

Pszichológia

9. osztály

Pszichoanalízis

A pszichoanalízis az egyén tudattalan lelki folyamatai felől közelít a személyiséghez. Az irányzat megalapítója Sigmund Freud (1856-1939). Freud a személyiség középpontjába az **ösztönt** helyezi. Felfogása szerint ösztönökkel születünk, és ezek által vezérelt a lelki működésünk.

A személyiség működésének szintjei

A **tudatos** az adott időben éppen átélt érzéseinket és gondolatainkat tartalmazza. Az a lelki terület, amiről pillanatnyilag tudomásunk van, amit képesek vagyunk szavakba önteni.

A **tudatelőttés** elfogadható és tudatosulni képes gondolatokat és érzéseket tartalmaz, melyek a jelenben éppen nem tudatosak, de hozzáférhetőek. A normál emlékezet.

A **tudattalan** az elfogadhatatlan gondolatok és érzések tárháza. Közvetlenül, akaratlagosan nem hozzáférhető a tudatosság számára, de hatást gyakorol a viselkedésre, rejtett módon nyilvánul meg.

Az ÉN-funkciók

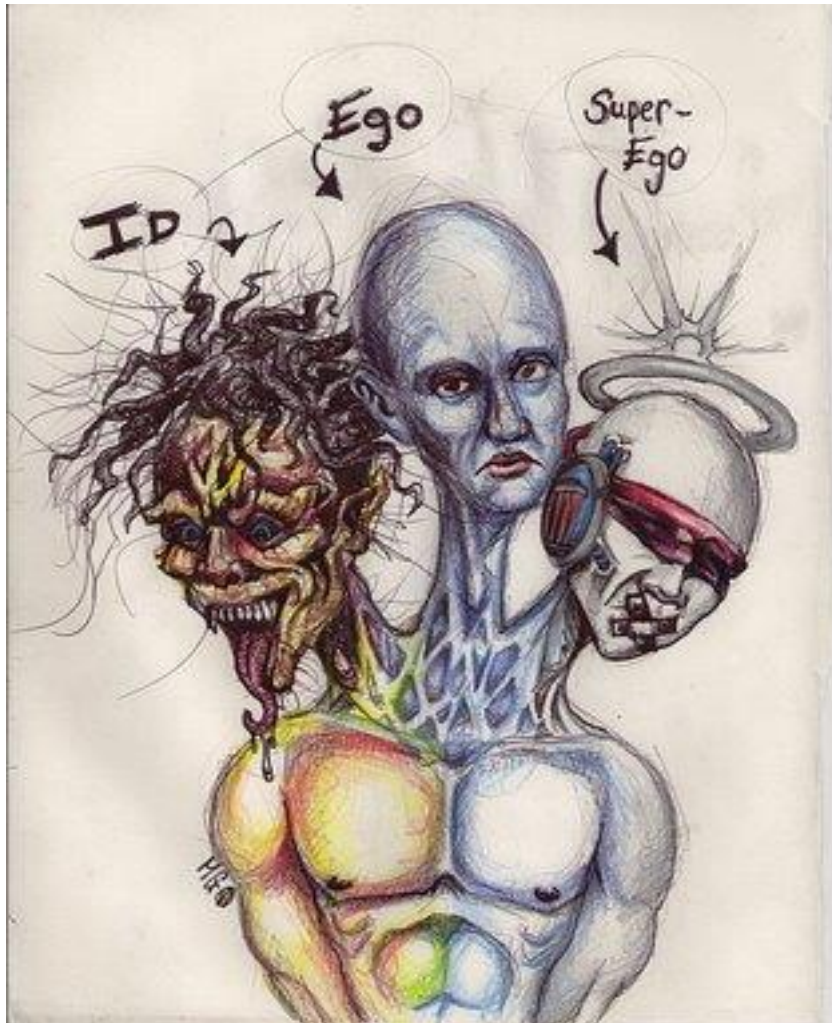
Freud szerint a személyiség három fő részből áll, melyeket eltérő funkciók különböztetnek meg egymástól. Ezek az ún. én-funkciók egységben működnek, bár mindegyiknek megvan a maga feladata.

ID= Ösztön-én: veleszületett magatartási forma, az ösztönöket tartalmazza, örömev alapján működik.

EGO= Én: képes különbséget tenni a belső szubjektív világ és az objektív valóság között, a világhoz való alkalmazkodást biztosítja (neveltetés).

SUPEREGO= Felettes én: a társadalom értékeinek, normáinak belső képviselője, értékeink és a velünk született elem közötti egyensúlyt hivatott fenntartani.

Ösztön-Én	Én	Felettes-Én
ID	Ego	Superego
örömeelv	realitáselv	normák



Pszichoanalitikus nézőpont

A pszichoanalitikus megközelítés szerint a személyiség az emberben lévő belső erők, ösztönök folyamatos küzdelmének, versengésének színtere. Ezt írja le Sigmund Freud, a pszichoanalízis atyja. A következő alpontokban elméletének főbb elemeit ismerjük meg.

