**Psychologie**

**Hoofdstuk 1 : Psychologie : Bepaling, Wetenschap en Stromingen.**

**1. Bepaling**

*1. Wat is Psychologie?*

Een wetenschap waarbij de mens tot voorwerp van de studie gemaakt wordt.

1. Behaviorisme

Watson

 = grondlegger behaviorisme.

Psychologie is een natuurwetenschap. Haar theoretisch doel is de voorspelling en de controle van het gedrag.

1. Personalisme

Stern

 = grondlegger personalisme (= Duitser)

Persoon , het wezen als uitgangspunt.

 “een individuele, eigensoortige totaliteit die doeleinden nastreeft. “

 = geesteswetenschappelijke psychologie.

= stroming die zich afzet tegen diegene die de psychologie willen verengen tot een natuurwetenschap

 Denken wat er in het hoofd van die persoon omgaat.

1. Moderne bepalingen

Duijker : Psychologie is de wetenschap van het menselijk gedrag

Hilgard : Psychologie is de wetenschap die gedrag en mentale processen bestudeert.

*2. Onze omschrijving*

Wetenschappelijke studie vd wederzijdse beïnvloeding tussen persoon en situatie.

 Interactie tussen persoon en situatie.

Wat speelt er concreet af in die interactie?

 De persoon beleeft zijn ervaringen

 De persoon komt tot doelgericht handelen

1. *De ervaring*

Vb. Persoon die naar de stad gaat

🡪Doet heel wat ervaringen op.

Sommige dringen niet tot hem door.

(je ziet heel veel verkeersborden, zijn niet voor jou bedoelt, dus je onthoudt ze niet)

 Andere maken indruk op ons en blijven ons bij.

 (loopt tegen verkeersbord + moet naar ziekenhuis)

 Een ervaring die voor mij een betekenis kreeg word een beleving

1. *De beleving*

Mens is nooit alleen passieve ontvanger van ervaringen.

In elke ervaring steekt een dynamiek

Persoon vangt signalen op + interpreteert ze

🡪geeft er een eigen betekenis aan.

=Complex proces : rationele + emotionele elementen spelen een rol

Vb. zie nieuw voorwerp

🡪Probeer dit te koppelen aan iets wat ik al ken (rationeel)

🡪voorwerp wekt bepaalde gevoelens op (emotioneel)

1. *De doelgerichte handeling*

Ervaring geeft aanleiding tot een beleving of betekenisgeving

Kan een persoon tot handelen aanzetten

Ervaring 🡪 heeft betekenis gekregen 🡪roept bepaalde behoeften op

De handeling die ik stel is doelgericht

Doelen die een persoon nastreeft soms onbewust

Bij de meeste reacties zijn 2 dimensies aanwezig :

 We zien een gedrag

 Terwijl maakt de persoon zicht een voorstelling

Vb. Lkr maakt onterechte opm. Ik zeg dat ’t onterecht is + denk wat een trut!

1. *De verhouding tussen lichaam en geest*

De persoon is steeds lichamelijk.

In alles wat we ervaren, denken, doen speelt ons lichaam een belangrijke rol

Soms lichamelijke reacties het gevolg van wat we denken en voelen.

 (stress : Hoge bloeddruk)

Soms bepaalt lichaam hoe we ons voelen en denken.(vb. Ziek)

 Interactionisme : lichaam en geest beïnvloeden elkaar wederzijds.

**2. De Psychologie als wetenschap**

*Voorwetenschappelijke en wetenschappelijke Psychologie*

**1.Voorwetenschappelijke psychologie**

 = vanzelfsprekend voor de gebruiker.

 Hij is niet verplicht om die vorm van kennis kritisch en afstandelijk te overwegen

 Vb. ik ben moe! Mama : je hebt te weinig lichaamsbeweging.

 = zeer uitgebreide maar chaotische kennis

 = zeer belangrijk in het dagelijkse leven.

Op basis van deze kennis gaan mensen met elkaar om, proberen ze hun problemen op te lossen,…

 = subjectief

 Bronnen van voorwetenschappelijke kennis :

* Intuïtie
* Persoonlijke ervaring
* Overleving

- Cultuur

- Toeval

Vb. Alle hollanders zijn gierig

Vb.“Zoals de waard is vertrouwt hij zijn gasten.”

Mensen in de omgang met elkaar veronderstellen dat anderen zich op dezelfde manier gedragen, dezelfde opvattingen hebben ....

Vb. “De appel valt niet ver van de boom”

 Ouders hebben een duidelijke invloed op hun kinderen

**2. Wetenschappelijke psychologie**

Wetenschappelijke kennisverwerving moet aan volgende voorwaarden voldoen :

1. Onderzoek moet Objectief gebeuren!

🡪 Dat wetenschappers onafhankelijk van elkaar tot dezelfde vaststellingen moeten komen

🡪resultaat van 1 zelfde onderzoek moet op versch plaatsen hetzelfde zijn

1. Controleerbaarheid

Als een andere onderzoeker het onderzoek herhaalt moet hij tot dezelfde resultaten komen = intersubjectieve overeenstemming

1. Kritisch zijn

Wetenschappers aanvaarden nooit zomaar ideeën: 🡪Vragen stellen

 HawTorne – Onderzoek

 Arbeidsters : 48u/week, zonder pauze (VS)

Hypothese : Betere arbeidsomstandigheden

-> meer plezier in werk ->beter presteren

Pauzes, verkorte werktijd, warme hapjes in de pauze

Resultaat : Productiviteit steeg

Oorzaak? Arbeidsters presteerden beter omdat ze meer aandacht kregen.

1. Empirisch

Resultaten moeten steunen op empirische werkelijkheid.

Resultaten moeten ondersteund worden door resultaten van gerichte observatie

**3. Domeinen in de psychologie**

a) Theoretische psychologie

 =Theorieën worden opgebouwd op basis van onderzoek

 Vb. Deel X uit hersenen werkt niet bij depressieve mensen

 = fundamenteel onderzoek

 Bestudeert menselijk handelen vanuit specifiek standpunt

 (leeftijd, eigenheid, tussenmenselijkheid, lichamelijkheid)

 Verschillende specialismen :

* Functieleer

= algemene psychologie (Sperling experiment)

Hoe leert men? Hoe werkt het geheugen?

