

PSYK100 eigne eksamensoppgåver samla

Gjere reie for ulike perspektiv i psykologien

Felles innleiing

Psykologiens fokus på biologiske, psykiske og miljømessige faktorar som påverkar atferd er ikkje ny, og har vore ein sentral del av psykologiens historie. Psykologien har røtter innanfor ulike felt som filosofi, medisin og biologisk og fysisk vitenskap, noko som kan vere med på å forklare kvifor det psykologiske feltet har blitt så breitt. Som eit resultat av dette har ein fått ulike måtar å sjå på folk på, som ein kallar perspektiv, blitt ein del av psykologiens intellektuelle tradisjonar.

Til samanlikning mellom perspektiva: Sjenerte Ray

Ray var ein sjenert student då han begynte på høgare utdanning. Ray visste han var sjenert, spesielt blant kvinner, men likevel var han ikkje sikker på kvifor han var det. Han hadde vore nervøs på dei få datane han hadde vore på tidlegare. Gjennom sitt første semester møtte Ray nokre jenter han likte, men var redd for å be dei ut. Han klarte heller ikkje å få skikkelige gutevennar heller pga sjenansen sin. Då vinteren kom hadde han blitt deprimert og skulearbeidet lei grunna dette. Etter ein fin påskeferie med familien sin, snudde alt seg på hovudet. Han studerte hardt, gjorde det bra på skulen og blei vennar med nokon gutar på skulen. Humøret betra seg og så møtte han Kira. Kira såg han var sjenert, så ho bestemte seg for å be han ut. I dag har dei vore saman i eit år, og diskuterer ekteskap.

Til samanlikning: Kva skal ein samanlinkne

Opprinnelse

Kort om kvar

Fokus

Menneskesyn

Kva styrar atferd

Ray's eksempel

Metodar

Kritikk av kvarandre

Gjere reie for det psykodynamiske perspektivet

Gjere reie for det sosiokulturelle perspektivet

Gjere reie for det behavioristiske perspektivet

Gjere reie for det humanistiske perspektivet

Gjere reie for det kognitive perspektivet

Gjere reie for det biologiske perspektivet

Oppgåver som har blitt gitt til eksamen før angående perspektiva:

1. Gjør rede for hovodtrekkene i det biologiske perspektivet i psykologien.

1. Gjør rede for hovodforskjellene på det psykodynamiske og det behavioristiske perspektiv i psykologien

Gjere reie for det psykodynamiske perspektivet

Disposisjon:

Felles innleiing

Avgrensing

Psykodynamiske perspektivet

Freud

- psykoanalysen
 - ubevisste krefter
 - fri assosiasjon
 - forsvarsmekanismer vs indre krefter
 - termen psykodynamisk
 - kritikk og påverking
 - Neofreudinarar
 - kritikk mot seksuelle drifter i barndommen
 - ufalisifiserbar
 - innflytelse
 - stimulert forskning på drømmar, hukommelse osv
 - utvida psykologien

Moderne psykodynamisk teori

- nedtona seksuelle og aggressive drifter
- fokus på relasjonar i barndommen

Avslutning

- psykoterapi/mentale lidingar
- kritikk mot Freud/støtte av Freud

(felles innleiing)

Psykologiens fokus på biologiske, psykiske og miljømessige faktorar som påverkar atferd er ikkje ny, og har vore ein sentral del av psykologiens historie. Psykologien har røter innanfor ulike felt som filosofi, medisin og biologisk og fysisk vitenskap, noko som kan vere med på å forklare kvifor det psykologiske feltet har blitt så breitt. Som eit resultat av dette har ein fått ulike måtar å sjå på folk på, som ein kallar perspektiv, blitt ein del av psykologiens intellektuelle tradisjonar.

Avgrensing

Dette oppgåvesvaret vil gjere reie for det psykodynamiske perspektivet. Oppgåva vil ta for seg Freud og hans psykoanalyse og kva påverkingar den har hatt på utviklinga til psykologien, og avslutningsvis seie noko om kva som pregar den psykodynamiske teorien i dag.

Det psykodynamiske perspektivet prøvar å finne årsaken for atferd gjennom indre krefter i personligheten vår som unike mønster mønster av trekk, emosjonar og motiv, og vektlegg rolla dei ubevisste prosessane har for atferden vår. Dette er eit perspektiv som prøvar å forklare kvifor mennesket handlar på måtar som ein sjølv ikkje forstår. Sigmund Freud (1856-1939) utvikla den første psykodynamiske teorien, psykoanalysen, og har vore den mest innflytelsesrike personen i dette perspektivet.

Psykoanalysen

Gjennom behandling av pasientane sine vart Freud fascinert av hjernens mysterier. Han såg at nokre av pasientane hans lei av symptom som blindhet, smerter, lammingar og fobiar som ikkje var forårsaka av synlege funksjonsfeil eller lidingar. Freud meinte at årsakane måtte vere psykiske og at når pasientane ikkje kunne forklare symptoma bevisst, så måtte det vere ubevisste krefter som stod bak atferden.

