**PSIHOLOGIJA in DRUGE ZNANOSTI**

* Delitev ZNANOSTI:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **izkustvene/empirične znanosti** |  |  | **formalne znanosti** |
| * + proučujejo izkustveni vidik stvarnosti
	+ predmet proučevanja lahko merimo, opazujemo
 |  |  | * + predmet proučevanja ne moremo meriti
	+ (npr.: mat,fiz,…)
 |
|  |  |  |  |
| družboslovne(soc,geo,zgo) | naravoslovne(kem,bio,fiz) |  |  |
|  |  |  |
| (psihologija):družb.🠆proučevanje družbe, človekanarav.🠆duševnost ima organsko podlago,  proučevanje na biološki osnovi |  |  |

* Psihološke PANOGE:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **teoretične panoge**(cilj: priti do novih spoznanj) |  | **praktične panoge**(cilj: uporaba teh spoznanj v praksi) |

1. TEORETIČNE PANOGE:

* obča psihologija: proučuje duševnost normalnega odraslega človeka
* razvojna psihologija: proučuje značilnosti posameznih razvojnih obdobij (otrok, mladostnik, odrasli, …)
* socialna psihologija: proučuje duševne pojave v družbenih odnosih [tipična družboslovna]
* kognitivna psihologija:proučuje kognitivne procese(spomin,mišljenje,govor…)
* psihopatologija: proučuje nenormalne duševne pojave
* fiziološka psihologija: preučuje odnos med duševnim in telesnim (čustva: doživljamo notranje, izražamo navzven) [tipična naravoslovna]
* psihomerija: proučuje postopke merjenja duševnosti

2. PRAKTIČNE PANOGE: uporaba ugotovitev v praksi

* industrijska/psihologija dela: (motivacija delavca, selekcija kadrov)
* šolska psih.: psihologija v šoli (svetovanje,usmerjanje dijakov,predmet)
* klinična psih.: zdravljenje različnih duševnih motenj, bolezni, svetovanje
* športna psihologija:psihična priprava športnika na tekmo (~~stres~~,motivacija)
* psih. reklame: Kako pritegniti potrošnika?? (oblikovanje reklam, marketing)
* Pomen poznavanja psihologije v vsakdanjem življenju:
	+ - * boljše **poznavanje sebe**&drugih(zakaj v neki situaciji tako odreagiraš)
			* boljša **komunikacija**
			* boljši **odnosi** z drugimi
			* boljše reševanje **~~konfliktov~~** (ker poznaš druge, razumeš tudi druge)
			* **svetovanje** sočloveku pri njegovih težavah
			* lažje reševanje svojih ~~problemov~~
			* hitrejši napredek pri **učenju** (poznavanje učinkovitih metod učenja)-znaš se učiti,poznaš sebe🠦se odločiš za poklic,boljši odnos z učitelji…
	+ Sorodni poklici psihologu:
		- * klinični psiholog (izvajata psihoterapijo)
			* psihiater
			* šolski psiholog
			* pedagog (ukvarja se tudi z organizacijo na šoli)
* CILJI in NALOGE psihologije:
	+ - CILJI:

|  |  |
| --- | --- |
| teoretični ali spoznavni cilji(pridobiti nova spoznanja) | praktični ali uporabni cilji(uporaba spoznanj v praksi) |

* + - NALOGE:

|  |  |
| --- | --- |
| 1. **opisovanje:**duševni pojav poskušamo opisati,opredeliti(slab učni uspeh)
2. **pojasnjevanje:** pojasnjevanje vzrokov za duševni pojav, ki smo ga opisali (zakaj ima dijak slabe ocene – ker se ne uči, osebne težave, …)
 | **TEORETIČNE** |
| 1. **napovedovanje:** napovemo, kako bo s pojavom v prihodnje,če sprožimo vzročne dejavnike/nekaj spremenimo(več učenja-boljše ocene)
2. **spreminjanje:** sprožimo vzročne dejavnike, da bi pojav spremenili, izboljšali (več učenja, manj izven-šolskih dejavnosti…)
 | **PRAKTIČNE NAL.** |

* + med cilji je hierarhični odnos🠦cilji si sledijo zaporedoma, se nadgrajujejo
	+ TEŽAVE PRI URESNIČEVANJU CILJEV: najtežje napovedovanje in spreminjanje
		- Napovedovanje:
			* pomanjkljivih merskih inštrumentov (težko izmerimo duševnost)
			* nedoslednost med doživljanjem in vedenjem (ne povemo vedno kar zares doživljamo)
			* različni vzroki za nek duševni pojav se med sabo prepletajo
		- Spreminjanje: psiholog ne more vplivati na pripojene lastnosti (sposobnosti, konstitucija) in nepsihološke dejavnike (bolezen…)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * METODE v psihologiji:
 |  | eksperiment |
| opazovanje |
| spraševanje |

1.**Eksperiment:** je raziskovalna metoda, s katero ugotavljamo vzročno posledične odnose/odnose med pojavi

