

Osebnost

Struktura osebnosti

- Osebnost je razmeroma trajna in edinstvena celota duševnih, vedenjskih in telesnih značilnosti, po katerih se posameznik razlikuje od drugih ljudi
 - Osebnost zajema vse vidike posameznikovega delovanja in sicer duševne značilnosti (značilnosti duševnih procesov, osebnostne lastnosti), telesne značilnosti (značilnosti bioloških procesov in telesnega videza) in vedenjske značilnosti osebnost je psihofizična celota
 - Ta celota je edinstvena, saj imamo ljudje različno izražene zgoraj naštetih značilnosti (noben človek nam ni enak)
 - Osebnost, kot celota je tudi razmeroma trajna oz. dosledna (druge ljudi prepoznamo kot iste osebnosti v različnih okoliščinah in razvojnih obdobjih in prav tako tudi sebe)
Primer: Na zabavi srečate sošolko Sonjo iz osnovne šole. Čeprav ima pobarvane lase, drugačen slog oblačenja in se navdušuje nam drugačnim zvrstmi glasbe kot v osnovni šoli, jo takoj prepoznate. Še vedno je "ista Sonja" – enako prijazna, radovedna, odkritosrčna,...
- Psihologi gledajo na osebnost kot strukturo, sestavljeno iz posameznih enot (osebnostnih lastnosti) in odnosov med njimi
 - Osebnostne lastnosti so razmeroma trajne značilnosti, po katerih se ljudje razlikujemo med seboj

a.) Področja osebnostne strukture

- Osebnostne lastnosti razvrščamo v štiri področja osebnostne strukture in sicer:
 1. TEMPERAMENT
 - Zajema čustvovanje in način vedenja
 - Je pod vplivom dednih dejavnikov (npr. dvojčki, ki imajo zelo podoben temperament)
Primer: živahnost, umirjenost, družabnost, hitre in močne čustvene reakcije, hladnokrvnost
 2. ZNAČAJ
 - Zajema celoto motivacijskih, voljnih in etično – moralnih značilnosti
 - Pri značaju gre za vsebino vedenja
 - Je pod vplivom dejavnikov okolja
Primer: skromni, vestni, pošteni, marljivi, redoljubni, zahrbtni ljudje
 3. SPOSOBNOSTI
 - So lastnosti, ki bistveno vplivajo na uspešnost pri reševanju različnih nalog in problemov
 - Razdelimo jih lahko na telesne (moč, spretnost prstov, hitrost gibanja) in duševne (delimo jih na čutno – zaznavne in umske, med katerimi sta najpomembnejši inteligentnost in ustvarjalnost)
Primer: inteligentnost, glasbeni talent
 4. TELESNE ZNAČILNOSTI

Primer: višina, telesna teža, značilnosti posameznih telesnih delov (širina ramen, oblika nog, barva las in oči)

Tipološko pojmovanje osebnosti

- Tipološke teorije ali tipologije so predvidevale obstoj več osnovnih tipov osebnosti
 - Vsakega človeka naj bi bilo mogoče uvrstiti v nek tip in ga nekako kategorizirati
 - Nikogar ne moremo uvrstiti v dva tipa hkrati vsakdo namreč pripada nekemu tipu, stopnja izraženosti pa nas pri tem ne zanima

Primer: Ljudi glede na to, koliko govorijo, bi lahko razvrstili med zgovorne ali redkobesedne.