🡪worden onderzocht door experimenten

* Ontwikkelingspsychologie

Veranderingen van gedragingen en mentale processen gebeuren doorheen het hele leven.

 🡪van kinds af aan tot hoogbejaard

 ! **Visual Cliff** = baby, lijkt alsof hij in een put gaat vallen maar is er glas over

 ? vanaf welke leeftijd dieptezicht?

 ! **Objectpermanentie**: Baby ziet een bep speeltje niet meer : denkt weg

* Persoonlijkheidspsychologie: persoonlijkheden

Hoe steekt de mens in elkaar? Hoe verschillen mensen? Relatie tussen persoonlijkheid vd mens en zijn handelingen

 Vb. als je gaat werken : persoonlijkheidstesten

* Sociale psychologie: Studie van het gedrag in sociale situaties

- ! Experiment van Ash

 Als iedereen B zegt, zeg jij ook B, zelfs terwijl je weet dat ’t C is (peer pressure)

- ! Bystander-effect

 Iemand heeft hulp nodig :

“Anderen zullen wel helpen”

 Probleem: Iedereen denkt dit!!

 Vb. Vrouw w verkracht + vermoord

28mensen hebben dit gezien, niemand heeft iets gedaan!

* Fysiologische psychologie: Studie van lichamelijke reactie in het lichaam met de invloed op gedrag.

Vb. Polygraaf : (=leugendetector)

Liegen (= gedrag)

Hartslag, zweet, lichaamstemp (=invloed op lichaam)

b) Toegepaste psychologie:

 = dingen die we van de theorie weten toepassen, oplossen, ..

 Vb. medicijn ontwerpen waardoor dat deel van de hersenen terug werkt

 = synthesewetenschappen

Verschillende specialismen

* Klinische psychologie: Mensen helpen

Beïnvloeden van abnormaal / afwijkend gedrag

(afwijkend = als het dagelijks leven belemmerd) 🡪door therapie of medicatie

* Arbeids- en organisatiepsychologie

Vb. Arbeidspsycholoog : Pas jij in het team van verpleegkundigen?

* Schoolpsycholoog: Vb. CLB

*Doelstellingen van de wetenschappelijke psychologie*

**1. Beschrijven van het fenomeen**

 Wat ? Wanneer? Hoe ? Hoe vaak ?

Door feiten te verzamelen: via vragenlijsten, enquêtes, tests, interviews, …

**2. Verklaren**

 Waarom ? Wat zijn de oorzaken ?

**3. Voorspellen**

Wat er in de toekomst zal gebeuren ? Wat de gevolgen zullen zijn als dit nogmaals op treedt. Het gedrag is voorspelbaar maar men kan het niet in wetmatigheden samen brengen.

**4. Beïnvloeden**

 Fout gedrag gaan beïnvloeden of veranderen. Extreme behavioristen gaan heel ver hierin.

*Hoe komen psychologen aan hun kennis ?*

**5 onderzoeksfases van de wetenschappelijke cyclus (De Groot)**

* De observatie: verzamelen van waarnemingen en ervaringen over iets en die gegevens ordenen
* De inductie: vanuit concrete ervaringen tot algemene verklaringen komen: een hypothese
* De deductie: Dat is een denkproces waarbij de onderzoeker zijn algemene hypothese concreter gaat maken
* De toetsing: Men toetst de resultaten aan de werkelijkheid
* De evaluatie: Men brengt de resultaten van de toetsing in verband met de gemaakte hypotheses

**3 Methoden**

* Beschrijvende: gedrag beschrijven maar niet verklaren
* Correlationele: als de verschijnselen verband hebben met elkaar
* Verklarende: uitleg geven over de verschijnselen

**Voorbeelden van methoden**

1. De gevalsstudie of casestudy:

= een gedetailleerde beschrijving van een bepaalde persoon, situatie of geval: via observatie, testonderzoek, analyse van de levensgeschiedenis en alles wat inzicht in de persoon kan vergroten.

1. Observatie:

= beschrijven van het gedrag, manier om feiten te verzamelen, het is een taakgerichte interactie tussen persoon en situatie

Voordeel: je kan veel individuen bekijken

1. Survey: enquête, opinie, peiling

= vragenlijst over houdingen en opinies

De onderzoeker verzameld info via een vragenlijst. Eerlijk ?

1. De test

Mensen opdrachten laten doen of vragen laten oplossen.

Verschillende soorten tests: persoonlijkheidstest, emotionele toestand te meten, IQ test, …

1. Het experiment

Doel is de oorzaken van bepaald gedrag te achterhalen.

De onderzoeker houdt hierbij de onafhankelijke variabele onder controle en observeert de gevolgen van de ingreep op de afhankelijke variabele

* Onafhankelijke variabele: onderzochte groep
* Afhankelijke variabele: de gewone groep
* Experimentele groep: de groep die iets moet doen
* Controle groep: de andere groep, de resultaten van de experimentele worden met deze vergeleken

**3.Stromingen in de psychologie**

*Het behaviorisme*

Watson pleit voor wetenschappelijke methode: onderzoek in een labo. Hij is er ook van overtuigd dat wetmatigheden bij mens en dier hetzelfde zijn, enkel een kwantitatief verschil. Gedrag is een geheel van aangeleerde reacties op veranderingen.

Skinner heeft deze theorie verder ontwikkeld en verder toegepast.

*De psychoanalyse*

Freud was er van overtuigd dat depressies, spanningen en problemen geen lichamelijke oorsprong hadden maar kwam door conflicten, trauma’s en herinneringen uit het verleden. Dit werd de persoonlijkheidstheorie. Psychoanalyse is de theorie en methode om mensen te helpen.

*Humanistische psychologie: Maslow*

🡪 verwierp het behaviorisme

Hij onderzocht de unieke aspecten van de menselijke ervaringen. Hij vergeleek niet meer met dieren.

🡪 ontwierp de piramide van Maslow

*Cognitieve psychologie*

Meer interesse voor de innerlijke verwerkingsprocessen

Houdt zich bezig met alles wat te maken heeft met kennis, geheugen, infoverwerking, …

*Biologische psychologie*

Zoekt oorzaken van het gedrag en functioneren in lichamelijke elementen zoals in de hersenen, zenuwen, genen en hormonen.