Gjennom sin overbevisning danna han psykoanalysen, som er analysen av indre og primært ubevisste psykologiske krefter. Gjennom behandlingsformen fri assosiasjon, der pasienten ligg på ein divan og seier alt som fell dei inn, opplevde Freud at pasientane ofte kom inn på smertefulle og gløymte barndomsopplevingar der samtalen ofte letta frå dei traumatiske erfaringane.

Freud foreslo også at mennesket hadde sterke **medfødte seksuelle og aggressive drifter**, og at når desse uakseptable driftene blei straffa og undertrykt av foreldra, så lærte ein å frykte dei. Dette gjorde at ein utvikla forsvarsmekanismar, som er psykologiske teknikkar som hjelper individet med å takle angst og smerten til traumatiske opplevingar. Undertrykkelse er ein sentral forsvarsmekanisme som beskyttar oss mot å halde uakseptable impulsar, kjensler og minner i underbevisstheten. Denne dynamiske kampen mellom ubevisste drifter som vil komme til uttrykk og forsvarsmekanismar som undertrykker dei forklarar termen psykodynamisk.

Kritikk og påverking

Freud sin teori har skapt stor kontrovers. Til og med nokon av hans eigne tilhengjarar, Neofreudianarane, har vist ueinighet med teoriane hans, der spesielt barnet sine seksuelle drifter har blitt kritisert. Teorien har også blitt sett på som vanskeleg å teste, og blitt sett på som ufalsifiserbar. Freud sine teoriar har likevel hatt stor innflytelse, og har stimulert forskning på tema som drømmar, hukommelse, aggresjon og mentale lidelsar. Arbeidet hans har utvida psykologien til å inkludere studiet og behandlinga av mentale lidingar.

Moderne psykodynamisk teori

Moderne psykodynamisk teori har fortsatt å utforske korleis ubevisste og bevisste aspekt av personligheten påverkar atferd. Rolla til seksuelle og aggressive motiv har blitt nedtona, mens tidlege relasjonar med familie og foresatte som formar synet ein har på seg sjølv og andre har fått auka fokus gjennom objekt-relasjonsteoriane.

Det psykodynamiske perspektivet har dominerte tenkinga innanfor personlighet, mentale lidingar og psykoterapi i den første halvdel av 1900-talet, og påverkar fortsatt psykologien og utøvinga av psykoterapi i dag. Sjølv om dei fleste forskarar avviser Freuds teoriar, så har moderne psykologisk forskning funne hjernemekanismar som produserer ubevisste emosjonelle reaksjonar og at fleire aspekt ved informasjonsprosesseringa skjer utanfor bevisstheten.

Samanlikning, viss eg får det: RAY-eksempelet

Psykoanalysen

(For å forklare Ray sjenerthet rundt kvinner, ville Freud ha utforska om Ray ubevisst var redd for sine seksuelle impulsar og kanskje derfor unngjekk å sette han sjølv i date-situasjonar der han måtte konfrontere desse impulsane)

Moderne psykodynamisk teori

For å forklare Ray's sjenerthet, ville ein moderne psykodynamisk psykolog kanskje undersøkt Ray si oppfatning av seg sjølv og foreldra. Sjenertheten hans kan komme frå ei frykt for avvising som han ikkje er bevisst på. Denne frykten er kanskje basert dei forestillingane han utvikla av foreldra som avvisande og bedreidande omsorgspersonar. Dette er kanskje syn som no ubevisst formar hans forventningar om korleis forhold med kvinner og menn skal vere.

Gjer reie for det behavioristiske perspektivet - Disposisjon

Felles innleiing

Avgrensing

Hovuddel

Behavioristiske perspektiv

- fokus

Opprinnelse

- Britisk empirisme
 - John Locke, tabula rasa
- læringsteoriar, Pavlov og Thorndike
 - læring (miljø formar atferd)

Behaviorismen

- John Watson
 - mot mentalismen
 - > strukturalismen, funksjonalismen, psykodynamikken
 - for observerbar atferd
 - resultat av læringserfaringar
- Skinner, leiande behaviorist
 - læringsprinsipp, forskning
 - radikal behaviorisme
 - atferdsmodifikasjon
- Bidragsytingar i dag
 - utfordra psykodyna. og årsakane til mentale lidningar
 - behandlingsmetodar generelt
- Nyvunnen interesse for mentale prosessar

Avslutning

Kognitiv behaviorisme

- utfordra synet til fleire behavioristar
 - > kognitiv behaviorisme, fokus
- i dag

Gjer reie for det behavioristiske perspektivet

Psykologiens fokus på biologiske, psykiske og miljømessige faktorar som påverkar atferd er ikkje ny, og har vore ein sentral del av psykologiens historie. Psykologien har røter innanfor ulike felt som filosofi, medisin og biologisk og fysisk vitenskap, noko som kan vere med på å forklare kvifor det psykologiske feltet har blitt så breitt. Som eit resultat av dette har ein fått ulike måtar å sjå på folk på, som ein kallar perspektiv, blitt ein del av psykologiens intellektuelle tradisjonar.

