

Vargáné David Márta
K - irásbeli (teszt)

Kötelező irodalom: Taskó - Hatvani - Estefánné
Pszichológiai alapismeretek EKF 2001. (ISC)
Ajánlott irodalom: Atkinson: Pszichológia - Osiris Bp. 1994.
Bernáth - Révész: Pszichológia alapismeretek

A pszichológia tárgya, feladata, módszerei

PSZICHE' - lélek LOGOSZ - tan

- lelki jelenségek, pszichés folyamatok tanulmányozása

1879. a pszichológia születésének éve (Liposz-laboratórium)

feladata: feltárja a lelki jelenségek kiváltó okait, a lefolyásuk törvényszerűségeit és határait az emberi lényekre.

Vizsgálja az egyéni lelki meggyógyulásokat és a társas életben lejátszó lelki történéseket.

Kutatja a személyiség szerződését, fejlődését a viselkedés általános jellemzőit, személyes indítékait.

Tárgya: - állatlélektan
- Embrelélektan

a, egyénilélektan: normális jelenségek lélektana

- kóros jelenségek lélektana

b, társaslélektan (socialpedagógia)

Célja: 1. Általános lélektan (emberi lélek működése)

2. Összehasonlító lélektan

a, összehasonlító állatlélektan

b, differenciál pszichológia (pszichodiagnosztika)

c, fejlődéslélektan (életkor szerinti)

d, nemek lélektana (szexualpszichológia)

e, etnopszichológia

Alkalmazás: 1, Pedagógiai pszichológia

2. Orvosi lélektan (betegségek)

- klinikai (tünetek)

- pszichoterápia (kezelés)

3. Munkalélektan

- ipari, - mezőgazdasági, - közlekedési

4. Reklámpszichológia

5. Műveltségpszichológia

6. Sportpszichológia

7. Kriminálpszichológia

Módszerei: a, Kutatás b, Vizsgálat

- általános tömörnyelviségket - egyének diagnosztizálására
szereplők feltárni - csoportok felmérése

Hipotézis → kísérlet → kutatás

Hipotézis: tudományos kérdés feltevés

1 kísérlet lehet laboratóriumi vagy természetbeli. 1 laboratóriumi kísérlet szigorú feltételek mellett folyik.

- két változó, - függő: lelkijelenség

függő: a kísérlet esetétje megszabja a kísérlet körülményeit, megváltoztatja azokat a feltételeket amik között a lelkijelenség létrejöttét várja

Skinner - box:

függő: ? - szor nyomja a pedált

függő: az idő

Hipotézis: a jutalom megváltoztatja-e a viselkedést

Megfigyelés: Kire nézve? introspekció - magamra } megfigyelés
extrospekció - másra }

Kérdéses: - szóban ⇒ analízis (jelen állapotban - exploráció)

↳ írásban ⇒ kérdőívek (nyit / zárt végű)

skalák

szociometria (csoportos vizsgálat)

b, Vizsgálat

Testek (próba, feladatok)

Standardizálás

1. Speciális képességvizsgáló testek (különlegességeket)

2. Intelligencia tesztek (szóbeli / nem szóbeli) kombinált egyéni értelmi képesség

3. Projektív - személyiségvizsgálat / kértetés / ingerátvitel → feladatmegoldás

Biológiai alapok, lelki jelenségek

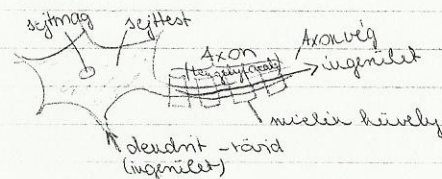
1. idegrendszer feladata, funkciói:

- szabályozza egyes szervek működését
- összehangolja egyes szervek működését, biztosítja a szervezet egységét
- lehetővé teszi a környezethez való alkalmazkodás, átalakítja azt
- pszichikus jelenségek élettani alapja, hordozója emelkül nem működnek

Microstruktúra:

- idegszövet: idegsejtek, idegrostok, ?
- glia szövet (neuroglia): támasztó, térkitöltő, ? védő

alapp: neuron - szabálytalan alakú, sok nyúlványú



idegrost: idegnyúlványok rendszerben egy csoportban futnak

idegnyálka: idegrost a központi idegrendszerben (agyba) fut és azok az idegrostok idegnyálka, melyek eredése, végződése és működése azonos.