a.) Hipokrat – Galenova tipologija temperamenta

- Grški zdravnik Hipokrat je razvrstil ljudi v štiri osnovne tipe temperamenta (lat. pravo razmerje pomešanih telesnih sokov)
 - Zanj bili najpomembnejši sokovi kri, žolč, sluz in vranični sok
 - Čim bolj so telesni sokovi uravnoteženi, tem bolj je uravnovešeno človekovo življenje
 - Če kateri od sokov prevladuje, se to kaže v človekovem vedenju
- Ljudi je na podlagi teh štirih telesnih sokov, razvrstil v štiri tipe temperamenta
 1. SANGVINIK
 - Telesni sok: kri
 - Značilnosti: energičen, živahen, optimističen, lahkoten, topel, prijeten, družaben, zgovoren, odziven, brezskrben, odprt, dominanten
 2. KOLERIK
 - Telesni sok: žolč
 - Značilnosti: razdražljiv, neobvladan, silovit, nemiren, prepirljiv, nezadovoljen, agresiven, spremenljiv, dejaven, razburljiv, optimističen, aktiven
 3. FLEGMATIK
 - Telesni sok: sluz
 - Značilnosti: počasen, neodziven, miren, hladnokrven, pasiven, previden, razmišljajoč, zanesljiv, stabilen, skrben, ravnodušen
 4. MELANHOLIK
 - Telesni sok: črni žolč ali vranični sok
 - Značilnosti: depresiven, potlačen, pesimističen, miren, tesnoben, neodziven, tog, trezen, zadržan, nedružaben, čemeran, plah
- Le redke ljudi lahko uvrstimo v nekaj osnovnih tipov, saj je ljudi, ki bi jih glede vseh lastnosti z lahkoto uvrstili k enemu ali drugemu tipu, izredno malo
- Prednosti tipologij:
 - Manjše število temeljnih lastnosti uporabimo kot izhodišče za tipološko razdelitev
 - Razvrščanje v tipe je hitro, preprosto in enostavno
 - O človeku oblikujemo celotno sliko, ko ga uvrstimo v tip
 - Tipi so opisani črno – belo, z ekstremnimi lastnostmi, zato jih zlahka primerjamo

- Pomanjkljivosti tipologij:
 - Večina ljudi se približuje le čistim tipom, saj so njihove lastnosti nekje vmes med posameznimi tipi; ekstremov je malo
 - Ne zajemajo kompleksnosti in raznovrstnosti osebnosti, zato poenostavljajo in osiromašujejo osebnostno celoto
 - Zaradi ene, močno izražene lastnosti, ne vidimo drugih
 - Usmerjeni so na opaznejše vidike vedenja, tipi so prikazani preveč črno – belo

Dimenzionalno pojmovanje osebnosti

- Namesto tipologij se je v novejšem času uveljavilo dimenzionalno pojmovanje osebnostnih lastnosti
 - Določena lastnost je predstavljena kot nepretrgana dimenzija ali kontinuum, ki se razteza med dvema skrajnostma
 - Za vsakogar lahko poleg zastopanosti neke lastnosti določimo tudi stopnjo zastopanosti (= koliko je kakšna lastnost izražena)
 - Dimenzionalno določene lastnosti lahko tudi merimo
- a.) *Eysenckova teorija osebnostnih dimenzij*
 - Njegova teorija je postavljena na prepričanju, da je osebnost celota, sestavljena iz posameznih osebnostnih lastnosti
 - Osebnostne lastnosti so temeljne in se ne spreminjajo – če jih sestavimo dobimo osebnost
 - Osebnost je torej skupek različnih osebnostnih potez ali osebnostnih lastnosti, ki so lahko zastopane bolj ali manj (v različnih dimenzijah)
 - Lastnosti so lahko močne ali šibke
 - Ljudje se med seboj razlikujejo, ker so nekatere lastnosti močnejše ali šibkejšje od drugih
 - EKSTRAVERTNOST - INTROVERTNOST je ena od treh temeljnih osebnostnih dimenzij, ki po Eysenckovem mnenju določajo osebnost
 - Introvertni ljudje so mirni, odmaknjeni; imajo le malo prijateljev; izogibajo se novim in vznemirljivim situacijam; strogo nadzirajo svoja čustva; redkokdaj so agresivni in se skoraj nikoli pošteno ne razjezijo; nanje se lahko zanesemo
 - Ekstravertni ljudje so družabni; radi se udeležujejo zabav; imajo številne prijatelje; radi se pogovarjajo; iščejo vznemirjenje in nove izzive; radi se izpostavljajo in so precej impulzivni; radi zbijajo šale in se smeji; na svet gledajo z optimizmom; hitro izgubljajo nadzor nad svojimi čustvi in so pogosto nezanesljivi
 - Osebnostne lastnosti: družabnost, živahnost, aktivnost, samogotovost, iskanje stimulacije, brezskrbnost
 - NEVROTICIZEM (čustvena labilnost) – NENEVROTICIZEM (čustvena stabilnost) je druga temeljna osebnostna dimenzija, ki jo merimo z EOVS
 - Čustveno labilni ljudje so pogosto v skrbeh, njihovo razpoloženje se spreminja; imajo težave z nespečnostjo; trpijo za številnimi psihosomatskimi težavami; odzivajo se zelo čustveno in močno na dražljaje iz okolja