**Hoofdstuk 2 : Mens in relatie met zijn wereld.**

**1. De waarneming**

= zinvolle interactie met de omgeving

* Situatie leren kennen via zintuigen en ZS
* Prikkels uit de buitenwereld 🡪 betekenisvol geheel
* Betekenis geven: waarneming, geheugen, fantasie, denken

3 fases van het waarnemingsproces:

* Sensatie of gewaarwording van distale prikkels: alleen de prikkels van uit onszelf

🡪 bottom-up-processor

* Dan organisatie losse prikkels tot 1 geheel van proximale prikkels

🡪 top-down-processor

* Het waargenomen een betekenis geven

*Gewaarwording van fysische prikkels*

**1. De absolute drempel**

= de minimumintensiteit die een prikkel moet hebben zodat de mens het in 50 % vd gevallen nog kan waarnemen

🡪 Signaaldetectietheorie = waarom reageren verschillende mensen anders op dezelfde prikkels

 Afhankelijk van psychologische en fysische factoren

* Sensitiviteit (bekwaamheid om de prikkels op te vangen door vb de zintuigen)
* Responsecriterium (of hij de prikkel waarneemt ?)

**2. Differentiële drempel**

= de hoeveelheid verschil in intensiteit tussen 2 prikkels die we in 50% vd gevallen nog waarnemen

**3. Prikkels onder de absolute drempel**

🡪 niet waarneembaar

* Vicary: subliminale perceptie: zeer snelle boodschappen in een film
* Wilson’s experiment: blootstellingeffect

Proefpersonen: - ene oor melodieën

 - andere oor passages uit roman

Taak: passages uit roman herhalen en test op fouten controleren

 Daarna melodieën herkennen en zeggen welke het mooiste is.

Verklaring: kozen voor bekende prikkels (melodieën) boven de nieuwe: onbewuste

 = blootstellingeffect

**4. Sensorische aanpassing**

= gevoeligheid van de prikkels neemt af bij herhaling

 🡪 beperkt: passen ons niet aan aan heel intense prikkels

**5. Sensorische deprivatie**

= geen prikkels meer ontvangt als gevolg van isolatie van de buitenwereld

6. Selectieve aandacht

= selectie van bepaalde prikkels en anderen negeren we: vb **cocktailpartyeffect**

*De organisatie van prikkels*

Mens neemt geen losse prikkels waar

 🡪 waarneming van één geheel : **Gestaltpsychologie**

 **🡪** pas daarna onderdelen en details

Gestalt = 1 geheel

 🡪 Als 1 deel veranderd verandert het geheel

**1. waarneming van vormen**

 - Figuur en achtergrond: vb witte letters op een wit blad ?

 vb soldaten in groene uniformen (niet meer opvallen)

* Groeperingprincipes: we groeperen prikkels vaak als 1 geheel

- wet vd gelijkheid: Olé / Leo

- wet vd nabijheid: driehoek van bolletjes

- wet vd geslotenheid: een bijna volle cirkel

- wet vd continuïteit/ goede voortgang

 - Constanties: doel: om een beeld te krijgen van de wereld

 - grootteconstantie: vliegtuig op de grond <-> lucht

 - kleurconstantie: gras met zon <-> zonder zon

 - vormconstantie: deur open <-> dicht

 - plaatsconstantie: rijden: de bomen verplaatsen precies

* Illusies: misleidende waarneming maar geen foute waarneming: dubbelzinnig

- Ponzo

- Muller-Lyer

- Poggendorf

- Zolner

- Maan

 🡪 relatie tussen grootte en afstand is belangrijk

* Diepte: Waarom is dieptezicht belangrijk?

= om een afstand tot een voorwerp in te schatten

 🡪 Visual cliff

*Proces van herkenning en betekenisgeving*

**Opwaartse verwerking**

**Neerwaartse verwerking**

= Top Down

! New Look – theorie: Bruner en Postman

= invloed vanuit persoon

 🡪volgende dingen hebben invloed op waarneming

* Perceptuele hypothese

= ervaring die aan een waarneming vooraf gaat creert bep verwachtingen

Vb. afbeelding waarin je oude vrouw ziet en jonge vrouw

* Context

~ verwachtingen

Als je iemand ziet dat je kent in een context waar j hem niet verwacht duurt ’t langer voordat j de persoon herkent.

* Verwachtingen

Heeft een sterke invloed op de manier waarop we info betekenis geven

Vb. Je verwacht dat er 1 ‘de’ staat, maar er staat er 2 -> je leest er over

* Motivatie

Vb. De grootte van waargenomen geldstukken w overschat in functie vd waarde die men aan de geldstukken gaf.

(kinderen westerse wereld tekenen ze klein, 3e wereld : groot)

 = ! **the thematic Apperception Test**

* Cultuur

Vb. Naar waar is de speer gericht?

 Olifant (2D) /Antilope (3D)

* Sociale druk

 Experiment Ash

 Conformisme = de overtuiging dat de groep gelijk heeft.

 Conformeren = de groep volgen

 🡪6 pers: 5 zeggen fout 🡪 Persoon zegt ook maar fout

 🡪6 pers: 4 zeggen fout, 1 juist, 🡪 persoon durft ook juist te zeggen

 🡪6 personen: 5 zeggen fout 🡪 Persoon mag opschrijven: schrijft juist

*De waarneming van andere mensen*

We vellen voortdurend en snel een oordeel over mensen

 🡪 uiterlijk, gedrag en situatie

**1. Oorzaken van gedrag**

Attributietheorie : Fritz Heider

Attribueren = oorzaken van het gedrag toeschrijven aan iets

 Vb. Meisje van de klas zegt gene goedendag in de gang

 Intern : ligt in de persoon zelf (ze is boos, het is een trut…)

 Extern : Het is afhankelijk van de situatie (gehaast want de bus komt)

 OPM! : altijd vanuit het perspectief van de waarnemer.

We attribueren op basis van info

 (kennen de persoon + situatie)

Attributietheorie van Kelley

* Consensus

= overeenstemming

 Is er overeenstemming? Gedragen anderen zich ook zo in de zelfde situatie?

