## OSEBNOST

**SOCIALNO ZAZNAVANJE IN SOCIALNA KOGNICIJA**

-način, s katerim dojemamo in presojamo druge ljudi, sami sebe, socialne odnose in socialne situacije, imenujemo SOCIALNO ZAZNAVANJE

-pomembno vlogo imajo tudi vnaprejšnje predpostavke in prepričanja o osebnosti, predvsem od tem, katere lastnosti sodijo skupaj in katere neIMPLICITNE TEORIJE OSEBNOSTI (prihaja do povezovanja določenih osebnih lastnosti, do kategorizacije)

**OSEBNOST KOT PREDMET ZNANOSTI**

-osebnost je razmeroma trajna in edinstvena celota duševnih, telesnih in vedenjskih značilnosti, po katerih se posameznik razlikuje od drugih ljudi

-osebnost je psihofizična celota: na vznoster je sicer kompleksen in razčlenjen sistem posameznih značilnosti, ki so med seboj povezane na različne načine, navzven pa deluje kot celota

+ZAKAJ NI ENE SAME TEORIJE OSEBNOSTI?

-teorija osebnosti je znanstvena razlaga, ki skuša povezati spoznanja o osebnosti v celovit in koherenten sistem

-teorije osebnosti: strukturne, psihoanalitične, vedenjske, humanistične, kognitivne

-teorije osebnosti lahko razlikujemo glede na to, kje iščejo izvor osebnosti oz. kako pojasnjujejo človekovo doživljanje in vedenje

--teorij osebnosti ne gre razumeti kot dokončnih in nevprašljivih resnic o osebnosti, ampak bolj kot poskuse da bi z določenih izhodišč in z določenimi pravili razložili osebnostno delovanje

**HIPOKRAT-GALENOV MODEL TEMPERAMENTA**

-Hipokrat je na osnovi štirih telesnih sokov(kri, žolč, sluz in vranični sok) razdelil ljudi v štiri tipe temperamenta: sangvinik, kolerik, flegmatik in melanholik

+*KOLERIK*razdražljiv, neobvladan, silovit

+*SANGVINIK*energičen, živahen, optimističen, lahkoten

+*FLEGMATIK*počasen, neodziven, miren, hladnokrven

+*MELANHOLIK*depresiven, potlačen, pesimističen

**EYSENCKOVA TEORIJA OSEBNOSTNIH POTEZ IN DOMENZIJ**

*+INTROVERTNI LJUDJE* so mirni, odmaknjeni, knjige so jim ljubše od ljudi, imajo malo prijateljev, ter se izogibajo novih in vznemirljivih situacij-strogo nadzirajo svoja čustva, nanje se lahko zanesemo

*+EKSTRAVERTNI LJUDJE* so družabni, radi se udeležujejo zabav, imajo številne prijatelje, radi se pogovarjajo, iščejo vznemirjenja in nove izzive, hitro izgubljajo nadzor nad čustvi in so pogosto nezanesljivi

*+ČUSTVENO LABILNI* ljudje so pogosto v skrbeh, njihovo razpoloženje se spreminja, imajo težave z nespečnostjo in trpijo za mnogimi psihomatskimi težavami, počasneje se odzivajo …

*+PSIHOCITIZEM IN NEPSIHOCITIZEM*- samotarski ljudje, ki jih drugi ljudje ne zanimajo ter se težko prilagajajo

-Eysenck je povezal prvi dve dimenziji s hipokratovimi tipi osebnosti:

- kolerik je človek, ki je ekstraverten in čustveno nestabilen

* singvinik je ekstraverten in čustveno stabilen
* melanholik je introverten in čustveno nestabilen
* flegmatik je introverten in čustveno stabilen

- ekstravertnost in intravertnost naj bi bili odvisni od ravni vzburjenja možganske skorje- prepričan je, da razlike v vedenju pripišemo genetskim razlikam v retikularni formaciji

* Eysenck je za obdelavo podatkov uporabljal faktorsko analizo=statistična tehnika, ki temelji na koleraciji