A topografikus modell

Freud gondolkodását a lélek szerveződéséről topografikus modellnek nevezzük (Freud 1900). A léleknek három tartományát körvonalazza, amelyek közül az egyik a tudatos: azt a területet írja le, amelyről pillanatnyilag tudomásunk van, vagyis a tudatos élményeket, gondolatokat, érzéseket, viselkedéseket tartalmazza. Azok az elemek, amelyek aktuálisan kívül esnek a tudatosságon, de könnyen a tudatba hívhatók, a tudatelőtes területhez tartoznak. Például akkor, amikor egy zeneszám címére szeretnénk visszaemlékezni, akkor ezt a tartalmat a tudatelőtesből emeljük a tudatba. A harmadik tartomány pedig a tudattalan, amely a tudatosság számára közvetlenül nem hozzáférhető. Az

ebbe a tartományba eső tartalmak nem tűnnek el, mivel folyamatosan hatást gyakorolnak a személy viselkedésére, tudatos élményeire.

A strukturális modell

A személyiség strukturális modellje alapján a személyiség három összetevőből épül fel, amelyek az ösztönén, az én, valamint a felettes én (Freud 1923).

Ösztönén (Id): Az ösztönén születésünktől fogva adott, és így a személyiségünk ősi része. Magában foglalja az öröklött, ösztönös és primitív részeket, és teljes egészében tudattalan. Működése az örömev alapján valósul meg, és az eszerint létrejövő szükségleteknek azonnal ki kell elégülniük, különben belső feszültséget hoznak létre.

Én (ego): A személyiség másik része az ego, amely az Id-ből fejlődik ki, és energiájának egy részét saját céljainak megfelelően hasznosítja. Az ego a tudatban, illetve a tudatelőtesben egyaránt megjelenik, azonban az ösztönéhez való kapcsolódása miatt tudattalanul is működik. Az ego a valóságelvet követi, vagyis az egyén szükségleteinek kielégítésekor a külvilágot is figyelembe veszi, és igyekszik a viselkedését ahhoz igazítani. Az én célja, hogy az Id energiáinak levezetését elhalassza addig, amíg arra megfelelő megoldást nem talál. Freud a két rész működésmódjának bemutatására a ló és lovas metaforáját használja, ahol a ló, amely a mozgás erejét szolgáltatja, az ösztönén, míg a lovas az ego, amely ennek a mozgásnak próbál meg irányt szabni.

Felettes én (superego): A személyiség harmadik része a felettes én, amely utolsóként fejlődik ki. Ez a rész a szülői és a társadalmi értékeket foglalja magában, és eldönti, mi helyes, illetve mi nem. Tökéletességre törekszik, nem pedig élvezetre. Értékrendje a szüleinétől függ, amelynek átvételét, illetve elsajátítását introjekciónak nevezzük. Természetesen más tekintélyszemélyek is befolyással lehetnek a lélek rész fejlődésére. A felettes én további két alrendszerre osztható: az éniideálra (a kiválóság valamiféle standardja, amelynek megvalósítására a személy törekedni akar) és a lelkiismeretre (amely a helytelen viselkedést meghatározó szabályokat tartalmazza).

A tudatosság minden szintjén működhet. Három, egymással összefüggő feladata van:

- *egyrészt a személyt a tökéletes viselkedés irányába mozdítja,*
- *másrészt az egót arra sarkallja, hogy ne csak racionális, hanem sokkal inkább morális döntéseket hozzon,*
- *harmadrészt pedig arra törekszik, hogy az Id azon késztetéseit teljesen meggátolja, amelyet a szülők vagy a társadalom rosszallnának.*

Tanuláselméleti megközelítés

A szociális tanuláselméletek szerint a személyiségkülönbségeket az eltérő tanulási tapasztalatok és módok okozzák. A tanulás megfigyelés (utánzás) hatására is bekövetkezhet. A viselkedés függ a megerősítéstől, a helyzet jellemzőitől, az egyén helyzetértékelésétől és a korábbi megerősítésektől.

Képviselői

- Behaviorista, megerősítés, környezet : Skinner
- Tanuláselméleti („inger-válasz”): Dollard és Miller
- Szociális tanulás utánzás, modellkövetés útján: Bandura

A tanuláselméleti megközelítés szoros összefüggésben áll a behaviorizmussal – vagy más néven viselkedés-lélektannal –, amely pszichoanalitikus irányzat mellett és ellenében a második legnagyobb

iskola volt a pszichológia tudományában. Ezen nézőpont képviselői a „cselekvő emberre”, vagyis a látható viselkedéshez kapcsolódó folyamatokra koncentrálnak. Felfogásuk szerint az emberi viselkedés ingerekre adott válaszokból áll, és az irányzat képviselői a kettő közti, vagyis a közbeékelődő mentális folyamatokkal nem foglalkoznak. Az ember számukra egy fekete doboz, amelynek ha valamilyen ingert adunk a környezetéből, akkor az ahhoz kapcsolódó viselkedés (reakció) fog megjelenni válaszként. Mindezt fontosnak tartották, mivel így a pszichológiai folyamatok mérhetővé, számszerűsíthetővé, kutathatóvá váltak, az adatok hozzáférhetősége, felülvizsgálhatósága, megismételhetősége pedig biztosítottá vált, hiszen a behavioristák nem foglalkoztak rejtett szálakkal, illetve belső folyamatokkal, vagyis az ingerek és a rájuk adott válaszok közt megjelenő érzelmekkel és gondolatokkal. A behavioristákat leginkább az érdekelte, hogy hogyan mennek végbe azok a folyamatok, amelyeknek a végeredménye valamilyen viselkedés.