idegek: ezek az idegrostok kifelé a központi idegrendszerből

↳ agyidegek 12 pár

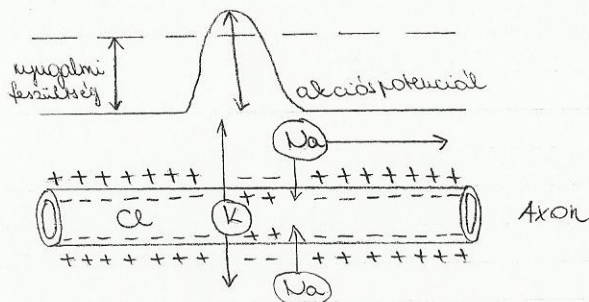
↳ gerincvelőidegek 31 pár

idegvezérlések: L végösszekapcsolás (TERMINÁLIS)
 - receptor (ingerfelvétel)
 - effektor (végrehajtó) - izomban, mirigyben

L inter-neuronális

1, élzúd (felszálló) AFFERENS szensoros	2, mozgató (leszálló) EFFERENS motoros	3, asszociációs összekötő
--------------------------------------------------	-------------------------------------------------	------------------------------

Működés: - ingerület képzés, vezetés
 - elektronos töltéshülétség
 - kivétel - akciós potenciál
 - "mindent vagy semmit" - elv: teljes kivétel / vagy nincs működés
 → gyakorlatilag erősebb inger okoz



Két idegsejt találkozási pontjának helye: szinaptikus rés

Az idegrendszer felépítése

- ábra a jegyzetben!

Vegetatív idegrendszer:

- a szervezet belső környezetét teremti meg (autonóm) figyelés
- beidegzi a szervezetet

Élettani hatás alapján:

- | | |
|---------------------------------------|----------------------------------|
| <u>szimpatikus</u> | <u>paraszimpatikus</u> |
| - serkentő, teljesítmény fokozó | - regeneráló, energiapótló |
| - gyorsítja a szívritmust, vérnyomást | - emésztés működés fokozódik |
| - nyugodt gyorsmunka | - nyugodt szívritmus, gyorsmunka |

Szomatikus - behalózza a testet

Központi idegrendszer:

- gemicvelő (belső szűrkeállomány) élzúd pályák? hátsó szarv
- mozgató pályák } első szarv
- agyvél (koponyapüreg) 1300-1400 gramm
- 3- rétegű agyburk védi, folyadékkal védett

Aggag: - agykéreg szerepe

- 2. feltétele (jobb - kreatív / bal - racionális apró mozgulatok)
- kérgestest (összeköti a jobb és bal feltételeket) - idegpályák
- lekenyel (hauzok, fali, nyakszirti, halakutaki)
- kívül szűrkeállomány (cortex) - agykéreg
- L minden tudatos cselekvés alapja (aktíváció, motiváció)
- L meszkere osztható
- L az idegpályák a nyúltvelőben keresztelődnek
- ⇒ ellentétes oldalakat felelnek

SPEERY: kivevő a kérgestestet

Limbikus rendszer (kéregalatti magcsoportok)

- érzelmek központja

Közp. agy: talamusz
 - érző idegpályák
 alkalmadnak rajta
 - érzelmi színezet

hipotalamusz
 - vegetatív idegrendszeri
 működés szabályozó
 - fő aktivációs központ

Kisagy: - mozgás koordinációt végzi

Aggtörzs:

- közelpagy	- reflex kp.-ot tartalmaz
- híd	- automatikus
- nyíltagy	- fő ébresztő kp. / kapcsolatos sejtállomány

Formatio reticularis

Az érzékelés és észlelés

A lelki jelenségek csoportosítása:

- megismerő funkció, azok a lelki jelenségek melyek biztosítják az egyén számára az információ felvételt és feldolgozását
 A valóság tükörképét teszik lehetővé.
 pl.: érzékelés, emlékezés, gondolkodás, ...

- viselkedés irányító funkció:

- ↳ motivációk (belső késztetés alapján)
- ↳ akarat
- ↳ érzelmek

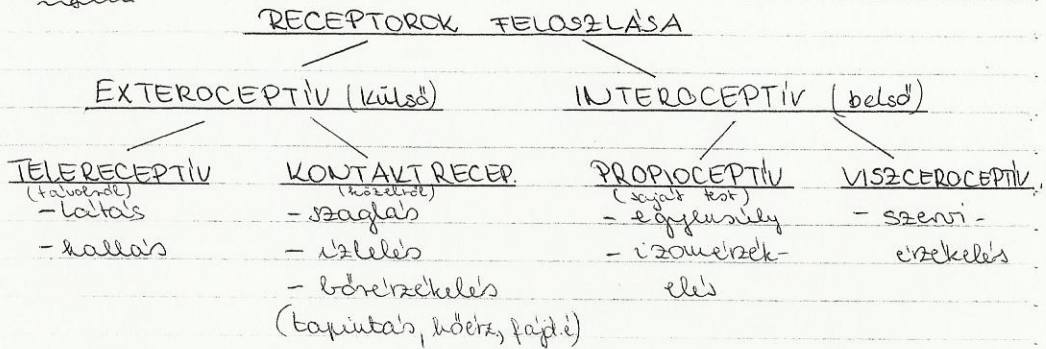
A lelki jelenségek működésének alapfeltételei:

- aktiváció
- tudat
- figyelem

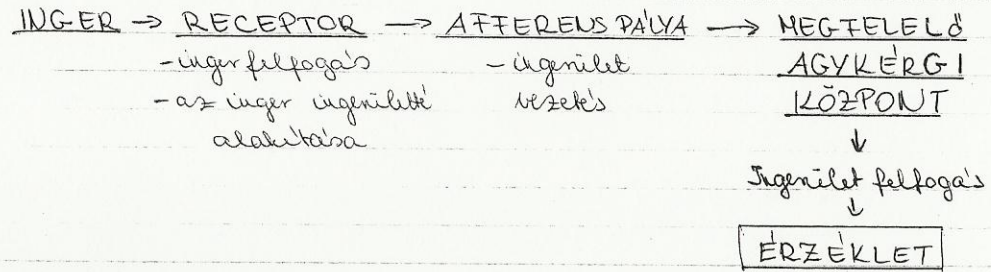
Az érzékelés az a megismerő funkció, melynek során a külső és belső valóságból származó ingerket felfogjuk, s közvetlenül tükrözzük.

Az érzékelés eredményeképpen jön létre az érzékelés.

fajta:



AZ ANALIZÁTOR (inger felfogás)



- ADEQUAT INGER (minden érzékszerv csak a neki megfelelő inger felfogására alkalmas)

- ABSZOLÚT ALSÓ INGERKÜSZÖB (mikor azok a kataraktok melyeket az ember képes felfogni)

↳ az a legkisebb ingererősség, melyet képes az ember felfogni

- ABSZOLÚT FELSŐ INGERKÜSZÖB:

↳ az a legnagyobb ingererősség, melyet képes az ember felfogni, s amit még az adott érzékelés képes felfogni

- ÉRZÉKLETI TARTOMÁNY - a két küszöb között helyezkedik el

- KÜLÖNBSEGI KÜSZÖB

↳ az ingernek az a leghísebb változása, mely az érzékelésben is változást idéz elő

PSZICHO FIZIKAI alaptörvény (Weber, Fechner)

↳ minél erősebb ingerrel van szó annál nagyobb mértékben kell azt megváltoztatni, hogy a változást érzékeljük.

LÁTÁS: - adekvált inger
- elektromágneses hullámzás
- közvetlen vagy visszavert
- élző idegsejtek (Retina) érzékelés helye (FOVEA)
csapók (színek) pálcikák (mozgás)

Érzékelés - PERCEPCIÓ

- a tárgyi inger fel fogásán túl, annak értelmes tudatosulását is jelenti
- kialakuláshoz a tapasztalat a legfőbb alapja
- észlelet (érzékelés + képzési emlékek / tapasztalatok + hangulat, észlelési, arányi elemek)

Feladatai:

- tárgyak felismerése, azonosítása
- a világot viszonylag állandóvá mutatva könnyűtünk, akkor is ha változik (KONSTANCIA)
- RT - elsődleges -, mozgás észlelés

KONSTANCIA: az észlelés a közhiedelmű fiziológiai folyamatok hatásait kiegészítő konstancia teljesítményével valik objektívvá, tehát a tárgyi valóságot

megfelelően visszatükröző folyamattal.

KONSTANCIAK FAJTAI (észlelési folyamat)

- alap konstancia: az észlelt forma annak ellenére is állandó marad, hogy a reális kép változik
- nagyság k.: a tárgyak méretét viszonylag állandóvá tartja a távolságtól függetlenül
- világosság, színek k.: az észlelt tárgy világossága elig változik a fényváltozás függvényében

Észlelési csalódások, illúziók

- kontraszt
- távlati
- geometriai - optikai

Hallucináció: észlelés nélkül létrejött illúzió

AZ EMLEKÉZET

- Jelentőség:
- megismerő funkció
 - biztosítja a folytonosság érzését
 - lehetővé teszi, segít az ÉN elmélyült kialakulásában
 - kitölti a világképet időben, térben

↳ az a megismerő funkció, amely a már észlelt, észlelt tárgyi valóságot, annak képet az eredeti tárgyelemek alapján, de azok nélkül képes vissza-tükrözni.

Feltétel: ENGRAMM - képes legyen megőrizni az emlékezőpont

KONSZOLIDÁCIÓS IDŐ - időre van szükség (HIPOKAMPUS)
HYGD4L4

RETROGRAD AMNÉZIA - visszamendleges emlékezet
keze's

Folyamata: 1. Beve's (kódolás) $\xrightarrow[\text{megőrzés}]{\text{tárolás}}$ 2. Tárolás \rightarrow 3. Eldh'val's

1, Beve's

- az emlékezet az a szakasza, melyben az információ felvétel és a memóriába való bevé'se, beirása következik

- kedvező hatások: előkelődés, odafigyelés, akarat, megfelelő motiváció, érzelme's
- Willard fogly EFFECTUS
- előjel's EFFECTUS (FREUD)
EÖ-védelem

2, Tárolás

- az az időtartam, ami az eredeti inger és annak az ismételt eld'h'val'sa között eltelik.

függ: - bevé'se körülményei

- milyen sokszor ismétlődik

- az ismétlések időbeli eloszlásától.