- Čustveno stabilni ljudje se odzivajo počasi, navadno so umirjeni, brezskrbni in z lahkoto nadzirajo svoja čustva
- Osebnostne lastnosti: majhno samospoštovanje, nesrečnost, tesnoba, obsedenost, odvisnost, hipohondričnost, občutje krivde
- PSIHOTICIZEM – NEPSIHOCITIZEM je tretja dimenzija, za katero velja, da je nekoliko manj utemeljena
 - Taki ljudje so lahko kruti, agresivni in nečloveški celo do tistih, ki jih imajo radi; manjka jim empatija; v odnosih z drugimi so pogosto sovražno naravnani, se radi norčujejo iz drugih in uživajo, če jih razjezijo; težijo k nenavadnim in nevarnim doživetjem
 - Osebnostne lastnosti: agresivnost, dominantnost, visoke aspiracije, manipuliranje, avanturizem, dogmatizem, maskulinitet
- Kolerik je človek, ki je ekstraverten in čustveno stabilen
- Melanholik je introverten in čustveno nestabilen
- Flegmatik pa je introverten in čustveno stabilen

Sposobnosti in inteligentnost

a.) Kaj je inteligentnost

- Uspešnost je povezana od posameznikovih sposobnosti (od njegove inteligentnosti)
 - Inteligentnost je ena od vrst sposobnosti
- Sposobnosti so osebnostne značilnosti, ki pomembno vplivajo na to, kaj zmoremo, kaj lahko dosežemo in koliko smo pri tem uspešni – sposobnosti so torej potencial ali zmožnost za dosežke na določenem področju
 - Dosežki in stopnja uspešnosti so odvisni tudi od znanja, motivacije, situacijskih dejavnikov in drugih osebnih značilnosti
 - Poznamo
 - a.) Telesne sposobnosti
 - statične (moč mišic, kapaciteta pljuč)
 - gibalne oz. motorične (koordinacija gibov, fina motorika)
 - b.) Duševne oz. psihične sposobnosti
 - čutno zaznavne (hitrost in natančnost zaznavanja)
 - umske (inteligentnost, ustvarjalnost, različni talenti)

Primer: Učenec je lahko zelo inteligenten, toda če ni motiviran za učenje, bo njegova uspešnost manjša. Tudi za izjemne dosežke na športnem področju ni zgolj talent. Vrhunski športniki so tudi vztrajni, motivirani za naporene treninge, imajo pozitivno samopodobo,...

- Inteligentnost je umska sposobnost
 - a.) Ljudje, ki hitro in učinkovito rešujejo miselne probleme in so zmožni logičnega mišljenja
 - b.) Ljudje, ki imajo dobro razvite besedne sposobnosti
 - c.) Ljudje, ki so socialno kompetentni (so sposobni učinkovite interakcije z drugimi)