Avgrensing

Dette oppgavesvaret vil gjere reie for det behavioristiske perspektivet. Oppgåva vil seie litt om bakgrunnen for behaviorismen, ta for seg Skinner og hans påverking og nemne kva påverking behaviorismen og den kognitive-behaviorismen har hatt for psykologien.

Det behavioristisk perspektivet fokuserer på korleis ytre miljømessige faktorar påverkar atferden vår. Frå dette perspektivet sitt synspunkt, så er atferden hovudsakleg styrt av dei vanane ein har lært frå tidlegare livserfaringar og gjennom stimuli frå det umiddelbare miljøet.

Opprinnelse

Det behavioristisk perspektivet har sine røtter frå den filosofiske skulen til den Britiske empirisimen. I følge **John Locke** er mennesket fødd som ein **blank tavle** («tabula rasa»), der mennesket blir forma av miljøet. Tidleg på 1900-talet kom **Pavlov og Thorndike** med sine læringsteoriar som var viktige impulsar for behaviorismen. **Pavlov** viste korleis hundar automatisk saliverte til lyden av ein tone (betinging stimulus) dersom dette blei kopla opp mot det ubetinging stimuluset (mat) gjentatte gongar og **inspirerte Watson** i stor grad. **Thorndike** undersøkte korleis organismar lærte gjennom kva konsekvensar som fulgte responsane og var ein sterk **inspirasjon for Skinner**. **Læring er dermed nøkkelen til korleis ein forstår korleis erfaring formar atferd.**

Behaviorismen

Behaviorismen er ein psykologisk retning som vektlegger den miljømessige kontrollen av atferd gjennom læring og er studiet av observerbar atferd. **Opphavsmannen** var den amerikanske psykologen **John Watson** (1878-1958) som i 1913 publiserte artikkelen «Psychology as the Behaviorist views it». Dette det var ein bevegelse som var **sterkt mot den mentalismen** som prega **strukturalistane, funksjonalistane og psykoanalytikarane** på 1800-talet. Watson argumenterte for at det **viktigaste feltet i psykologien var den observerbare atferden**, og ikkje den uobserverbare bevisstheten. Han meinte at mennesket var eit resultat av deira læringserfaringar og at alle menneske kunne formast til å bli kva som helst, som legar og jagarflypilotar gjennom målbevisst trening og øving.

Behavioristar søkte etter å oppdage lovar som styrte læring og var den første retninga som tok opp dyreforsøk som ein viktig del av forskinga. Watson og seinare radikale behavioristar som Skinner meinte at kognitive prosessar var for vanskeleg å forske på, og at menneskets atferd kunne forklarast utifrå enkle stimulus-respons-forklaringar. Høgare sjelsevner var difor ikkje nødvendig, og ein meinte difor at dei same læringsprinsippa kunne gjelde for alle organismar.

B.F. Skinner (1904-1990) var ein leiande behaviorist. Han nekta ikkje for at mennesket hadde tankar og kjensler, men stod på oppfatninga om at det var miljømessige faktorar som styrte atferd. Hans forskning på rottar og duar under kontrollerte laboratoriumsforhold, undersøkte korleis atferd blei påverka gjennom dei positive og negative konsekvensane som fulgte den. Gjennom sin radikale behaviorisme, som blei kritisert av psykologar for å vere for ekstrem, peikte han på korleis ein kunne endre atferden til å vere gunstig for samfunnet. **Atferdsmodifikasjon** er teknikkar inspirert av Skinner som i dag blir brukt til å redusere uønska atferd og auke ønska atferd gjennom å manipulere miljømessige faktorar.

Synet om at psykologien kun skulle fokusere på observerbare stimuli og responsar dominerte forskinga på læring i Nord-Amerika fram til 1960, og har utfordra det psykodynamiske perspektivet sitt syn på kva som forårsakar mentale lidingar og funne fram til effektive behandlingsmetodar for

somme lidingar. Behaviorismen har fortsatt med viktige bidrag i psykologien og dei grunnleggande læringsprinsippa er framleis ein viktig bidragsytar i dag, men med den nydanna interessa for mentale interessar som oppstod med den kognitive revolusjonen, så bleikna radikal-behaviorismen si påverking.

Kognitiv behaviorisme

Ettersom eit aukande antal psykologar byrja å studere kognitive prosessar som hukommelse og merksemd eksperimentelt på 60- og 70-talet, så utfordra dette synet til fleire behavioristar om mentale prosessar. Dei såg no at mentale prosessar kunne forskast på og utvikla eit modifisert syn som dei kalla den kognitive behaviorismen. Her meinte dei at læringserfaringar og miljøet påverka våre forventningar og tankar, og så at desse tankane igjen påverkar atferden vår. Kjente kognitive behavioristar er Bandura og Tolman og denne retninga påverkar framleis psykologien i dag.

Til samanlinkning: Ray's sjenerthet

Behaviorisme

Ein behaviorist ville kanskje fokusert på Ray sine tidlegare date-erfaringar. Første gang Ray spurte ei jente om ein dans på vidaregåande, så fekk han eit nei. Seinare vart han forelska i ei jente han var på date med, som seinare avviste han. Sjølv om han var nervøs og skeptisk, så spurte han fleire jenter ut seinare, men fekk eit nei kvar gong. Slike **straffande konsekvensar** reduserte sjansen for at Ray ville tørre å be jenter ut i framtida, sidan han assosierte dette med smertefulle nei. Heldigvis så ba Kira Ray ut på date, og dei positive erfaringane dei opplevde på første date styrka atferden deira og auka sannsynligheten for at dei ville gå ut igjen.