Extern : HOOG

Intern : LAAG

* Consistentie

= vasthoudendheid

Bij je mening blijven

Extern : HOOG

Intern : HOOG

* Onderscheid

Gedraagt persoon zich ook zo in andere situaties?

Extern : Onderscheid HOOG (=neen)

Intern : onderscheid LAAG (=ja)

Externe Attributie Interne Attributie

Concensus HOOG LAAG

Consistentie HOOG HOOG

Onderscheid HOOG LAAG

**2. Fouten in de attributie**

- Fundamentele attributiefout:

 - in-group = uw groep

 - out-group = andere groep

= fout in de beoordeling van mensen, fundamenteel wijst op het feit dat het al heel lang zo is.

* Succesvol gedrag bij mensen van eigen groep dus intern
* Succesvol gedrag bij anderen is toeval dus extern

Redenen:

* Figuur-achtergrondprincipe: we kijken naar de persoon en zijn gedrag en niet naar de omgeving
* Situationele factoren die het gedrag bepalen: kijken niet naar de situatie 🡪 attribueren direct intern bij bepaald gedrag

- Het actor-waarnemereffect:

 🡪 attribueren andermans gedrag maar ook eigen gedrag:

 - gedrag van anderen: interne oorzaken

 - eigen gedrag: externe oorzaken

- Zelfdienende attributie:

 - succes voor eigen rekening schrijven: intern attribueren

 - mislukkingen: extern attribueren

**3. Kenmerken van personen**

🡪 onbekenden maken ons onzeker

🡪 schrijven persoonlijkheidskenmerken toe aan een onbekende

 🡪 onbekenden weer voorspelbaar en opnieuw zekerheid

- Impliciete persoonlijkheidstheorieën:

= als we waargenomen kenmerken bij 1 persoon zien bij een andere gaan we die aan die 2de persoon ook toe schrijven

🡪 Halo-effect: eerste indruk positief 🡪 altijd positief (ook andersom)

**2. Het geheugen**

= informatieverwerkingsproces

 🡪 nemen prikkels op en verwerken die

*Het driefasemodel*

**1. het zintuiglijk geheugen + p 113 Chiffer en Adkinsons model**

🡪 we nemen iets waar 🡪 blijft nazinderen op netvlies 🡪 **nabeeld**

 Houdt 0,25 -2 sec vast (afhankelijk van prikkel en context)

 🡪 Prikkels die je aandacht trekken hou je vast

* Iconisch geheugen = visuele geheugen
* Echoïsch geheugen = auditieve geheugen

**2. Kortetermijngeheugen (KTG)**

 Kenmerken:

* zonder inspanning na 30 sec weg
* Magical number seven plus or minus two: 7 eenheden onthouden
* Opslagcapaciteit vol ? 🡪 aanwezige info verdringen

 Werkgeheugen = bezig met

* Bewerken
* Organiseren : van materiaal uit het zintuiglijk of LT geheugen
* Overdenken

**3. Langetermijngeheugen (LTG)**

🡪 geen spontaan verval van info

 Info gaat van KTG 🡪 LTG via herhaling

* Onderhoudsherhaling: gewoon van buiten leren
* Verdiepende herhaling: organiseren en structureren de info en leggen verbanden

 KTG = geluid en beeld belangrijk 🡨🡪 LTG = betekenissen belangrijk

 Soorten info volgens Tulving

* Procedurele kennis: vb. fietsen 🡪 vergeten niet snel
* Declaratieve kennis: info die we kunnen beschrijven

- Semantisch: info niet gekoppeld aan persoonlijke ervaringen

- Episodisch: algemene kennis

*Het geheugenproces:*

**1. Het opnemen van info**

* Automatische opname: zonder dat de persoon er moeite voor doet

Zonder dat hij bewust is van het verwerkingsproces

* Gewilde opname: wat moeite kost om op te nemen

Nemen binnenkomende info op en verwerken deze

Vb. formules, definities

 Verwerking:

* Door herhaling
* Gestructureerd materiaal beter dan losse elementen

🡪 structuur = geheel, Gestalt van losse elementen

* Vb. Methode van Loci: materiaal in verband brengen met een plaats

**2. Het bewaren van info**

 Ebbinghaus

* boek “On memory
* Experimenteerde met zichzelf
* Leerde zinloze lettergrepen (niet door ervaring beïnvloed)
* Conclusie:

 - opnieuw leren 🡪 minder tijd dan oorspronkelijk leren

- hoe meer tijd na oorspronkelijk leren

🡪 hoe groter de inspanning om opnieuw te

 leren

**3. Het oproepen van opgeslagen informatie**

 Verschillende manieren:

* Actief oproepen:

 vb. tijdens een examen

* Spontaan oproepen:

 vb. bij het horen van een liedje

* Identificeren: vb. ziet een foto en kan denk aan een voorwerp van toen

 Interferentietheorie = persoon haalt opgeslagen info door elkaar

 🡪 storing

* Proactieve interferentie: problemen met opslaan nieuwe info of recente info moeilijk te reproduceren door vroege opgeslagen info.

Vb. leert eerst def psycho en daarna def sociologie 🡪 gaat moeilijker

* Retroactieve interferentie: moeilijker vroegere opgeslagen info kan reproduceren door recent verwerkte info.

Vb. nieuw telefoonnummer leren en oude vergeten zijn achteraf

 Constructie herinneringen:

* ontbreken vaak elementen
* bepaalde factoren spelen rol zoals sympathie, verwachtingen, …
* geheugen onbetrouwbaar

🡪 experiment Lotus

Vervorming van herinneringen:

- Film van 2 auto’s die tegen elkaar botsten

- Men moest inschatten hoe snel auto’s reden !

- Helft pp kreeg vraag: ‘Hoe hard reden de auto’s toen ze tegen elkaar knalden?’

- Helft pp kreeg vraag: ‘Hoe hard reden de auto’s toen ze elkaar raakten?’