- Sternberg in Detterman sta povzela, da je inteligentnost sposobnost učinkovitega mišljenja in prilagajanja okolju
- Za merjenje inteligentnosti uporabljamo različne teste inteligentnosti
 - Izražajo jo z IQ (količnik inteligentnosti)
 - Največ ljudi dosega na testih inteligentnosti povprečne rezultate
 - Le pri nekaj ljudeh je izmerjena inteligentnost izjemno nizka (IQ pod 70) ali izjemno visoka (IQ nad 130)

b.) *Gardnerjeva teorija o raznoterih inteligentnosti*

- Gardner razlikuje osem med seboj neodvisnih inteligentnosti (= visoka inteligentnost na enem področju ni nujno povezana z visoko inteligentnostjo na drugih področjih)
 1. JEZIKOVNA INTELIGENTNOST
 - Je sposobnost učinkovitega besednega izražanja in razumevanja kompleksnih besednih sporočil
 - Označuje jo občutljivost za pomen besed in za različne funkcije jezika
 - Primer:** branje knjige, pisanje eseja, razumevanje predavanja
 2. LOGIČNO – MATEMATIČNA INTELIGENTNOST
 - Je sposobnost abstraktnega in logičnega razmišljanja
 - Primer:** reševanje abstraktnih matematičnih problemov, deduktivno in induktivno mišljenje, znanstveno raziskovanje
 3. PROSTORSKA INTELIGENTNOST
 - Je sposobnost tvorbe vidnih predstav o poteku ali videzu stvari ter sposobnost znati se v prostoru in presoditi razmerja med predmeti v prostoru
 - Primer:** vožnja skozi neznano mesto, risanje, oblikovanje materialov
 4. GLASBENA INTELIGENTNOST
 - Je sposobnost ustvarjanja in poustvarjanja glasbe, prepoznavanja melodij in sledenja ritmu
 - Ljudje z razvito glasbeno inteligentnostjo so občutljivi na barvo, ritem, trajanje in glasnost zvokov
 - Primer:** igranje glasbenega instrumenta, petje, skladanje
 5. TELESNO – GIBALNA INTELIGENTNOST
 - Je sposobnost spretnosti uporabe telesa, nadzorovanja in koordinacije telesnih gibov
 - Primer:** usklajeno gibanje pri športu ali plesu, spretno ravnanje s predmeti pri ročnih spretnostih
 6. MEDOSEBNA INTELIGENTNOST
 - Je sposobnost razumevanja drugih ljudi in uravnavanja medčloveških odnosov
 - Kaže se kot spretnost pri navezovanju stikov in komuniciranju z drugimi ljudmi, kot sposobnost razumevanja njihovih težav, motivov in čustev ter v učinkovitem odzivanju na vedenje drugih
 7. ZNOTRAJOSEBNA (AVTIREFLEKSIVNA) INTELIGENTNOST
 - Je sposobnost zavedanja in razumevanja lastnega doživljanja in vedenja
 - Ljudje, ki imajo visoko avtorefleksivno inteligentnost, razumejo vzroke in posledice lastnega doživljanja, npr. čustvovanja in vedenja, ter ju zmorejo uravnati; poznajo svoje močne in šibke strani
 8. NARAVOSLOVNA (NATURALISTIČNA) INTELIGENTNOST
 - Je sposobnost sistematičnega opazovanja, razumevanja in natančnega razlikovanja naravnih in umetnih vzorcev ali sistemov
 - Primer:** prepoznavanje in klasificiranje rastlin, mineralov ali živali, vrtnarjenje, ribolov

- Pri poučevanju in učenju je smiselno uporabljati pester nabor učnih metod, s katerimi spodbujamo in omogočamo uporabljanje različnih vrst inteligentnosti in tako damo enake možnosti vsem učencem
- Obstajajo tudi dileme in nejasnosti pri Gardnerjevi teoriji o inteligentnosti
 - Menijo da Gardner ne govori o različnih inteligentnostih, marveč o različnih talentih (glasbeni talent, talent za šport) ter da meša inteligentnost kot umsko sposobnost z drugimi sposobnostmi (telesno – gibalna inteligentnost je telesna in ne umska sposobnost)
 - Opozarjajo, da je teorijo težko znanstveno preveriti, saj nimamo dobro razvitih psiholoških testov za ocenjevanje nekaterih inteligentnosti (medosebne in znotrajosebne)