

RAZISKOVALNE TEHNIKE V PSIHOLOGIJI

Psihologi pri svojem raziskovanju uporabljajo različne načine in postopke, ki jih imenujemo *metode*. Metode razdelimo na eksperimentalne (laboratorijski eksperiment, eksperiment v naravnem okolju) in na neeksperimentalne ali opisne metode (ekstraspekcijska, introspekcijska, študija primera, korelacijske povezave). Znotraj teh metod pa psihologi uporabljajo bolj specialne postopke za zbiranje podatkov, to so *raziskovalne tehnike*. Ločimo več vrst raziskovalnih tehnik, kot npr. intervjuje, vprašalnike, psihološke teste, ocenjevalne lestvice in sociometrično tehniko.

VPRAŠALNIKI

Vprašalniki so sestavljeni iz vprašanj, postavljenih v pisni obliki, psiholog pa z njimi želi dobiti različne podatke o spraševancu – o njegovih mnenjih, stališčih, interesih,... Vprašanja berejo in nanje odgovarjajo spraševanci sami. Ločimo dve vrsti vprašalnikov in sicer vprašalnike *zaprtega* in *odprtega tipa*. Pri zaprtem tipu so vprašanja že vnaprej določena, pri odprtem tipu pa jih testiranec napiše sam. Oba tipa vprašalnikov imata svoje prednosti in pomanjkljivosti, prednosti prvega so pomanjkljivosti drugega in obratno.

Pri odprtem tipu spraševancev ne omejujemo pri odgovorih, dobimo poglobljene in neizkrivljene podatke, ki jih lahko kasneje uporabimo pri individualni obravnavi in pomoči, dobimo temeljitejši vpogled v raziskovalni problem. Vendar pa ima odprti tip vprašalnikov tudi svoje slabosti, saj je analiza odgovorov zamudna in zahtevna, nekateri spraševanci pa niso pripravljeni sodelovati, ker je odgovarjanje preveč zahtevno.

Pri zaprtem tipu vprašanj je primerjanje odgovorov in analiziranje vprašalnikov enostavno, spraševanci odgovarjajo hitreje in lažje, zato tudi obstaja večja možnost, da bodo sodelovali. Zaprti tip vprašanj lahko lažje uporabimo pri velikih skupinah anketirancev, za izvajanje in proučevanje potrebujemo manj časa, zato je uporaba takšnih vprašalnikov cenejša. Zaprti tip vprašanj pa ima tudi svoje pomanjkljivosti, saj težko predvidevamo vse možne odgovore, zato so rezultati lahko izkrivljeni.

Spraševanci odgovarjajo manj premišljeno in morajo veliko brati.

Poznamo tudi kombinirane vprašalnike, pri katerih imamo nekaj podanih odgovor ter prostor za svoj odgovor, če se z nobenim izmed podanih ne strinjamo.

Vprašalnike pogosto uporabljamo v *anketah*. Pri teh gre za zbiranje podatkov, ki kažejo mnenja ali druge podatke večjega števila ljudi o določenem pojavu. Anketa lahko poteka tudi po telefonu, pismih, internetu,... ter nam omogoča, da zelo hitro dobimo podatke velike skupine ljudi. Pogoste so ankete javnega mnenja. Ta vrsta raziskovanja pa se ne pojavlja samo v psihologiji, uporabljajo jo tudi raziskovalci na drugih področjih, npr. sociologi in ekonomisti.

Posebna vrsta vprašalnikov, ki pa so značilni le za psihologijo pa so vprašalniki osebnosti. To so diagnostični pripomočki za ugotavljanje osebnostnih lastnosti. Sestavljajo jih vprašanja ali postavke, ki se nanašajo na različna področja osebnosti. Eden izmed vprašalnikov osebnosti je tudi Eysenckov model analize osebnosti, ki smo ga reševali v tretjem letniku. Vprašalnike osebnosti uvrščamo med psihološke teste.