Conclusie : bij 1ste vraag hogere snelheid dan bij de 2de vraag

 De omgeving: waarin we ons iets interpreteren en proberen te herinneren

🡪 van groot belang

**4. Vergeten**

 = oproepen mislukt en geheugen schiet tekort

* info nooit opgeslagen in geheugen
* moeilijkheden bij het oproepen van opgeslagen info

 Retrograde amnesie = niets meer herinneren van voor een bepaalde gebeurtenis

 Anterograde amnesie = niets meer herinneren van na een bepaalde gebeurtenis

+ **syndroom van Korsakoff:** ‘Vaak herinnert de patïent zich niet of hij al gegeten heeft. Nu en dan vergeet hij wat er een minuut geleden met hem gebeurd is. Je bent binnengekomen, hebt met hem gesproken en bent voor een minuut naar buiten gegaan; daarna kwam je weer binnen en hij herinnerde zich niet meer of je al bij hem was.’

*De rol vd persoonlijkheid in het geheugenproces*

**1. Stress**

 Efficiëntie van inprenten of reproduceren neemt toe naarmate de spanning toe neemt

 🡪 tot op een bepaald niveau

**2. Intentioneel en incidenteel leren**

 - Intentioneel: doelbewust

 - Incidenteel: toevallig

**3. affectiviteit**

 Sterk emotioneel geladen ervaringen onthoudt ge beter dan neutrale.

**Hoofdstuk 5 : Verschillen tussen mensen !**

**1.Het meten van verschillen**

In de psychologie :

 Test = het instrument om versch tussen mensen in kaart te brengen

 🡪om wetenschappelijk te zijn moet de test voldoen aan 5 voorwaarden.

*1. Betrouwbaarheid*

Kijken naar interne consistentie

 =kijken of alle items van de test over hetzelfde gaan

Consistentie in tijd

 De test moet altijd hetzelfde resultaat geven bij dezelfde persoon.

 = Test-Hertestbetrouwbaarheid

*2. Validiteit*

De test moet weten wat hij beweert te meten.

Hoe wordt dit gecontroleerd

 - Inhoudsvaliditeit

 = ond / kenmerk dat de test beweert te meten

Vb. test voor personeelswerkers: vragen over organisatorische inzichten

- Voorspellende validiteit

 Personen met versch uitslagen op de test zullen zich ook verschillend gedragen.

Vb. extraversie wordt gemeten

🡪mensen die hoog scoren; zich socialer gedragen

- Predicatieve validiteit :

= Scores van een test worden gebruikt om latere prestaties te voorspellen

- Gelijktijdige validiteit:

= Score van een test w gerelateerd aan het gedrag/prestaties

- Begripsvaliditeit

= In welke mate de test een concept meet dat beschreven wordt in een theorie.

*3. Standaardisatie*

Afname van de test moet binnen een gedragssituatie gebeuren die altijd en voor iedereen hetzelfde is

De testhandleiding moet omschrijven in welke omstandigheden de test moet word afgenomen.

Zowel het gedrag van de testleider als van de testpersoon worden beschreven.

*4. Objectiviteit*

= procedures: objectief

🡪 proefleider mag geen invloed hebben op resultaat

🡪standaardisatie : gedrag van de personen

🡪objectiviteit: de omstandigheden.

*5. Ijking*

 = Betekenis geven aan de score van de test.

Om tot een interpretatie van ruwe scores te komen

 🡪 ruwe scores vgln met de resultaten van een representatieve groep in de zelfde situatie.

*6. Enkele bedenkingen*

* cultuurgebonden :

? zijn de tests wel fair voor allochtonen nu d sl multicultureler w

* Privacy

 Persoon moet goed geïnformeerd w over hoe d testresultaten gebruikt w + wie daar inzage in krijgt.

+ Persoon heeft zelf ’t recht op inzage

**In praktijk :** w losjes met privacy omgesprongen

* Test berusten vaak op zelfbeschrijving

Probl: mensen vaak een optimistisch perspectief op zichzelf

 🡪 vertekening.

**2.De menselijke persoonlijkheid**

*Persoonlijkheid*

= is het complexe geheel van **unieke** en **duurzame** kenmerken en gedragingen waarmee de persoon zich onderscheid van anderen.

* Uniek (anders bij iedereen!)
* Elke persoonlijkheid toont een karakteristiek patroon van gedragingen.
* ? in welke mate zijn die persoonlijkheidskenmerken standvastig / voorspelbaar in versch situaties?
* Duurzaamheid = belangrijk kenmerk van de persoonlijkheid

Kortstondige gedragingen/emoties die door omstandigheden worden opgeroepen

= persoonlijkheid

 Duurzaamheid valt te relativeren

* + - Mensen kunnen zich voor een bep trek altijd op dezelfde manier gedragen in bep situaties, maar niet in andere situaties.

Vb. open gedragen tegen vrienden, gesloten zijn tov vreemden

* + - Mensen kunnen erg verschillen in de duurzaamheid.

Persoonlijkheidstrekken kunnen bij d ene persoon veel duurzamer zijn dan bij d andere.

*De persoonlijkheidsstructuur en de basisdriften volgens Freud*

Psychoanalyse van Sigmund Freud

3 basiselementen van de persoonlijkheid:

* **Es (onbewuste) = ID**

= Alles wat is overgeërfd.

Het oorspronkelijke systeem waarin een kind ter wereld komt.

 🡪geen ervaringen opgedaan

 🡪geen botsingen tussen zijn wensen en de realiteit

🡪heeft nog geen morele opvattingen geleerd

Pasgeboren kind : Es bestaat alleen uit reflexen

 = automatische band tussen een prikkel en de reactie

 Vb. het dier in mij

 🡪 **behoefteleven**

 Zoekt alleen bevrediging volgend het **lustprincipe**

 Streeft naar onmiddellijke bevrediging van zijn behoeften.

Primair proces : De persoon vormt voorstellingen vad bevrediging ; vermindert op die manier de spanning

* **Ich (Bewuste) = Ego**

 = rationele houding van de mens tov zichzelf en de wereld

 = **realistisch denken** ; wat de anderen van u zien.

Taak van het Ich :

* de driftmatige eisen van het Es onder controle krijgen.
* Keuzes maken

Ich ontstaat vanaf het 1e levensjaar.

🡪 Wanneer het kind onderscheid ontdekt tussen buitenwereld & eigen persoon.

