Metode psihologije

1.sistematično opazovanje:

 -introspekcija(je opazovanje lastnega notranjega oz psihičnega sveta)

 -ekstrospekcija(je opazovanje osebe oz njenega vedenja)

2.ekspiriment

Ameriški psihologi sami sebe imenujejo BEHAVIORISTI ta notranji svet človeka nemore biti predmet znanosti, zato ker ni objektivno dostopen.Do tega sveta ima dostop samo ena oseba,ki pa lahko o tem laže, noče govoriti o tem, zato so zaključili da je lahko predmet psihologije le človekovo vedenje.

 D ----> O ---> R Fiziološke spremembe

 dražljaj oseba reakcija Vedenje

-metoda s katero preučujemo osebo(notranje doživljanje,mišljenje,želje,čustva,sanje,..)je INTROSPEKCIJA

-metoda s katero preučujemo pa reakcije(fiziološke spremembe in vedenje) pa je EKSTRASPEKCIJA

Fziološke spremembe

-s tem mislimo srčni utrip,krvni tlak,ferkvenco glasu,potenje,.. so zanimive zato,ker praviloma niso pod nadzorom naše zavesti(nemoremo blefirati)

-te spremembe nadzira človekov avtonomni živčni sistem, na te spremembe se lahko naučimo vplivati,če se naučimo kakšno relaksacijsko tehniko

-te spremembe merimo s poligrafom(detektorjem laži)

-Behavioristi so trdili, da je oseba črna skala v katero nemoremo videti

-Behavioristi so zgornjo shemo D-O-R skrajšali na shemo dražljaj-reakcija(D-R), preučevali so samo vedenje notranjega sveta, rekli so da je psihologija veda o vedenju

-oni so predvsem preučevali vedenje živali

Behaviorizem ni uspel realizrati svojega programa, saj so reakcije človeka odvisne od predelave dražljajev,ki potekajo v duševnosti(misli,želje).

EKSPIRIMENT

1.Je najbolj tipična zavestna metoda za preizkušanje hipotez.(hipoteze so domneve v zvezi med pojavi).Zanimajo nas zlasti vzročne zveze.Primer ekspirimenta katerega avtor je Bandura in sicer če gledanje nasilnih prizorov na televiziji veča nasilje otrok.Bandura je želel prizkusiti Freudovo hipotezo,ki govori, da opazavoanje agresivnih prizorov v gledališču, deluje kot KATARZA (očiščenje, pri čemer se človek reši različnih agresivnih čustev,sovraštva,jeze in postane manj agresiven).Bandura je predšolske otroke izpostavil različnim agresivnim modelom in ugotovil je da gledanje agresivnih prizorov pri otrocih veča agresivnost.V enem primeru so otroci videli agresivneža v živo,v drugem pa po televiziji,tretjič pa so šli te prizore gledat v kino.V enem primeru je bila agresivnež ženska v drugem pa moški,enkrat je bil agresivnež za svoje dejanje nagrajen drugič pa kaznovan.V ekspiriment je vključil kontrolno skupino otrok, otroci te skupine niso videli agresivnega vedenja.Na začetku ekspirimenta sta bila kontrolna in ekspirimentna skupina izenačeni, nato je ekspirimentalno skupino izpostavil različnim modelom, na koncu ekspirimenta pa je skupini primerjal.Ugotovil je da so otroci agresivnost posnemali, v večji meri so otroci posnemali moške.Možno je da so se med ekspirimenti pojavili moteči dejavniki, ki so izkrivili rezultate ekspirimenta.Bobo je bil lutka, mogoče je to povečalo.