PSIHOLOŠKI TESTI

Psihološki ali psihometrični testi so standardizirani instrumenti za merjenje psihičnih lastnosti. Glede na vrsto merjenih lastnosti jih lahko razdelimo na dve skupini: na *teste sposobnosti* in *teste osebnosti*. K testom sposobnosti spadajo testi inteligentnosti, testi dosežka, znanja in spretnosti ter testi ustvarjalnosti. Med teste osebnosti uvrščamo teste za merjenje osebnostnih lastnosti, teste značaja ter teste interesov, stališč in vrednot. Vsi testi so običajno sestavljeni iz vprašanj ali nalog, s katerimi dobimo številčni rezultat, ki nekaj pove o merjeni lastnosti izpraševanca. Večina testov je še vedno tipa papir-svinčnik, vse pogosteje pa se psihološki testi pojavljajo tudi v računalniški obliki.

Psihološke teste uporabljajo pri izbiranju kandidatov za delovna mesta, v vojski, pri psihoterapiji, vsi pa smo reševali test inteligentnosti v osnovni šoli.

Psihološki testi se razlikujejo od tistih testov, ki se pojavljajo v revijah in časopisih, saj morajo biti zanesljivi, veljavni in standardizirani.

To, da so standardizirani pomeni:

- Da je postopek testiranja enak za vse ljudi, npr. vsi dobijo enaka navodila in imajo na voljo enako količino časa.
- Da rezultat testa ugotavlja psiholog na podlagi norm populacije; norme dobimo običajno tako, da test rešuje velika skupina ljudi, ki je čim bolj podobna tisti, ki ji je test namenjen. Tako dobimo podatke o tem, kje so meje med visokimi, nizkimi in povprečnimi rezultati.

To da je psihološki test zanesljiv, pomeni, da mora dati konsistentne, zanesljive rezultate. Tako npr. test inteligentnosti ne more biti zanesljiv če pri prvem testiranju pokaže, da je testiranec nadpovprečno inteligenten, čez teden dni ob ponovnem testiranju pa da je ta isti testiranec podpovprečno inteligenten. Za ugotavljanje zanesljivosti psihologi uporabljajo več načinov, zelo pogosta je testno-retestna metoda. Pri tej metodi testiranci izpolnjujejo enak test dvakrat (v razmaku nekaj tednov ali mesecev), nato pa statistično primerjajo rezultate prvega in drugega testiranja. Čim bolj rezultati prvega in drugega testiranja sovpadajo, tem bolj je test zanesljiv.

Vsak psihološki test mora biti tudi veljaven, kar pomeni, da resnično meri točno tisto, kar si želimo. Tako test ustvarjalnosti ne more biti veljaven, če dejansko meri zmožnost besednega izražanja.

INTERVJU

Pravimo mu tudi psihološki razgovor in je temeljna psihodiagnostična tehnika.

Intervju je tehnika zbiranja podatkov, pri kateri smo v neposrednem stiku s spraševanci, vprašanja jim postavljamo »iz oči v oči«. Intervju je lahko strukturiran ali nestrukturiran.

Pri strukturiranem intervjuju so vprašanja in načini odgovarjanja nanje vnaprej določeni. Vsakemu spraševancu postavimo enaka vprašanja, za vse veljajo enaki pogoji spraševanja. Če je intervju popolnoma strukturiran, so možni odgovori že

vnaprej določeni. Tak intervju imenujemo tudi *standardiziran*, saj so vprašanja enotna oziroma standardizirana, vedno enaka.

Pri nestrukturiranem intervjuju je vnaprej določena le okvirna vsebina, vprašanja pa se razlikujejo od primera do primera. Psiholog ne postavlja vsem spraševancem enakih vprašanj, saj jih prilagaja odgovorom in po potrebi postavlja dodatna vprašanja. Vrstni red le teh ni določen. Nestrukturiran intervju imenujemo tudi *nestandardiziran*.

Obe vrsti intervjuja imata svoje prednosti in slabosti. Pri nestrukturiranem intervjuju dobimo popolnejše podatke, saj lahko spraševanec pove točno to, kar želi, spraševalec pa lahko z dodatnimi vprašanji razjasni, kar želi vedeti. Okolice intervjuja so bolj sproščene.

Strukturiran intervju pa je objektivnejši, saj je spraševalec manj čustveno vključen v pogovor, tako je njegov vpliv na spraševanca manjši. Odgovore, dobljene s strukturiranim intervjujem, lažje primerjamo med seboj, pa tudi posplošitve odgovorov so zaradi večje zanesljivosti in veljavnosti rezultatov bolj opravičene.