Kognitiv behaviorisme

Ein kognitiv behaviorist vil kanskje seie at Ray sine tidlegare date-avslag har vore straffande, og gitt han ein **forventning** om vidare forsøk på romansar vil vere dømt til å mislukkast. Desse forventningane om sosial avvising vil igjen hindre han i å be jenter ut på date og til og med prøve å få kompisar.

Gjere reie for det humanistiske perspektivet – disposisjon

Avgrensing

Hovuddel

- Fokus
- avviste psykodynamiske og behavioristiske oppfatning
- Maslow
 - medfødt ønske om sjølvaktualisering
- støttande vs hemmande miljø
- alt ligg i eins eigne hender

Påverkning

- begrensa forskning

- inspirert fleire forskingsområde
 - Carl Rogers
 - nøkkelaspekt ved psykoterapi
- stimulert forskning
 - sjølvkjensle og sjølvoppfatning

Avslutning

- i dag
- "positiv psykologi-bevegelse"
 - fokus

Gjere reie for det humanistiske perspektivet – (her må eg muligens ha med litt meir...) kan ta med humanismen program, emne (husos), metode, teoretisk orientering, mål + gamle humanismen viss eg må/har tid på eksamen..)

Psykologiens fokus på biologiske, psykiske og miljømessige faktorar som påverkar atferd er ikkje ny, og har vore ein sentral del av psykologiens historie. Psykologien har røtter innanfor ulike felt som filosofi, medisin og biologisk og fysisk vitenskap, noko som kan vere med på å forklare kvifor det psykologiske feltet har blitt så breitt. Som eit resultat av dette har ein fått ulike måtar å sjå på folk på, som ein kallar perspektiv, blitt ein del av psykologiens intellektuelle tradisjonar.

avgrensing

Dette oppgåvesvaret vil gjere reie for det humanistiske perspektivet. Oppgåva vil ta for seg kva dette perspektivet vektlegg, deira kritikk mot det psykodynamiske og behavioristiske perspektivet for så å nemne litt om korleis humanismen har påverka psykologen. Avslutningvis vil oppgåva ta for seg den positive psykologi-bevegelsen.

Då det psykodynamiske og behavioristiske perspektivet dominerte psykologien på midten av 1900-talet, vaks ei ny retning fram som blei kalla «den tredje krafta», humanismen, og utfordra dei begge. Det humanistiske perspektivet vektla fri vilje, personleg vekst og forsøket på å finne meining i tilværet hos individet.

Humanismen stod i motsetning til behaviorismen som dominerte forskinga og psykoanalysen som dominerte klinisk psykologi. Humanistane tok avstand frå dei deterministiske (mennesket eigenvilje hadde ingen verdi), naturvitenskaplege (menneske som objekt) og reduksjonistiske (mennesket kunne forklarast gjennom enkle mekanismar eller drifter) ideal, som dei meinte karakteriserte begge retningane. Humanismen tok i staden til orde for ein meir menneskeleg psykologi.

Abraham Maslow blir sett på som grunnleggaren (1908-1970) og meinte at kvar og ein hadde eit medfødt ønske om sjølvaktualisering som ein trakta etter, der ein prøvde å nå sitt potensial. Når menneske utviklar seg eit i eit støttande miljø vil deira positive indre natur komme. I kontrast til dette, vil eit miljø som hemmar mennesket på deira veg mot sjølvaktualisering frustrere og føre til sorg og misnøye. Humanistar meiner at meininga i tilværet ligg i eins eigne hender og legg på viktigheten av personlege valg, ansvar, personleg vekst og positive kjensler av sjølvverd.

(RAY)

Det var få forskarar blant humanistane då retninga vaks fram, og humanisme har hatt begrensa påverking på psykologisk forskning i forhold til andre perspektiv. Retninga har likevel inspirert fleire

forskningsområder, der blant anna humanisten Carl Rogers har identifisert fleire nøkkelaspekt av psykoterapi som har leia til konstruktive endringar hos pasientane. Humanistiske begrep har også stimulert forskning på sjølvkjensla og sjølvoppfatninga.

Humanismen sitt fokus på sjølvaktualisering og vekst blir i dag sett i den veksande rørsla for **positiv psykologi**, som legg vekt på studiet av menneskets styrker, oppfyllelse av våre mål og optimale levemåte. Istadenfor å fokusere på kva som er feil med verda vår (som mentale lidningar, fordommer, konflikt), så undersøker positiv psykologi korleis ein kan fokusere på positive sider hos oss sjølv og samfunnet for å skape eit lykkelig og tilfredsstillande liv.

