

1. Psikologia deritzon zientzia

1.1. Psikologiaren definizioa (Etimologia, Antzina, Definizioa)

— Etimologia

- Grezierako *psyché* (arima, adimena, espiritua) eta *logos* (zientzia, ezagutza) hitzen elkarketa da. Hitza antzinatek etorri arren, zientziaren esanahia ez zitzaion XIX. mendera arte eman.

— Antzina

- Antzina, gaur psikologian aztertzen ditugun gaiak Filosofiaren inguruko foroetan eztabaidatzen ziren, eta ospe handiko filosofo asko horretan aritu ziren luzaroan: Platon, Aristoteles, Descartes...

— Definizioa

- Jokabideak eta jokabide horiek baldintzatzen dituzten gogamen prozesuak aztertzen dituen zientzia da.
 - Jokabidea: Pertsonak eta animaliek egiten dituzten gauzen artean behatu eta erregistratu ahal den guztia da.
 - Gogamen prozesuak ezagutza lortzeko erak dira: pertzepzioa, oroimena, arrazoitzea, problemak ebaztea, amets egitea, desiratzea, itxarotea, iragartzea...

1.2. Psikologiaren lehen teoria zientifikoak (Estrukturalismoa (5), Funtzionalismoa (3), Gestalt)

XIX. mende bukaeraz geroztik, Psikologia Filosofiatik at garatzen joan zen, zientzia autonomo bihurtzen joan zelarik.

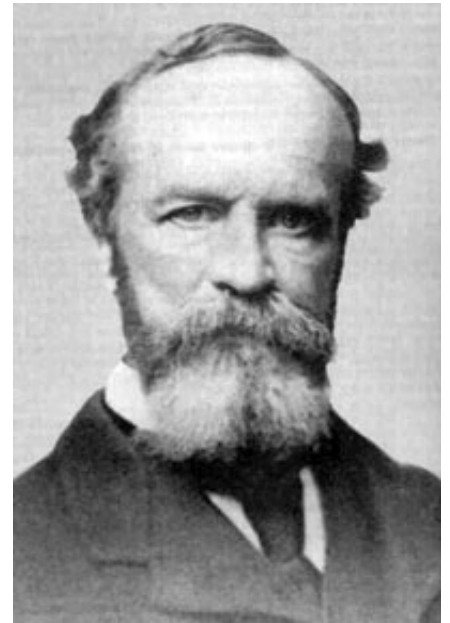
— Estrukturalismoa

- Wilhelm Wundt (1832-1920) fisiologo alemaniarra kontsideratzen da psikologia zientifikoaren sortzaile.
- Medikuntza ikasi zuen, gero fisiologia eta ondoren Zurich eta Leipzig-en irakasle izan zen. Azken hiri honetan Filosofiako katedra lortu zuen. 1879an Psikologia esperimentaleko lehen laborategi ofiziala sortu zuen.
- *Psikologia Fisiologikoaren Elementuak* lanean zientzia berriaren izaeraren defentsa egin zuen.
- Bere ustez, psikologiaren lana gogamen edukien ikerketa zen (sentsazioak, sentimenduak, irudiak), introspektzioa eta esperimentazioa erabiliz.
- Estrukturalista zen, kontzientziaren egitura edo estruktura aztertu nahi zuelako. Bere ustez, kontzientziaren osagaiak analizatuz, gogamenaren estruktura iker zitekeen. Metodo honen arabera, norbera da protagonista, norbera baita kontzientzia ahalik eta zehatzen behatu behar duena.



— Funtzionalismoa

- William James (1842-1910) fisiologo eta psikologo estatubatuarra Fisiologiako irakaslea zen, baina Biologia, Psikologia eta Filosofia ere irakatsi zituen. Bere laborategia zabaldu zuen Massachussets-en. Asmoa faktore fisiologikoez gogamen prozesuetan duten eragina irakastea zen.
- 1890ean, *Psikologiaren Printzipioak* lana argitaratu zuen. Gogamena ikertzen zuen bertan eta Wundten aurka agertu zen, hark gogamenaren estrukturari erreparatzen ziolako eta ez haren funtzioari. Wundtek, berriz, Jamesek aurkeztu zuen psikologia estua, artifiziala eta inozoa zela esan zuen.
- Funtzionalismo izena eman zitzaion korronte honi, James psikologiaren alde praktikoaz arduratu baitzen eta, eguneroko bizitzara aplikatu zitekeen korrontea sortu nahi baitzuen. Bere ustez, askoz ere interesgarriagoa da gizakiak bere inguruan moldatzeko erabili ohi dituen errekurtsoak aztertzea gogamenaren egitura aztertzea baino. Psikologiaren helburua kontzientziak eta beste gogamen prozesuek gizakiari esperientzietara moldatzen nola laguntzen dioten ulertzea izan behar du eta, horregatik, James-en lanaren ardatza gogamenak nola funtzionatu duen aztertzea izan zen.



