponovljiva merjenja

#### Kvantitativno:

- + temelji na teoriji, je izmerljivo, dober približek naravne situacije, podatke lažje interpretiramo
- generaliziranje, potrebuje velike vzorce, neosebno, vzame veliko časa, problem odzivnosti

### **12. V katere organe so postavljali center duše v preteklosti.**

Srce  
Jetra  
Prsni koš  
Diafragma  
Glava  
Možgani  
Kri