OCENJEVALNE LESTVICE

Z ocenjevalnimi lestvicami razporejamo proučevane pojave v kategorije ali pa jih razvrščamo po stopnjah. Obstaja več vrst ocenjevalnih lestvic, najpogostejše so opisne, številske in grafične. Pri opisnih lestvicah so posamezne stopnje določene z besednimi opisi, pri številskih pa besedne opise zamenjajo številke. Pri grafičnih lestvicah ni ločenih stopenj, namesto tega pa je narisana črta, ki poteka med dvema skrajnima točkama. Oceno označimo na tej črti. V praksi lahko kombiniramo dva ali celo vse tri tipe.

SOCIOMETRIČNA TEHNIKA

S sociometrično tehniko ugotavljamo odnose med ljudmi znotraj manjših skupin. Sprašujemo jih npr., kdo so njihovi najboljši prijatelji, s kom bi v razredu radi sedeli, s kom bi najraje šli na izlet. Vprašamo lahko tudi, kdo je tisti, ki ga ne bi izbrali, ali pa, koga želijo za vodjo skupine. Spraševanci imajo lahko na voljo samo en odgovor oziroma eno izbiro, ali pa je lahko teh tudi več, v nekaterih primerih pa lahko izberejo celo neomejeno število.

Tako dobljene podatke prikažemo s sociogramom, ki nam v grafični obliki pokaže pozitivne in negativne izbire ter obojestranske ali vzajemne povezave med posamezniki. Enosmerne povezave so prikazane z eno puščico. Dvosmerne ali vzajemne povezave simbolizirajo dvosmerne puščice. Oseba, ki je ni izbral nihče, je *osamljena*, tista, ki pa je izbrana največkrat velja za *zvezdo*. Znotraj večjih skupin se lahko oblikujejo tudi manjše skupine:

- KLIKE so vase zaprte skupine, pri katerih se člani skupine vzajemno izbirajo
- TRIKOTNIK je povezava med tremi osebami
- PAR je povezava med dvema osebama

Izračunamo lahko tudi indeks priljubljenosti. To je razmerje med seštevkom vseh dobljenih izbir in številom vseh možnih izbir. Čim večja je vrednost indeksa, tem bolj je nekdo priljubljen.

Sociometrično tehniko uporabljamo, kadar nas zanima vplivnost ljudi znotraj skupine, ugotavljanje prijateljstev, povezanosti skupine in socialnega statusa posameznika, ali ko želimo ugotoviti, kdo bi bil najprimernejši vodja skupine, kdo vpliva nanjo razdiralno, kateri člani so osamljeni ali pa jih izločajo. Ta tehnika je zelo uporabna v šolah, študentskih združenjih, poletnih taborih, v enotah vojske, v podjetjih, ...

ETIKA PSIHOLOŠKEGA RAZISKOVANJA

Psihologi se morajo pri svojem delu držati etičnih načel, ki so zbrana v etičnem kodeksu. To so pravila, ki preprečujejo neugodne posledice sodelovanja v psiholoških raziskavah in določajo načine ravnanja z ljudmi (včasih tudi z živalmi).

Vsaka država ima svoj kodeks psihološke etike, vendar pa si je večina v osnovnih načelih podobna.

Nekaj osnovnih načel:

- *Prostovoljno sodelovanje*
- *Seznanjenost z namenom raziskave*; če bi poznavanje namena raziskave lahko izkrivilo rezultate, mora biti proučevanec obveščen o tem, da o raziskavi vsega ne ve, vendar pa mu mora eksperimentator na koncu vse pojasniti
- *Če je proučevanec mladoleten morajo v raziskavo privoliti starši*
- *Proučevanci med raziskavo ne smejo doživljati stresov*; razen če so na to prej opozorjeni in so na to pristali oziroma če je to nujno za rezultate raziskave. Eksperimentator mora poskrbeti, da bodo raziskavo zapustili v vsaj tako dobrem duševnem in telesnem stanju, kot so jo začeli.
- *Proučevanci lahko vedno, v vsakem trenutku, brez posledic odstopijo od sodelovanja v raziskavi*, ter zahtevajo, da eksperimentator dobljene podatke uniči.
- *Vsi podatki, pridobljeni z raziskavo, so strogo zaupne narave* in njihova objava s praviimi imeni udeležencev ni dovoljena.
- Prib. 10% psihologov dela eksperimente na živalih, zato večina etičnih kodeksov vsebuje tudi *načela o ravnanju z živalmi*.