* + - eksperimentator načrtno posega v dogajanje
		- Lastnosti: dobra kontrola/nadzorovanost dejavnikov, objektivnost
		- Spremenljivke:

|  |  |
| --- | --- |
| neodvisna spremenljivka: | odvisna spremenljivka: |
| eksperimentator jo načrtno spreminja | tista, ki se spreminja zaradi spreminjanja neodvisne |

Npr.:Ali gledanje nasilnih filmov vpliva na otroke? (neodv.spr.: vrsta filma, odvisna: vedenje otrok)

* + - Skupine:

|  |  |
| --- | --- |
| eksperimentalna skupina | kontrolna skupina |
| (neodvisna spremenljivka deluje) | (dejavnik, ki ga ne proučujemo ne deluje) |

vsi ostali dejavniki morajo biti izenačeni (spol, starost, temperament, inteligentnost) 🠦 moramo jih kontrolirati (MOTEČE SPREMENLJIVKE)

(…včasih lahko uporabimo tudi eno skupino kot eksperimentalno in kot kontrolno-tako je izenačeno stanje pri poskusi in kontroli)

* + - Vrste eksperimentov:

|  |  |
| --- | --- |
| laboratorijski eksperimenti | naravni eksperimenti |
| + boljša kontrola motečih spremenljivk- nenaravna situacija/pričakovano obnašanje preizkušancev | - slabša kontrola+ pristnejši rezultati |

* + - Faze eksperimenta:
	1. predstavitev problema (Kaj bomo proučevali?)
	2. hipoteza (Predpostavka o tem kakšen bo rezultat)
	3. praktična izvedba (izvedba na različnih skupinah)
		+ KODEKS PSIHOLOŠKE ETIKE: moramo upoštevati moralno etiko:
			- prostovoljna udeležba
			- tajnost osebnih podatkov
			- eksperimentator je odgovoren za potek eksperimenta (škode)
			- preizkušenci naj bi bili v naprej obveščeni o eksperimentu
			- preizkušenci lahko vedno odstopijo od eksperimenta

2. **Opazovanje:**

* + vseh problemov ne moremo preučevati eksperimentalno: nemogoče(ljubezen vpliva na šolski uspeh), etično sporno(zanemarjanje otrok) 🠆 opazovanje
		- delitev:

|  |  |
| --- | --- |
| introspekcija:samo-opazovanje lastnih duševnih pojavov | ekstrospekcija:opazovanje vedenja drugih ljudi (mimika, kretnje, drža telesa) |
| + edina metoda, ki nam da vpogled v duševnost(kaj sanjamo, mislimo…)- subjektivnost(nismo kritični do sebe)- samo en opazovalec –subjektivnost- opažanj ne moremo primerjati(1 opazovalec)- nenatančnost (razkorak med opisom in doživljanjem, ne/kritičnost)- ni primerna za določene skupine (otroci, duševni bolniki)- enostranskost (vpogled samo v notranjost, nič v zunanjost)(npr.: opazovanje lastnega počutja med pisanjem kontrolne naloge) | + bolj objektivna+ …več opazovalcev+ primerna za skupine, ki niso primerne za introspekcijo (duševni bolniki)- proučevanci spremenijo vedenje, če se zavedajo da so opazovani- vpogled samo v vedenje, zunanjost, ne pa tudi v duševnost(npr.: opazovanje sošolca, ki je vprašan pred tablo) |

* + - pomanjkljivosti opazovanja: nek pojav ne moremo načrtno povzročiti, ampak moramo počakati, da sam nastane
		- lastnosti opazovanja:
			* zanesljivost:če opazovanje večkrat ponovimo, moramo dobiti enake rezultate
			* objektivnost: rezultat mora biti res odraz proučevanega-morajo se odražati lastnosti proučevanega predmeta, brez lastnega mnenja (upoštevati moramo vse rezultate,ne samo tiste,ki potrjujejo hipotezo)
			* veljavnost: merimo tisto, kar hočemo, brez drugih dejavnikov

(npr.: IQ test: ne smemo meriti znanja, razgledanosti, le inteligentnosti)

* + tem kriterijem zadostimo tako da:
		- * vključimo več opazovalcev
			* rezultate primerjamo
			* naredimo ustrezen načrt opazovanja
			* izdelamo ustrezne kriterije opazovanja
			* izobraževanje opazovalcev(opozorimo na možne napake opazovanja)

 Primerjava med **eksperimentom** in **opazovanjem**:

|  |  |
| --- | --- |
| načrtno poseganje v dogajanje | pojav nastane sam |
| +eksperiment lahko ponovimo pod istimi pogoji | - opazovanje ne moremo ponoviti pod istimi pogoji |
| + boljša kontrola motečih spremenljivk | - slabša kontrola |
| - umetna situacija-drugačno obnašanje | + bolj pristno vedenje |
| - ne moremo proučevati vseh pojavov | + lahko proučujemo tudi etično sporno |