3, Eldh'val's

- felidézés: az eredeti inger nincs jelen csak az emlékműre lehet támaszkodni.

- felismerés: az eredeti ingert azonosítjuk az emlékekkel.

EBBINGHAUS: emlékezet vizsgálat (értelmetlen szótag lista)

HEBB: rövid / hosszú inger

RTM - reverberációs kör

(szemantikus: jelentés alapján)

Fajta: 1, MECHANIKUS

- magolás

- szöszenit

LOGIKUS

- értelem

- összefüggés

2, VIZUÁLIS

- kép

AUDITÍV

- hallás

verbális
(szó)

zene
(hangzás, dallam)

3, MOTOROS

- kézírás

GONDOLATI

(explicit-megfogalmazható)

FELEJTÉS

- az információ eld'h'val'sának kudarcá

okok: 1, RTM

- kizson'tás

- elhalványulás

2, HTM

- interferencia

proaktív
gátlás

retroaktív
gátlás

- az új anyag megtanulását ← ellenléte
a régi gátlója

3, Homogén gátlás - Ranschburg

4, Inaktív gátlás - lassulatlan't elfelejtjük.

TANULÁS

Tanulásnak mindig minden olyan teljesítmény, ismer-
kedés, vagy tudásbeli változás, amely külső hatás -
ra, tapasztalásra gyakorol's révén jön létre.

Fajtái:

I. MIYEN TEVÉKENYSÉGBEN OKOZ VÁLTOZÁST:

- motoros tanulás (mozgás) - nagy mozgás - finom mozgás
- perceptuális tanulás (érzékelés) "figyelés"
- verbális tanulás: magas szinten elvagyunk az első két fajta tanulás

II. TANULÁST VÉGZŐ SZÁNDÉKA SZERINT:

- szándékos tanulás
- spontán tanulás

III. TANULÁST KIVÁLTÓ KÜLSŐ HATA'S EREDESE SZEMPONTJÁBÓL:

- szociális tanulás
- nem szociális tanulás

TANULÁS ELMÉLETEK:

- Mitől, hogyan tanulunk?

Hoz, hogy létrejöjjön a tanulás, szükséges, hogy az idegrendszer megőrizze az emlékképet.

- IMPRINTING (állatok viselkedésével foglalkozó előadásokból származik) KONRAD LORENZ

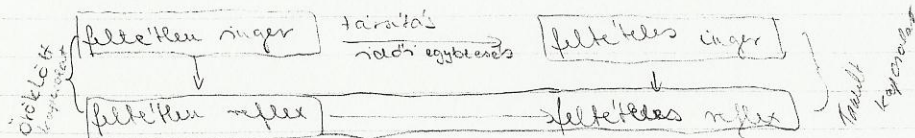
(kritikus / szenzitív periódus - kulcsinger)

"korai tartós bevilódás"

- tartós kötődés alakul ki azon faj egyedekhez, amit az újszülött először megpillant.

- KLASZIKUS KONDÍCIONÁLÁS (PAVLOV)

- s-típusú kond.



- OPERÁNS KONDÍCIONÁLÁS (THORNDIKE)

- „próba-sorozat” → sikeres megértsésként az ember
1 tanulás a viselkedés következtében jönnek létre.

- + jutalom } következmény
- büntetés }

KOMPLEX

- mentális reprezentáció (feltétel)

Fejben ki tudjuk képezni a valóság képeit.

↳ képzések: szemléltetések, érzékeltetésközök vissza

↳ fogalmak

- BELÁTÁSOS TANULÁS (KÖHLER)

- probléma megoldás, ami valójában hoz eredményt
- hasonló szituációkban hasonlóan alkalmazza
- a „próba-sorozat” fejben megy végbe

KÉPZELET

- megismerő funkció

- nem csak információ felvétel, hanem feldolgozás is.
- egyik fontos feladat az átalakítás

1 képzelt az emlékeztőeredékkel, emlékezeti információkat új érzékelési képi átalakító, manipuláló folyamat.

I. Szándék szerint

1. Spontán képzelt: alarat nélküli (pl.: ábraképzés)
2. Szándékos képzelt: alaratos (pl.: képzés)

II. Hoz-e létre újat

1. Produktív képzelt: új, eredeti alkotás születik, ez valamilyen olyan többletet tartalmaz, mely korábban semmi új semmi ismeretben nem volt jelen (művészet)