Humanismen har likevel fått mykje kritikk for sitt idylliserande menneskesyn, og mange av begrepa, som sjølvaktualisering, har av mange blitt oppfatta som vage. Ein har heller ikkje klart å bekrefte behovspyramiden. Retninga kan synast å ha vore betre til å kritisere andre enn å kome med eigne løysingar. Etter kvart som kritikken mot psykoanalysen og behaviorismen har mista mykje av sin relevans, har retninga mista fotfeste innanfor akademika i dag.

Til samanlikning: Ray

Ein humanist ville sagt at det ikkje hadde noko å seie kor ofte Ray var blitt avvist tidlegare i livet. Han har sjølv ansvaret og muligheten til å endre på livet i den retninga han ønsker. Ein humanist ville kanskje også reagert på kor sterk Ray si glede og kjensle av eigenverd var avhengig av håpet hans for eit vellykka romantisk forhold. Ved å fokusere på å bygge nokon nye vennskap, fann Ray ein god måte å tilfredsstille behovet som Maslow kalla tilhøyrsløse hos andre, som er det grunnleggjande behovet mennesket har for vennskap og sosial aksept.

Gjere greie for det kognitive perspektivet – disposisjon

Felles innleiing

Avgrensing

Hovuddel

Bakgrunn:

- strukturalisme
- funksjonalisme
- ebbinghaus
- gestaltpsykologien

- forsvann som vitenskapleg retning då Behaviorismen vaks fram på 20-talet

Fornya interesse for mentale prosessar

- andre verdskrig
 - datateknologi
 - ny metafor
 - språkdebatt
 - jean piaget
- = kognitiv revolusjon i følge somme

Det moderne kognitive perspektivet

- kognitiv psykologi
 - fokus, konkretisering
- kva studerer ein

Avslutning

- kognitiv nevrovitenskap
 - hjerneavbildningsteknikkar
 - finne ut korleis hjernen jobbar
- generelt: skjæringspunkt mellom bio og kog...

Gjere greie for det kognitive perspektivet

Psykologiens fokus på biologiske, psykiske og miljømessige faktorar som påverkar atferd er ikkje ny, og har vore ein sentral del av psykologiens historie. Psykologien har røter innanfor ulike felt som filosofi, medisin og biologisk og fysisk vitenskap, noko som kan vere med på å forklare kvifor det psykologiske feltet har blitt så breitt. Som eit resultat av dette har ein fått ulike måtar å sjå på mennesket på, som ein kallar perspektiv, blitt ein del av psykologiens intellektuelle tradisjonar.

Avgrensing

Dette oppgåvesvaret vil gjere greie for det kognitive perspektivet. Oppgåva vil ta for seg bakgrunnen og historia for det kognitive perspektivet og seie noko om kva som kjenneteiknar det moderne kognitive perspektivet i dag.

Det kognitive perspektivet undersøker naturen til sinnet og korleis mentale prosessar påverkar atferd. Her blir mennesket sett på som informasjonsbehandlarar, der handlingane er styrt av tankane.

Bakgrunnen for det kognitive perspektivet

To av dei eldste retningane innanfor psykologien, **strukturalismen og funksjonalismen**, reflekterte det kognitive perspektivet. Strukturalistane prøvde å identifisere dei grunnleggande elementa av bevisstheten, medan funksjonalistane prøvde å finne funksjonen til bevisstheten. Psykologen **Ebbinghaus** studerte hukommelse, og **gestaltpsykologane** undersøkte korleis mennesket organiserte element til heile persepsjonar i sinnet sitt. Til liks med dei andre retningane, så forsvann desse retningane om mentale prosessar som vitenskaplege skular, då framveksten av behaviorismen begynte for alvor på 1920-talet.

Fornya interesse for mentale prosessar

På 1950-talet vart ein på interesserte i å studere kognitive prosessar. Denne interessa oppstod delvis grunna **psykologane si involvering i andre verdskrig** der dei blant anna hjelpte til med å utforme cockpitar for pilotane slik at dei kunne gjenkjenne og tolke informasjon så raskt og nøyaktig som mogleg. **Datateknologien** gav ny informasjonsprosseseringsbegrep og -terminologi, som psykologane tilpassa til studiet av **hukommelse og merksemd**. Ein ny **metafor** blei også danna, der ein såg på sinnet som eit informasjonsbehandlingssystem som innkoda, lagra og gjenhenta informasjon.

Språkdebatten mellom Skinner, som meinte at språket blir tileigna gjennom grunnleggande læringsprinsipp og språklingvisten Noah Chomsky, som meinte at mennesket er biologisk programmert til å tileigne seg språk, overbeviste mange psykologar om at språklæring var for kompleks til å kunne forståast gjennom desse prinsippa, og heller burde bli undersøkt gjennom eit kognitivt perspektiv. Interesse voks også på andre område, og **Jean Piaget sin stadiemodell** om kognitiv utvikling som prøvde å forklare korleis barns tenking vart meir sofistikert med åra, fekk stor

anerkjennelse i Nord-Amerika. Denne nyvunne interessa for mentale prosessar rundt 1960 blir somme tider sett på som den kognitive revolusjonen.