A tanuláselméleti megközelítés tehát az emberi viselkedés sokszínűségére összpontosít, és alapvetően behaviorista megközelítésű. Fő gondolata, hogy az egyén viselkedése a tanulás, a beépülő tapasztalatok hatására változik, és ha a tapasztalatok változnak, akkor a viselkedés is megváltozhat. Például a kamasz gyermekünknek adott zsebpénz a viselkedés megváltozását szolgálja, ha mindehhez elvárt viselkedések társulnak (például hetente egyszer takarítsa ki a szobáját, és vigye ki a szemetet).

Eredeti formájában a legalapvetőbb tanulási folyamatoknak, a klasszikus és az operáns kondicionálást, valamint az utánezést tartották.

A tanuláselmélet képviselői a klasszikus kondicionálás jelenségét kivetítették az érzelmi mintázat kialakulására, illetve azt a nézetet képviselik, amely szerint az érzelmi válaszaink háttérben egy kondicionálásszerű jelenség húzódik meg. Elképzelésük szerint az egyén megtanulja, hogy bizonyos helyzetekhez milyen érzelmek társulnak. A pszichoanalitikus nézőponton belül az olvasó találkozhatott a felettes én fogalmával, vagyis azzal a lelki résszel, amely a büntudatért lenne felelős. A tanuláselmélet úgy véli, hogy amikor a gyermek rosszul viselkedik, és ezért szülei megszidják, a helytelenítés szorongást és büntudatot kelt benne. Ismétlődő helyzetekben a gyermek összekapcsolja a rosszalkodást a kellemetlen kísérőjelenséggel (büntudattal), amely már a szülői visszajelzése nélkül is megjelenik, ha a gyermek rosszatcsinál.

Az operáns kondicionálást, a jutalmazáson, illetve büntetésen alapuló nevelési formák alapjaként tartják számon. Ebben a megközelítésben az ember a tetteiért jutalomban (pozitív megerősítés) vagy büntetésben (negatív megerősítés) részesül, így tanul meg különbséget tenni a helyes és a helytelen viselkedési formák között. Megfigyelhetjük tehát, hogy egy adott viselkedésforma közvetlen megerősítés után nagyobb valószínűséggel jelenik meg újra, és ez hozzájárul a személyiség kialakulásához.

Tegyük fel, hogy egy személy agresszíven lép fel valakivel szemben annak érdekében, hogy elérje célját, vagyis például fenyegetéssel éri el, hogy elvehesse a másik tulajdonát. Ha a cselekedetét siker koronázza, akkor mindez megerősítőként fog hatni a viselkedésére, amely pedig ezt követően nagyobb valószínűséggel fog megjelenni az adott személynél. Mindennapi életünk más területein is felfedezhetők hasonló mechanizmusok. Vegyük egy hisztiző gyermek esetét: ha akaratos viselkedésével célt ér szüleinél, vagyis pozitív megerősítéseket kap erre vonatkozóan, akkor nagy valószínűséggel ez a viselkedés, illetve akarátérvényesítési mód a későbbiekben is jellemezni fogja majd a gyermeket.

A tanuláselméleti iskolát (is) számos kritika éri, amiért nem veszi figyelembe a személyiség belső változóit, és nem a teljes személlyel, hanem csak annak viselkedésével foglalkozik. Mindemellett nem vesz tudomást a múltbeli történésekről és a tudattalan erőkről. Nem veszi figyelembe a fejlődési szakaszokat, valamint megelégszik azzal, hogy az emberi viselkedést a minimális, illetve a tűrhető szintre állítja be, és mindezzel elnyomja a kreativitást, illetve nem vesz tudomást a személy önkifejezésre, önmegvalósításra és önbecsülésre irányuló igényeiről. Mindezek mellett azonban

természetesen az irányzat által tett felfedezések jelentősége nem megkérdőjelezhető, valamint a tanuláselméleti módszerek alkalmazhatósága a gyakorlati munka során sem elhanyagolható.

Feladat:

Másoljátok le a füzetbe a tananyagot! A dőlt betűs részt a könnyebb megértés céljából csak olvassátok el, nem kell leírni!

A leírt tananyagot legyetek szívesek lefényképezni és visszaküldeni.

Köszönöm, jó munkát kívánok!