 Definitie: complexe organisatie van psychische processen die allen tot doel hebbe tot een optimale verhouding tussen Es, Uber-Ich en buitenwereld te komen.

**🡪 realiteitsprincipe**

 Het moet bij de bevrediging rekening houden met de eisen vd realiteit

 Secundair proces :

 = realistisch denken

Persoon is in staat versch mogelijkheden te overwegen, een actieplan op te stellen om zo de spanningen van het es te ontladen & tegelijkertijd succesvol met de buitenwereld om te gaan

 🡪 Ich heeft een **dubbele aanpassingsfunctie**

 Een horizontale tegenover de wereld

 Een verticale tegenover andere psychische instanties (es, uber-ich)

* **Über-Ich (Voorbewuste) = Superego**

 = waarde- en normenpatroon

 = realistisch

= TE perfectionistisch

 Ontwikkelt zich door

* inspanningen va de ouders om hun kind fatsoenlijke en aanvaardbare gedragingen adhv. Beloning en straf aan te leren.
* Nabootsing van de ouders en de identificatie met hen
* Wat je ziet in de omgeving

🡪 vanaf 3e levensjaar; dan leren kinderen W&N kennen

 = geweten en Ik-ideaal

**Geweten :** innerlijk rechtssysteem dat ons duidelijk maakt wanneer we al dan niet volgens onze W & N handelen.

 **Ik-ideaal** = leert ons wat daarom moet worden gedaan in gegeven situatie

 = geheel van W&N

= soort van morele gids, waarvan d eisen realistisch kunnen w overwogen, of w verworpen



Vgl : Manneke : Superego zit in het hoofd, Ego zit in het hart, Id zit in de piemel.

*De Big Five vd persoonlijkheidskenmerken*

Persoonlijkheidstrekken

 = stabiele kenmerken die een persoon karakteriseren

 🡪 erfelijkheid

 🡪 interacties met omgeving

 Big Five Theorie

 Norman stelde 5 persoonlijkheidstrekken als universeel voor.

 Elke trek wordt beschreven als een dimensie met 2 polen.

 Tegengestelde termen staan voor hoge / lage pool van de dimensie

 = een meertrekkentheorie

 Doel? Mensen observeren + classeren

1. *Extraversie – Introversie*

Extraversie : positieve gevoelens willen ervaren

 Zich goed voelen met zz en de wereld

 Sociaal, gevoelsmatig en vriendelijk

Introversie : minder positieve gevoelens

 Minder geneigd om sociale contacten te leggen

1. *Neuroticisme – emotionele stabiliteit*

Neuroticisme : negatieve affectieve instelling

 Weerspiegelt de neiging om vooral negatieve gevoelens te ervaren

 Zichzelf en de wereld negatief beleven

🡪mensen die hoog scoren op neuroticisme staat kritische tov zichzelf en hun prestaties; ze w gedreven om hun prestaties te verbeteren

1. *Nauwgezetheid – zorgeloosheid*

Nauwgezetheid: zorgvuldig en doortastend handelen

🡪mensen die hoog scoren op deze trek organiseren goed, en beschikken over zelfdiscipline

1. *Openheid – geslotenheid*

Trek geeft aan : In welke mate de persoon open staat voor verscheidenheid aan ervaringen, brede interesses heeft, en bereid is om risico’s te nemen

 🡪hoog scoren op deze trek : goed risico’s durven nemen (=openheid)

1. *Vriendelijkheid – onvriendelijk*

Onderscheid tussen mensen die goed overweg kunnen met anderen en zij die dat niet kunnen 🡪hoog scoren op deze trek : zetten zich in voor anderen en zijn vriendelijk

Theorie van Eysenck

Er zijn 2 supertrekken :

* Introversie – extraversie
* Neuroticiteit – emotionele stabiliteit

**3.intelligentie**

*Wat is intelligentie?*

1. Psychometrische theorie

Dat wat met een intelligentietest wordt gemeten

Intelligentie w bepaalt door testen: IQ

1. Triarichesche theorie (Sternberg)

Cognitief proces

= complex proces waarin heel wat deelprocessen een rol spelen

Deelprocessen vb. waarneming, probleem oplossen, beslissen

1. Systeemtheorie (Gardner)

Complex geheel van processen dat onder andere te maken heeft met sport, muziek, taal, sociale vaardigheden,….

*Systeemtheorie van Gardner*

**= artistieke begaafdheid**

Intelligentie kan niet als een algemene, op zich staande bekwaamheid beschouwd worden

 🡪pakket mentale bekwaamheden

 Die zich onafhankelijk van elkaar kunnen manifesteren

 Die worden gestuurd door afzonderlijke delen in de hersenen.

Idiot Savant : iemand met zeer laag IQ, maar zeer goed in 1 ding.

 (vb. 1x over Rome vliegen, kan heel stratenplan natekenen)

Er zijn 7 categorieën van intelligentie

1. *Verbale intelligentie*

Boek lezen, gesproken woorden begrijpen, gedicht schrijven..

1. *Ruimtelijke intelligentie*

Van de ene plaats naar de andere komen, wegenkaart lezen, reiskoffers op goede manier in de koffer van de wagen leggen -> alle ruimte optimaal benutten

1. *Mathematische intelligentie*

Wiskundige proberen oplossen, logisch redeneren

Volgende 4 gaven aanleiding tot heel wat controversen, omdat ze niet pasten in het beeld dat men tot dan toe had over intelligentie

1. *Muzikale bekwaamheid*

Liedje zingen, trompet spelen, muziekstuk schrijven

1. *Lichamelijke vaardigheden*

Dansen, basket, lopen…

1. *Behendigheden in de sociale omgang*

Relatie aangaan met anderen, gedrag, gevoelens , .. van de anderen leren begrijpen

 = interpersoonlijk!

1. *Zelfkennis*

Zichzelf begrijpen

 = intrapersoonlijk!

🡪 elk van de 7mogelijkheden is bij de mens als ruw bouwmateriaal aanwezig!

Elke bekwaamheid kan worden vernietigd door specifieke hersenstoornis.

Elke bekwaamheid kan op extreme manier aanwezig zijn bij speciaal begaafde mensen.