Det moderne kognitive perspektivet

Kognitiv psykologi som fokuserer på **studiet av mentale prosessar**, konkretiserer det kognitive perspektivet. Kognitive psykologar studerer prosessane for korleis folk resonnerer, tar avgjersler, løyser problem, formar persepsjonar og produserer og forstår språk. Mange psykologar studerer også hukommelse og kva faktorar som påverkar den. Kognitive psykologar ønskjar også å utforske naturen til merksemd og bevissthet, og har i aukande omfang studert korleis ubevisste prosessar påverkar atferd.

Psykologien har blitt meir og meir vitenskapleg, og **kognitiv nevrovitenskap** er eit døme på det. Her brukar ein elektroniske opptaks- og hjerneavbildningsteknikkar for å undersøke hjerneaktiviteteten til menneske under løysinga av kognitive oppgåver. Ein prøver å finne ut korleis hjernen jobbar under forskjellige kognitive oppgåver, som i læring av språk, tileigning av kunnskap, danning av minner og andre kognitive aktivitetar. Dette er eit raskt veksande felt i dag som omfattar skjæringspunktet mellom det kognitive og biologiske perspektivet innanfor psykologi.

Til samanlikning: RAY sin sjenerthet

Frå eit kognitivt perspektiv kan ein undersøke Ray sin sjenerthet utifrå korleis han behandlar informasjon. Dei få gangane han har vore på date, har Ray's nervøsitet kanskje fått han til å fokusere på dei minste ting som har gått gale, mens han har mislukka i å merke seg dei tinga som har gått bra. Ray har kanskje også hugsa desse hendingane som mykje meir uhyggelig enn dei eigentleg var, og hans tolkingar av tidlegare date-erfaringar er muligens basert på feil grunnlag. Ray trur han har blitt avvist grunna hans personlege kvalitetar («eg er ikkje interessant nok») og difor forventer han at framtidige datar også vil bli mislykka. Viss Ray hadde tilskrive avvisningane til situasjonelle faktorar som («Clarissa var allereie interessert i ein annan»), så ville han ikkje nødvendigvis ha forventa at andre kvinner skulle avvise han i framtida.

Gjere greie for det sosiokulturelle perspektivet – disposisjon

Innleiing 2

Sosiokulturelle perspektivet

- mennesket er sosiale skapningar
- perspektivet undersøker

Hovuddel

Det sosial-psykologiske komponentet

- studert tilstedeværelsen påverking
 - 3 typar, fysisk, underforstått, innbilt
- til felles med andre perspektiv
 - behaviorismen
 - kognitiv
 - biologisk

Det kulturelle komponentet

- kultur definisjon

- sosiale normar
- internaliseringsprosess
- forskingsbias
- Clark
- tverrkulturell psykologi
- viktige forskjellar
 - individualismen vs kollektivism

Avslutning??

Gjere greie for det sosiokulturelle perspektivet

Psykologiens fokus på biologiske, psykiske og miljømessige faktorar som påverkar atferd er ikkje ny, og har vore ein sentral del av psykologiens historie. Psykologien har røtter innanfor ulike felt som filosofi, medisin og biologisk og fysisk vitenskap, noko som kan vere med på å forklare kvifor det psykologiske feltet har blitt så breitt. Som eit resultat av dette har ein fått ulike måtar å sjå på folk på, som ein kallar perspektiv, blitt ein del av psykologiens intellektuelle tradisjonar.

Avgrensing

Mennesket er sosiale skapningar. Vi er bundne i kulturar, og kvar av oss møter sosiale settingar som stadig er i endring og som formar våre handlingar og verdiar, vår følelse av identitet og vår oppfatning av virkeligheten. Det sosiokulturelle perspektivet undersøker korleis det sosiale miljøet og den kulturelle læringa påverkar våre tankar, kjensler og atferd.

Det sosial-psykologiske komponentet

Sosiale psykologar har studert korleis **tilstedeværelsen** av andre menneske påverkar vår atferd, tankar og kjensler i over 100år. Ordet tilstedeværelse kan bety **fysisk** tilstedeværelse som at ein er i ei gruppe, **underforstått (implied)** tilstedeværelse som når ein kler seg til fest og tenker på korleis folka på festen vil tenke på korleis du ser ut, og **innbilt** tilstedeværelse, som at du til dømes slakkar ned på farten fordi du innbillar deg at bilen bak deg er ein sivil politibil.

Den sosial-psykologiske tilnærminga har **mykje til felles med andre perspektiv**. Den fokuserer på korleis miljøet påverkar atferden vår som behaviorismen, men smalnar det ned til det **sosiale miljøet**. Til liks med det kognitive perspektivet, så undersøker sosial-psykologisk forskning **sosial kognisjon**: Her undersøker ein korleis ein dannar oppfatningar av kvarande, korleis haldningar kan bli til og endre seg og korleis forventningar påverkar atferd. Ved å ta inn **biologiske prinsipp**, har sosiale psykologar undersøkt den biologiske basisen for sosial tenkning og atferd i aukande grad. Her er eit døme sosial smerte, som deler mange av dei same hjernekretsane som underliggjer psykisk smerte.