**PSIHOANALITIČNE TEORIJE OSEBNOSTI**

+PSIHOANALIZA je teorija o strukturi človeka in sveta, ki temelji na razkrivanju in analizi nezavednih mehanizmov, je klinična praksa, je gibanje, ki ga je začel Sigmund Freud

-osrednji koncept psihoanalitične teorije je nezavedno, ki je v ožjem smislu del duševnosti, sestavljen iz potlačenih vsebin, ki sprožijo neugodje

-nezavedno vpliva na posameznikovo doživljanje in obnašanje in to toliko bolj, ker deluje za njegovim hrbtom

-čeprav neposreden dostop do nezavednega ni mogoč, ga lahko spoznamo posredno, prek sanj, vsakdanjih spodrsljajev, nevrotičnih simptomov, …

-delitev duševnosti na ono, jaz in nadjaz omogoča boljše razumevanje dinamičnih odnosov znotraj duševnosti

*ONO* je kaotični rezervoar energije, v katerem brezpogojno vlada načelo ugodja

*JAZ* kot posrednik zunanjega sveta in pod pritiskom zahtev nadjaza odlaga neposredno zadovoljevanje nagonskih teženj in zagotavlja primerne objekte in načine njihove zadovoljitve

*NADJAZ* je sadistični gospodar jaza, ki zahteva nemogoče in katerega krutost do jaza je temvečja, čim bolj se mu jaz podreja

-zgodnji razvoj človeka poteka skozi 5 psihoseksualnih faz, katerih značilnosti so odvisne od oblike in izvora zadovoljitve libida / dogajanje v teh fazah, predvsem Ojdipov kompleks, bistveno zaznamuje posameznikovo nadaljnje življenje

**VEDENJSKE TEORIJE OSEBNOSTI**

+*BEHAVIORIZEM* je smer v psihologiji, ki preučuje le to, kar lahko vidimo in opazujemo, kar je dostopno objektivnemu opazovanju, torej vedenje

-vednjske teorije osebnosti temeljijo na učenju in ena najosnovnejših oblik učenja je pogojevanje obstajata dve vrsti pogojevanja: klasično in instrumentalno

-osebnost sestavlja vedenje, odgovore lahko iščemo v utrjevanju

**HUMANISTIČNE TEORIJE OSEBNOSTI**

-temeljijo na predpostavki, da ima človek svobodno voljo

-človeka obravnavajo holistično in ga preučujejo s fenomenološkega vidika

-najbolj znana predstavnika humanističnih teorij sta Maslow in Rogers

-Malow= teorija o hiearhiji potreb, po kateri so na najnižji ravni osnovne biološke potrebe, najvišja pa je samoaktualizacija, ki pomeni vrhunec človekovih motivov

-osnovni koncepti Rogersa pa so samopodoba, potreba po aktualizaciji ter pogoji osebnostne rasti

-na teh konceptih temelji tudi njegova h klientu ali osebi usmerjena terapija

**KOGNITIVNE TEORIJE OSEBNOSTI**

-ukvarjajo se s spoznavnimi procesi, dobiva čedalje večji pomen

-kognitivni psihologi poimenujejo mišljenje hkrati kot rezultat in vzrok našega vedenja

-prve teorije so poudarjale, da je človek v vsakem trenutku racionalno bitje, ki v vsaki situaciji poskuša najti nekakšno vzročno-posledično povezavo med različnimi pojavi

-v nasprotju z zgodnejšimi kognitivnimi teorijami pa socialni konstrukcionizem pravi, da socialni konstrukti nastajajo s pomočjo medsebojne komunikacijezato posameznikovo vedenje oz. tisto, kar dojema kot resnico, ni posledica objektivnega opazovanja sveta, ampaka proizvod socialnih procesov in interakcij ljudi med seboj

-tako je po tej teoriji resnica nekakšen kompromis razumevanja med ljudmi, čeprav jo vsak doćivlja kot pravo, objektvino obstoječo resničnost