Gardners visie :

* Laat toe verschillen tussen culturen te verwerken
* Intelligentie is niet samen te brengen tot 1 IQ-score

*Fragment Gardner*

1.wat is het standpunt van Gardner over intelligentie?

 Heeft niet te maken met testresultaten

 Intelligentie is meervoudig

 Als je iets aanleert aan studenten moet je dat op verschillende manieren doen.

 Def: een vermogen om info te verwerken zodat je probl kan oplossen en dingen te maken

2.wat is volgend Gardner een voorwaarde waaraan iemand moet voldoen om intelligent te zijn?

 Dat waar je goed in bent moet gewaardeerd w door je omgeving.

 Reden: anders heb je er niets aan

3.wat is de kritiek op zijn theorie ?

 Dat hij intelligentie verwart met talent.

 Zijn antw: je hebt ook je hersenen nodig om bv. Noten te lezen!

*Triarschische theorie van intelligentie van Sternberg*

Amerikaanse Psycholoog : R. Sternberg

🡪 Onderzocht denkprocessen die er zich in de mens afspelen als zij voor een intelligentietaak staan.

🡪 uiteindelijk, 3 deeltheorie

**1. De componentiële subtheorie**

Beschrijft innerlijke mentale processen die zich in de mens afspelen.

1. *Metacomponenten*

Spelen een rol wij de processen van planning

 Je hebt veel te doen 🡪 Je moet Plannen!

 Vb. vlucht in Brussel 8u.Verslapen, moet koffer pakken, ochtendspits, trein/vliegtuig gemist

 🡪had beter moeten plannen!

- Identificeren van het probleem

- Selecteren van info

- Kiezen van een strategie

- Kiezen van de hulpmiddelen

- Nemen van beslissingen

- Opnemen van externe feedback

1. *Prestatiecomponenten*

 Spelen een rol bij de uitvoering van een taak

 Hoe ga je een taak uitvoeren?

 3 fasen van het proces van probleemoplossing

* De persoon moet de prikkels uit de omgeving waarnemen en betekenis geven
* De persoon moet de prikkels vergelijken en combineren
* Hij komt tot een antw of reactie op de prikkels

Vb. 2e hands auto gekocht, start niet. Zoeken wat ’t probleem is, afwegen hoe je het probleem kan oplossen.

1. *Kennis verwervingscomponenten*

Spelen een rol bij het verwerven van nieuwe info

Als je je probleem ontleedt hebt, welke strategieën ga je dan gebruiken om het probleem op te lossen?

Voor de pers in staat is een probleem grondig te bestuderen en een oplossingsstrategie te plannen, moet hij over genoeg info beschikken.

- Relevante info van de irrelevante info onderscheiden

**= selectief encoderen**

- Vergelijken van versch infobronnen

De nieuwe info krijgt pas betekenis in de mate dat we ze in verband kunnen brengen met wat we al weten.

**= selectief vergelijken**

- Informatie over verschillende dingen met elkaar combineren

**= selectief combineren**

**2. Experiëntiële subtheorie**

Intelligentie = omgaan met ’t nieuwe dat de dagelijkse realiteit hen permanent biedt.

“Omgaan” varieert van

* Allereerste confrontatie
* Tot en met routine die ontstaat wanneer het geleerde gedrag geautomatiseerd verloopt.

Inzicht speelt een belangrijke rol!

3 bel processen die belangrijk zijn bij de bekwaamheid met nieuwigheden omgaan

* + - * Selectief coderen
			* Selectief vergelijken
			* Selectief combineren

🡪 Selectief = gerichtheid van de persoon om vertrouwd te worden met de nieuwe situatie & de nieuwheid ervan weg te werken

Bij Problemen : met versch processen tegelijk rekening houden

Is mogelijk omdat processen van informatieverwerking geautomatiseerd gebeuren

= zonder nood aan bewust inzicht op dat moment

 🡪als een pers er niet in slaagt om tot zo’n automatisering te komen

 = minder intelligente aanpak van de problemen

**3. Contextuele subtheorie**

= hoe goed pas je je aanpast aan een nieuwe situatie

= aanpassing

= Persoon zich goed proberen te voelen in zijn omgeving

Voelt hij zich daar niet zo gemakkelijk als hij had gedacht, moet hij een andere opl zoeken

 🡪als aanpassing niet mogelijk is :

- Proberen een andere omgeving te zoeken

- Proberen de omgeving aan zijn wensen aan te passen

Gevolg van deze subtheorie:

De elementen om zich aan een bep situatie aan te passen volstaan vaak niet om zich in een andere situatie goed te voelen.

*Het IQ (intelligentiequotiënt)* = Psychometrische theorie

**1. bepaling**

Stern: IQ= mentale leeftijd x 100

 chronologische leeftijd

* mentale leeftijd: via testen 🡪 testen van een hogere leeftijd: zegt iets over de intelligentie
* chronologische leeftijd: verstandelijke, werkelijk leeftijden

🡪 Problemen bij berekening: max mentale leeftijd maar werkelijke leeftijd steeg: fout

🡪 Oplossing: derivatie IO: score wordt berekend en vergeleken met de norm

 Gemiddelde: 100

**2. De spreiding van het IQ**

🡪 Gausscurve: meerderheid ligt rond het gemiddelde

De geestelijk gehandicapten is een probleemgroep maar ook de meestbegaafden.