Det kulturelle komponentet

Kultur refererer til dei varige verdiane, trussynet, atferden og tradisjonane som er delt av ei stor gruppe og blir vidareført frå generasjon til generasjon. Alle kulturelle grupper utviklar deiras eigne sosiale normer, som ofte er uskrevne reglar som spesifiserer kva atferd som er akseptabel og forventa for medlemmene av gruppa. Normar eksisterer for alle typar sosial atferd, som korleis ein kler seg, snakkar med forskjellige folk eller oppfører seg som kvinne eller mann. For at ein kultur skal vare, er det viktig at nye generasjonar internaliserer dei verdiane og normane gruppa har slik at det blir deira eigne. Denne internaliseringsprosessen frå generasjon til generasjon kallar ein for **sosialisering**.

Gjennom store delar av 1900-talet har psykologisk forskning nærmast ignorert ikkje-vestlege kulturar, noko som har ein stor samanheng med at dei fleste som har vore involvert i psykologisk forskning har vore kvite og kome frå middel- eller overklassefamiliar. Likevel har blant anna **Clarck-søsknane** vore eit unntak, som studerte korleis diskriminering og fordommar påverka personlighetsutviklinga til Afro-amerikanarar. Over tid har psykologar studerte diverse etniske og kulturelle gruppar i aukande grad, og i dag er kulturell psykologi, eller tverrkulturell psykologi som det også kallast, blitt eit veksande felt. Her utforskar ein korleis kulturen blir overført til medlemmene og undersøker psykologiske likskapar og ulikskapar blant menneske frå ulike kulturar. Ein viktig forskjell blant kulturar er i kva grad dei legg vekt på **individualisme vs kollektivism**. Dei fleste industrialiserte kulturane i dei nordlige delane av Europa og Nord-Amerika fremmar individualismen med sin søken etter å nå personlege mål. I mange afrikanske, asiatiske og sør-amerikanske kulturar er det i motsetning kollektivismen som rår, og her er målet å bidra til det beste for gruppa. Desse ulikskapane er danna av sosiale læringserfaringar som byrjar i barndommen og vidareførast i form av sosiale skikkar.

EIN AVSLUTNING KANSKJE?

Til samanlikning: Ray sin sjenerthet

Når ein tenker på Ray's sitt første einsomme år på høgskulen, så leiar det sosiokulturelle perspektivet oss igjen til dei forventingane Ray har om sosial avvising og trua på kvifor det skjedde før. Ein kan også spørre seg om den kulturelle oppdragelsen og andre sosiale faktorar bidrog til hans sjenerte atferd. Gjennom hans tenåringsår, har dei kulturelle normane for mannleg sjølvstikkelse kanskje satt eit press på han. Han sjenerthet har kanskje ført til erting og andre negative reaksjonar frå jamnaldrande på vidaregåande, og auka hans kjensle av utilstrekkelighet då han begynte på høgskulen.

Gjere greie for det biologiske perspektivet – disposisjon

felles innleiing

Innleiing 2

Biologiske perspektivet

- undersøker korleis hjerneprosessar og kroppsfunksjonar påverkar atferd
-

Atferdsmessig vitenskap

- kva hjerneregionar, nevrane kretsar og kroppskjemikalier får oss til å føle?
- pionerar
 - Lashey og hjernelesjonar
 - inspirert til hjerneforskning
 - Hebb og biologisk basis for læring
 - leia til oppdaginga av neurotransmittere/transmittersubstansen
- hjerneavbildningsteknikkar i dag, framskritt
- fleire psykologiske perspektiv, kognitiv nevrovitenskap

Atferds-genetikk

- selektiv avling
 - eksempel kampfisk i Thailand
- tvillingstudiar

- RAY

Evolusjonspsykologi

- Darwin, naturleg seleksjon

- evolusjonspsykologar --> forklare skapinga av det moderne mennesket

'--> naturleg seleksjon her også

Gjere greie for det biologiske perspektivet

Psykologiens fokus på biologiske, psykologiske og miljømessige faktorar som påverkar atferd er ikkje ny, og har vore ein sentral del av psykologiens historie. Psykologien har røter innanfor ulike felt som filosofi, medisin og biologisk og fysisk vitenskap, noko som kan vere med på å forklare kvifor det psykologiske feltet har blitt så breitt. Som eit resultat av dette har ein fått ulike måtar å sjå på folk på, som ein kallar perspektiv, blitt ein del av psykologiens intellektuelle tradisjonar.

avgrensing

Dette oppgåvesvaret vil gjere greie for det biologiske perspektivet. Oppgåva vil ta for seg den atferdsmessige nevrovitenskapen og atferdsgenetikken som har prega dette perspektivet, og avslutningsvis seie litt om korleis Darwin sin evolusjonsteori har påverka fleire menneske sitt syn på dyret og mennesket si utvikling og atferd.

Det biologiske perspektivet undersøker korleis hjerneprosessar og andre kroppsfunksjonar regulerer atferd. Biologisk psykologi har alltid vore ein viktig del av psykologien, men påverkinga har først i dei siste tiåra auka drastisk.

