

Aðferðir sálfræðinnar

Fyrirlestur í Sálfræði

Hvað er sálfræði

Sálfræðin fæst við mannlega hegðun, hugsun og tilfinningar. Sjálf sálin er hins vegar ekki viðfangsefni hennar. Sálfræði er oft skipt í stefnur sbr. dæmin hér til hliðar.



Hugfræði

Ákvarðanataka, upplýsingavinnsla, áhrif fyrri þekkingar á skilning, ...

Atferlisfræði

Skýrir hegðun í víðum skilningi orðsins án tilvísunar til hugarferla.

Sálaraflskenningar

Hegðun, tilfinningar og hugsun eiga rót í duldum sálargreitungum.

Lífeðlisleg sálarfræði

Áhrif líkama og miðtaugakerfis á hegðun, hugsun og tilfinningar.

Viðfangsefni sálfræðinnar

Sálfræðina má einnig skilgreina út frá viðfangsefnum sínum. Skv. því felst sálfræði í því að sinna m.a. þeim viðfangsefnum sem eru hér til hliðar. Hvorki stefnur né viðfangsefni ná þó að afmarka sálfræði. Mörk hennar eru óljós og skarast hún því við nálægar fræðigreinar.

Í nútímamynd er þetta ung fræðigrein í örri þróun sem í senn haslar sér völl og hefur áhrif á aðferðir og nálgun annarra fræðigreina.

Viðfangsefni

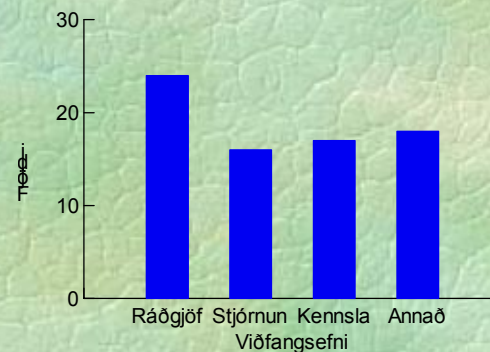
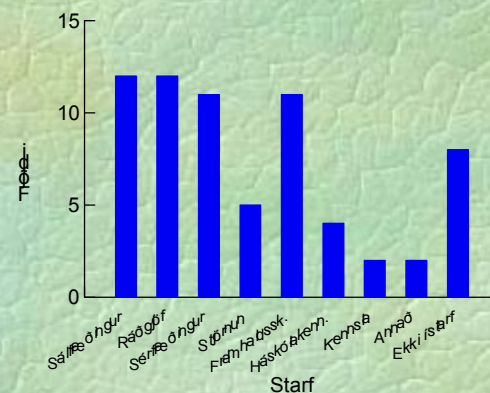
- Lífeðlisfræði hegðunar
- Skynjun
- Breytingar á hegðun vegna náms
- Minni, hugsun, ályktanir og tungumál
- Tilfinningar
- Áhugi
- Einstaklingsmunur
- Persónuleiki
- Þroski barna og þróun einstaklingsins
- Streita og vellíðan
- Sálrænir erfiðleikar, geðsjúkdómar og meðferð
- Skynjun og ályktanir um annað fólk

Hvað gera þeir sem læra sálfræði?

Fyrir nokkrum árum var kannað við hvað fólk með BA-próf í sálfræði starfaði. Algengast var að starfa sem sálfræðingur en þó í minnihluta. Jafn algengt var að starfa við ráðgjöf, sem sérfræðingur og sem kennari.

Viðfangsefni sálfræðimenntaðs fólks eru einnig fjölbreytt. Almennt virðist sálfræðinám undirbúa nemendur undir störf við ýmis konar ráðgjöf, stjórnun eða kennslu.

Þrátt fyrir fjölbreytileg störf töldu viðkomandi að námið hefði nýst vel sem undirbúningur að starfi.