**3. Betekenis van het IQ**

In de klassieke IQ-tests

* analytisch denken
* synthetisch denken
* kritisch denken

Nauwelijks gemeten in klassieke intelligentietests

* sociale vaardigheid
* praktische deskundigheid
* creativiteit

🡪 hierbij ook rekening houden met de cultuurgebondenheid

*De oorsprong van de verschillen: erfelijkheid en omgeving (milieu)*

🡪 Nature – nurture

ONDERZOEK:

Naarmate er een nauwer verwant zijn 🡪 scores van IQ gelijkend

Tweelingen: - samen opgevoed: zeer gelijk

 - apart opgevoed: minder gelijk

Adoptiekinderen: IQ dichter bij echte ouders dan adoptieouders

Fynneffect: IQ tests meten alleen de bekwaamheid om abstracte problemen op te lossen

🡪 vandaar stijging IQ maar geen stijging menselijke prestaties

Confluentietheorie van Zajonc: milieu is belangrijk

 🡪 Eerst geborene aandacht en stimulatie van beide ouders 🡪 2de en 3de kind minder

*Overleven: Het IQ (Canvas)*

**De mythe doorprikt:**

1. Wat is volgens psycholoog J. Grégoire het verschil tussen IQ en intelligentie?

- IQ: indicatie van intelligentie

- intelligentie: niet meetbaar

2. Wat zegt een IQ-test? Wanneer wordt er een IQ-test afgenomen?

- de capaciteit om dingen te leren, uw intellectuele mogelijkheden

- vooral bij kinderen met problemen op school

3. Wat zijn de beperkingen van een IQ-test?

 Bekijkt persoon op 1 moment houdt dus geen rekening met stress,…

 Beter: persoon volgen in dagelijks leven

 Nog een probleem: mensen die de taal niet kennen

**Slimme ouders = slim kind:**

1. Hoe wordt de erfelijkheid van intelligentie onderzocht?

 Via adoptiekinderen en tweelingen

2. Wat is het standpunt van R. Plomin over invloed van erfelijkheid/omgeving op intelligentie?

 - Beide kan invloed hebben: 50%

 - Voor iedereen verschillend

 - Hoe ouder hoe feller men op zijn ouders lijkt

 - Verschillende genen: niet elk kind evenveel

**Hoofdstuk 6 : Leren !**

**1.Wat is leren ?**

= Het gedrag dat je leert door ervaringen

* interactie met de omgeving
* veroorzaakt een blijvende verandering in het gedrag

**2. Klassiek conditioneren**

= Leren om een gebeurtenis met een andere te associëren

*Het leerproces*

* Conditioneren = link leggen tussen een stimulus en een reactie
* Grondlegger: Pavlov (1849-1936)
* Vertrekpunt: onvoorwaardelijke stimulus en reactie = reflex

🡪 wanneer onvoorwaardelijk ?

 Als hij op een betrouwbare manier zonder voorafgaande oef een reactie uitlokt

1. Voor de conditionering:

**OVS** (onvoorwaardelijke stimulus) 🡪 **OVR** (onvoorwaardelijke reactie)

2. Tijdens de conditionering:

**NS** (neutrale stimulus) **+** **OVS** 🡪 **OVR**

3. Na de conditionering:

 **VS** (voorwaardelijke stimulus) **🡪** **VR** (voorwaardelijke reactie)

*Voorwaarden voor klassieke conditionering*

**1. oriëntatiereflex**

= je aandacht richten op een opvallende onverwachte prikkel in je omgeving

**2. De timing**

* Nieuwheid = optimale tijdsinterval tussen beide stimuli in
* Frequentie = hoe vaak een voorwaardelijke stimuli moet optreden

**3. De uitdoving of extinctie**

= als de voorwaardelijke te vaak alleen voorkomt 🡪 reageert niet meer voorwaardelijk

🡪 soms spontaan herstel hierbij

4. Veralgemening en discriminatie

- Stimulusveralgemening: vb. schrik van konijn 🡪 schrik van alle pelsdieren

- Stimulusdiscriminatie: tegenovergestelde

*Kenmerken van klassieke conditionering*

* Leren reageren op nieuwe stimuli
* Passief/ondergaat
* Basis: herhaling van de gelijktijdige aanbieding van NS en OVS

🡪 NS krijgt daardoor een voorwaardelijk karakter

**Hoofdstuk 7 : Sociale psychologie**

Hoe wordt ons gedrag beïnvloed door de aanwezigheid van anderen?

🡪gedrag begrijpen in zijn sociale context

**1.Conformeren**

= Gedrag voegen naar dat van de groep zonder dat er sprake is van een directe oproep om dit te doen

Experiment van Asch: vragen stellen in groep en zien wie wat antwoord

Mate van conformisme is afhankelijk van de situatie:

* Meer naarmate groep groter wordt
* Meer naarmate situatie ambiguer wordt (dubbelzinnig)
* Meer als er wordt verondersteld dat er een expert in de groep zit
* Minder wanneer iemand anders weerstand biedt

Waarom conformeren mensen zich?

* Accuraatheid: bij de groep willen horen
* Aanvaarding

**2. Helpen**

Hoe meer getuigen van een noodgeval, hoe kleiner de kans dat elke persoon afzonderlijk zal helpen

Redenen?

* Verwatering van verantwoordelijkheid
* Dubbelzinnigheid van de noodsituatie
* Bang om ons belachelijk te maken

Kans is groter dat men hulp biedt:

* Wanneer duidelijk is welke hulp er moet worden gegeven
* Als men het slachtoffer kent

🡪 Bystandereffect

**3. Macht en gehoorzaamheid**

* Gehoorzaamheid: meest rechtstreekse vorm van sociale beïnvloeding
* Soms noodzakelijk
* Soms nefast: “Ik volgde alleen maar bevelen op”

*Uniform:*

 Mensen doen sneller iets als ze bevelen krijgen van mensen met uniform dan zonder.

*Experiment van Milgram:*

🡪 ging op zoek waarom mensen in de Holocaust zo goed de bevelen volgde

* Leraar en leerling
* Leerling moest woordparen leren
* Leraar diende elektrische schok toe bij foutief antwoord: gaande van 15 tot 450 Volt
* Proefleider maande leraar aan om door te gaan met het toedienen van schokken ondanks verzet van leerling (schreeuwen, ‘bewusteloos’)
* 65% van proefpersonen ging door tot 450 Volt
* Meeste proefpersonen waren nadien erg van streek
* Mindere mate van gehoorzaamheid: leraar zat langs leerling en moest zijn hand op ‘schokplaat’ houden, proefleider gaf instructies per telefoon, andere pseudoproefpersoon die bevelen gaf, andere pseudoproefpersoon die weerstand bood tegen proefleider

*Stanford- gevangenis experiment:*

* Mannelijke studenten nemen deel aan experiment dat 14 dagen zou duren
* Worden in 2 groepen verdeeld: cipiers en gevangenen
* Gevangenis in kelder Stanford Universiteit
* Experiment na 6 dagen stopgezet