Atferdsmessig nevrovitenskap

Kva hjerneregionar, nevrane kretsar og kroppskjemikalier er det som får oss til å føle kjærleik, glede og depresjon, og som får oss til å lese, studere og føle svolt? Desse spørsmåla gjeld for atferdsmessig nevrovitenskap (også kalla fysiologisk psykologi), som undersøker hjerneprosessar og andre fysiologiske funksjonar som ligg under atferden vår, sanseerfaringar, emosjonar og tankar.

Tidlege pionerar innanfor biologisk psykologi har kome fram til fleire funn og bidratt til forskning.

Lashey trente rottar til å lære seg labyrintar, for så å måle korleis rottas læring og hukommelse blei påverka av å fjerne eit og eit hjerneområde kirurgisk. Denne forskinga inspirerte andre psykologar til å kartlegge dei spesifikke funksjonane til ulike hjerneregionar. **Hebb** meinte at endringar i tilkoblingane mellom nervecellene i hjernen gav den biologiske basisen for læring, hukommelse og persepsjon. Denne forskinga leia til oppdaginga av neurotransmittarar, som er kjemiske forbindelsar som overfører ein nerveimpuls frå ei nervecelle til ei anna nervecelle i synapsen mellom nerveceller.

I dag let moderne hjerneavbildningsteknikkar oss få lov til å sjå korleis aktiviteten i spesifikke hjerneområder er når folk opplever emosjonar, oppfattar stimuli og utfører oppgåver. Desse framskritta har leia til ein kopling mellom fleire psykologiske perspektiv og **kognitiv nevrovitenskap**, som er studiet av hjerneprosessar som ligg under tenking og informasjonsprosessering, og representerer ein blanding av kognitiv og behavioristisk psykologi.

Atferdsgenetikk

Psykologar har hatt ei langvarig interesse i **atferdsgenetikk**, som er studiet av korleis genetikk påverkar atferdstendensar. Dyr kan bli selektivt avla for både psykiske trekk og atferdsmessige trekk som aggresjon. I Thailand ser ein på gambling på fiskekampar som tidsfordriv, og her har ein avla svært aggressive siamesiske kampfiskar, gjennom å pare aggressive hannar og hoar gjennom

generasjonar. Denne kampfisken er så aggressiv at den vil angripe sitt eige speilbilde.

Innanfor atferdsgenetikken er tvillingstudiar svært sentral for forskinga på arvelighet hos menneske. Ved å samanlikne atferdstrekka til einegga og toegga tvillingar som er oppdratt saman og kvar for seg, så har ein funne at einegga tvillingar som ikkje er oppdratt saman ofte viser større likskapar enn toegga som er oppdratt i lag, noko som indikerer at genetikk er mykje å seie for atferden.

(RAY her)

Evolusjonspsykologi

Darwin oppdaga i evolusjonsteorien hans (1859), at innanfor ein art så hadde nokre medlemmer spesifikke trekk i større grad enn andre medlemmer. Gjennom ein prosess som han kalla naturleg seleksjon, forklarte han at viss eit arva trekk gav visse medlemmer av ein art ein fordel over andre (som evnen til å flykte frå farar og gode forutsetningar for reproduksjon), så ville desse medlemmene føre desse karakteristikkane vidare til deira avkom med større sannsynlegheit. På denne måten vil arten utvikle seg gjennom generasjonar, og få trekk som aukar sannsynligheten for å tilpasse seg miljøet og overleve. Trekk som var dårleg eigna for overlevelse og tilpassing, ville i motsetning bli vidareført med mindre sannsynlighet.

Evolusjonspsykologi prøvar å forklare korleis evolusjonen skapte det moderne mennesket. Psykologar meiner her at mentale evner og atferdsmessige tendensar hos menneske har utvikla seg på same tid som kroppen har endra seg. I følge ein teori, har vore forfedre lært seg å bruke verktøy og våpen som eit naturleg resultat av at dei lærte å gå på to bein. Visse mentale evner, som tenking, språk og evnen til lære og løyse problem, har blitt meir viktig for overlevelse ettersom forfedrene våre har tilpassa seg nye måtar å leve på.

I følge evolusjonsteoretikarane gjeld naturleg seleksjon for menneska også. Dei av forfedrene våre som hadde hjernekapasitet som var betre eigna til adaptive mentale evner, hadde større sannsynlighet for å overleve og reprodusere, enn dei som ikkje hadde det. Gjennom naturleg seleksjon har dermed tilpassing til nye miljømessige krav bidratt til ein utvikling av hjernen, på same tid som at hjernen si utvikling har bidratt til vidare utvikling hos menneska.

Til samanlikning. Ray sin sjenerthet.

Atferdsgenetikk

Kanskje Ray har arva ein tendens til å vere sjenert? Nokre spebarn viser ein ekstrem sjenerthet som ser ut vil å vere biologisk basert og som vedvarar inn i vaksenlivet. Avvisingar kan på same tid ha forsterka Ray si naturlege motvilje mot å be damer på date.

Evolusjonspsykologi

Evolusjonspsykologar ville kanskje diskutert ekteskap pga Kira og Ray sine planar. Kvifor er det slik at tendensen om at menn vil ha ein yngre kjærast og damer vil ha ein eldre gjeld over heile verda?