Störf sálfræðinga

Til að mega kalla sig sálfræðing þarf að ljúka viðurkenndu framhaldsnámi og fá leyfi menntamálaráðuneytis. Hver sem er má þó *stunda* störf sálfræðinga.

Minnihluti sálfræðimenntaðra uppfylla því þær menntunarkröfur sem krafist er af sálfræðingum.

Með auknum fjölda þeirra sem ljúka sálfræðinámi mun þeim fækka hlutfallslega sem starfa sem sálfræðingar.

Sálfræðingar sinna **geðsjúkum** en þó aðallega á geðdeildum sjúkrahúsa þar sem Tryggingarstofnun niðurgreiðir ekki meðferð á stofu.

Meðferð sálrænna erfiðleika fer í vaxandi mæli fram á sálfræðistofum en er einnig m.a. á hendi skólasálfræðinga. Stór hluti verkefna er **ráðgjöf í vanda**. Vinnusálfræðingar sinna oft **stjórnun** og eru oft starfsmannastjórar.

Rannsóknir og **kennsla** eru einnig hefbundin og vaxandi viðfangsefni.

Hvernig er upplýsinga aflað?

Sálfræðin er vísindagrein sem leitast við að afla staðreynda. Vísindi felast í því að ákvarða sannleiksgildi staðhæfinga.

Í daglegu lífi trúum við gjarnan því sem er sennilegt. Það ræðst m.a. af því hver fullyrðir og hvernig hann setur fullyrðinguna fram.

Í vísindum verðum við að beita gagnrýnni hugsun og beita aðferðum sem afla upplýsinga sem geta hvort sem er stutt eða gengið gegn þeirri staðhæfingu sem verið er að sannreyna.

Gagnrýnin hugsun

Gagnrýna hugsun má rækta með því að temja sér að **spyrja spurninga**, gæta að **nákvæmri merkingu** hugtaka og íhuga ekki aðeins **rök** heldur einnig **gagnrök**.

Ályktun getur verið röng ef byggt er á **duldum forsendum**, byggt er á **tilfinningum** eða efnið **einfaldað um of**.

Mikilvægt er að leita annarra skýringa og stundum lifa við óvissu ef engin ein niðurstaða finnst.

Rannsóknaraðferðir

Lýsandi rannsóknir

Veita upplýsingar um einhverjar staðreyndir en skýra þær ekki.

- Ferilsathuganir (*case studies*)
- Áhorf
- Próf
- Kannanir

Skýrandi rannsóknir

Leita skýringa á staðreyndum t.d. orsaka eða stærð áhrifatengsla.

- Fylgnirannsóknir
- Tilraunir.

Tilgátur

Skýrandi rannsóknir byggjast á **tilgátum**, staðhæfingum byggðum á fræðikenningum.

Tilgáta þarf að vera **hrekjanleg**, þ.e. hægt sé að hugsa sér aðstæður þar sem hún væri röng.

Hrekjanleiki krefst þess að tilgátan sé tiltölulega nákvæm en sú krafa er m.a. uppfyllt með því að öll hugtök séu **aðgerðarskilgreind**.

Fylgnirannsóknir

Fylgnirannsóknir athuga tengsl milli fyrirbæra.

Ef tilgátan er sú að sjónvarpsgláp valdi árasargirni væri fyrsta skrefið að aðgerðaskilgreina hugtökin, en síðan væri kannað hvort tengsl séu fyrir hendi.

Fylgni getur verið **jákvæð** en þá vex árasargirnd með auknu áhorfi.

Neikvæð fylgni birtist sem minnkun árasargirndar með auknu áhorfi.

Engin fylgni felst í því að árasargirni sé óháð því hve mikið horft er á sjónvarp.