3. **Spraševanje:**

* + - temelji na psihodiagnostičnih tehnikah:

|  |  |
| --- | --- |
| kvalitativne tehnike: | kvantitativne tehnike: |
| * + - * interviju
			* socionetrična tehnika
			* psihološka tehnika
			* projekcijske tehnike(test pack, risanje družine)
 | * + - * vprašalnik
			* test inteligentnosti
			* ocenjevalne lestvice
 |

INTERVJU: psihodiagnostična tehnika, s katero zberemo podatke o neki problematiki

* + - * + lastnosti:

ustno spraševanje

osebni kontakt med spraševancem in spraševanim

individualno zbiranje podatkov

* + - * + vrste:

|  |  |
| --- | --- |
| standardiziran vprašalnik:vnaprej pripravljena vprašanja, enak vrstni red ?, enaki pogoji spraševanja | nestandariziran vprašalnik:vnaprej pripravljena je samo tema, vprašanja prilagajamo gleda na odgovor |
| + lažje primerjamo odgovore med seboj+ lažja obdelava podatkov+ bolj objektiven+ manjši vpliv osebnosti spraševanca- odg. niso poglobljeni-manj podatkov | - podatke težje obdelamo in med seboj primerjamo- večji vpliv spraševanca, subjektivnost+ bolj poglobljena slika, več podatkov+ bolj sproščeno-podobno pogovoru |

* + - * + uporabnost intervjujev:

|  |  |
| --- | --- |
| * + uporablja se v raziskovalne namene
	+ do podatkov pridemo v kratkem času
	+ za primerjavo podatkov

(npr.: selekcija kadrov) | * + za pridobivanje bolj poglobljenih podatkov

(npr.: pri psihodiagnozi, svetovanju,…) |

VPRAŠALNIK: je pisno spraševanje in odgovarjanje na vprašanja, brez osebnega kontakta

* + - * + vrste:

|  |  |
| --- | --- |
| zaprt vprašalnik:izbira ustreznega odgovora od danih | odprt vprašalnik:na vprašanje se prosto odgovarja |
| + lažja obdelava podatkov- omejeni odgovori(primerna za raziskovalno nal.) | + dobimo več podatkov- težja obdelava podatkov- vprašanim se neljubi odgovarjati v pisni obliki, raje obkrožujejo |

* + - * + poseben primer vprašalnikov so **ANKETE**: vrsta vprašalnika, s katero proučujemo pojav v družbi na podlagi vzorca večjega števila ljudi (javno mnenje)

 Primerjava med **intervjujem** in **vprašalnikom**:

|  |  |
| --- | --- |
| ustna oblika | pisna oblika |
| osebni kontakt | ni osebnega kontakta |
| individualen | skupinski |
| manj ekonomičen | bolj ekonomičen |
| potrebujemo veliko časa | porabimo manj časa |
| pridobivanje podatkov o manjšem številu ljudi | za pridobivanje podatkov o večjem številu ljudi |

SOCIOMETRIČNA TEHNIKA:

* + za proučevanje odnosov v neki skupini
	+ pogosto se uporablja v šoli, na delavnem mestu,…-za ugotavljanje medsebojnih odnosov (s kom bi kdo rad sedel, preživljal prosti čas…)
	+ izbira je lahko:
		- * pozitivna / negativna (s kom bi rad sedel, s kom nebi rad sedel)
			* omejena / neomejena (z 1 ali z več osebami, s katerimi bi rad sedel)
			* enosmerna / dvosmerna (eden izbere nekoga, tisti pa izbere drugega, istega nazaj…)
	+ rezultate prikažemo:
		- * z **sociogramom** - je grafični prikaz odnosov med???????????
			* z **indeksom priljubljenosti** – št.izbir/št.vseh možnih izbir
	+ tisti, ki je velikokrat izbran-mu pravimo "zvezda"
	+ uporablja se (v šoli, taborih, vojski, službi…)-da ugotovimo, kdo je izločen-da ga vključimo v skupino, za iskanje vodij skupin, za reševanje konfliktov

PSIHOLOŠKI TEST: je standardiziran pripomoček, za merjenje psihičnih lastnosti

* + - * + vrste:

|  |  |
| --- | --- |
| testi osebnosti:(za ugotavljanje temperamenta, interesov…) | testi sposobnosti:(za merjenje IQ, sposobnosti, ustvarjalnosti) |

* + - * + vsi testi morajo biti standardizirani-morajo imeti enake pogoje uporabe
				+ vsak test ima določene norme (rezultat posameznika primerjamo z normo-tako ugotovimo ali je pod-nad-povprečen), z Gaussovo krivuljo lahko določimo posamezniku mesto v populaciji
				+ test mora biti:
			* **zanesljiv**: moramo pa ponovitvah dobiti enake rezultate (100%enakih rezultatov ni, saj je reševanje odvisno od več dejavnikov-ali smo takrat utrujeni, depresivni ko rešujemo test, čez leta se nam mišljenje spreminja…)
			* **veljaven**: test mora resnično biti pokazatelj tistega kar merimo (IQ-test: mora biti narejen tako da z njim res merimo inteligentnost, ne pa tudi znanja ali splošne razgledanosti)