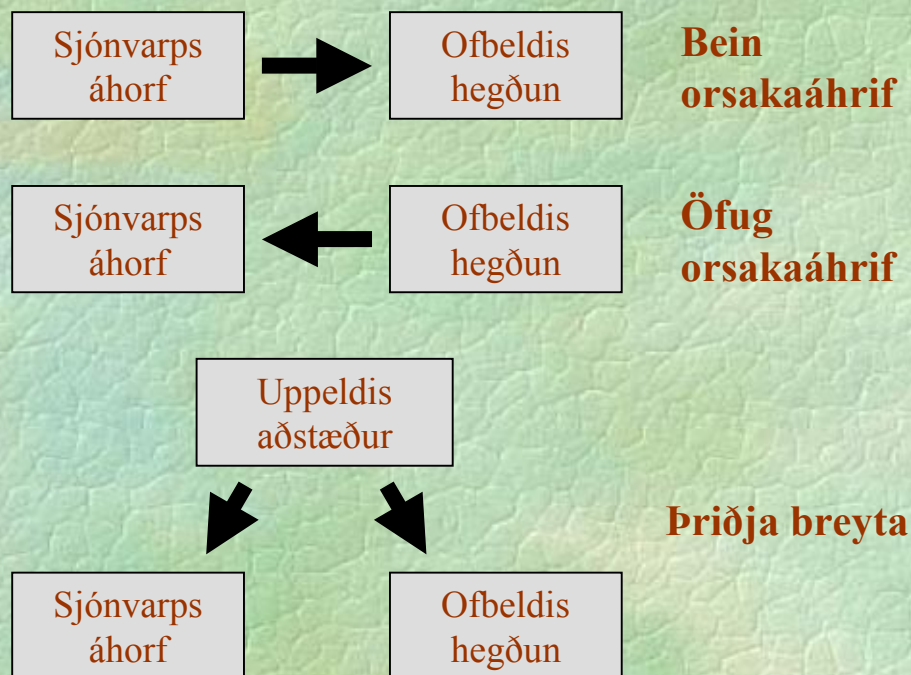


Orsakatengsl

Fylgnirannsóknir sýna aðeins tengsl en ekki orsakaáhrif.

Fylgni tveggja fyrirbæra getur þýtt að annað þeirra orsaki hitt og þá geta orsakaáhrifin ýmis verið í þátt átt sem við bjuggumst við eða verið í öfug miðað við okkar tilgátu.

Það er einnig hugsanlegt að sjá fylgni milli tveggja fyrirbæra þó svo að engin bein tengsl séu á milli þeirra. Þá gæti **þriðja breyta** tengst báðum fyrirbærum og því geta virst vera orsakatengsl milli fyrirbæranna tveggja.



Tilraunir

Í tilraun hefur rannsakandi **inngríp** sem kemur á tilrauna- en ekki á samanburðarhóp.

Reynt er að hafa hópanna eins með því að **stjórna** öllum utanaðkomandi áhrifaþáttum. Skipt er í hópa með **tilviljunarskiptingu** og reynt að hafa alla framkvæmd eins. Niðurstaðan endurspeglar þá áhrif inngrípsins nema mistök hafi orðið við stjórn og einhverjir aðrir þættir hafi orsakar mun á hópunum tveimur.

Hin fullkomna tilraun sýni fram á orsakaáhrif inngrípsins.

Áhorf
„Sumir nemendur standa sig betur en aðrir á prófum í sálfræði.“



Tilgáta
„Að búa til sögu auðveldar það að muna laustengd hugtök“



Inngríp

Frumbreyta
„Hópur A lærir 10 orð án 'sögu.'
Hópur B lærir 10 orð með 'sögu.'“



Mæling

Fylgibreyta
„Meðaltalsfjöldi orða sem þátttakendur muna rétt.“



Niðurstaða
„Hópur A man að meðaltali 3,5 orð.“
„Hópur B man að meðaltali 8,2 orð.“

Stjórn

Ytri áhrifsbreyta

Hópar með sambærilega færni?
Sami orðalisti?
Prófaðir á sama tíma?
Annað?

Byggt á glæru T-3 með kennslubók