— Gestalt

- Korronte honetako psikologo alemaniarrek ere asko kritikatu zuten Wundten ikuspegia. Ez zuten pertzepzioa sentsazioz osatzen zenik uste eta osotasuna osagaien batura baino zerbait gehiago zela esaten zuten.

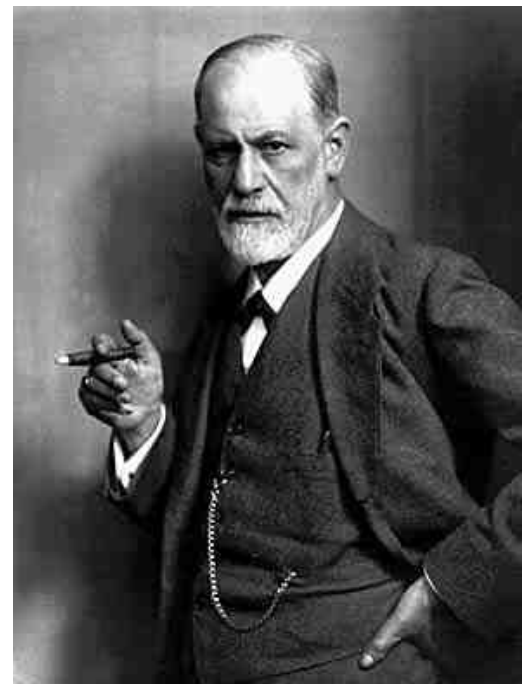
1.3. Psikologia-eskolak

1.3.1. Psikoanalisia

1.3.1.1. Sigmund Freud (1856-1939) (Bizitza (6), Lan ezagunenak (4), Teoria (6), Teknikak (2), Psikoanalisiaren helburua (2))

— Bizitza

- Freibergen jaio zen, Austrohungariar inperioan, garai hartan.
- 1860an, sendia Vienara joan zen bizitzera eta hantxe egin zen sendagile.
- Gaztetan Parisen lan egin zuen, Jean Charcot neurologo frantsesarekin batera. Hipnosia erabiltzen zuten histeriaren tratamenduan eta hainbat alterazio somatikok oinarri psikikoa izaten zutela ikasi zuen.
- Vienara itzuli zenean, Breuerrekin batera jarraitu zituen



bere ikerketak. Bertha Pappenheimen kasu klinikoan aritu ziren eta *Anna O.* ezizena eman zioten histerian sakontzen zuten bitartean.

- Gerora, Freudek hipnosia alboratu eta psikoanalisi garatuko zuen.
- Hitler agintera iritsi zenean, bere lanak erre egin zituzten. Jatorri judukoa zenez, 1938an Londresera egin behar izan zuen ihes eta hurrengo urtean hil zen, 83 zituenean.

— Lan ezagunenak

- *Psikoanaliaren hastapenak*
- *Ametsen interpretazioa*
- *Histeria*
- *Nia eta Zera*

— Teoria

- XIX. mendearen erdia aldera, Freudek nortasunari buruzko lehenengo teoria orokorra garatu zuen.
- Nortasuna izozmendiarekin alderatu zuen, oso gutxi baita bistan duena, kontzientea, eta gehiena, berriz, ezkutuan dago, inkontzientea.
- Nortasunaren osagaiak: Zera, Nia eta Supernia.
- Haurtzaroko esperientziek helduaren bizitza baldintzatzen dute.
- Haurtzaroko sexualitatearen garrantzia: Fase Orala, Anala, Falikoa eta Genitala.
- Ametsen garrantzia. Ametsen interpretazioa oso baliotsua izan zitekeen.



— Teknikak

- Charcotekin hasi zenean, hipnosia.
- Breuerrekin, asoziazio librea, pazienteekin beren arazoei buruz mintzatzea; azken teknika horren bidez, arazoen sintoma batzuk desagertu egiten zirela uste zuen Freudek.

— Psikoanaliaren helburua

- Oinarri garrantzitsuena inkontzientea da eta, noizean behin, mozorrotuta azaleratzen saiatzen da: lapsusak (pertsone baten izena ez gogoratzea), huts egiteak (etxeko giltzak galtzea, logelara joan eta zertara gindoazen ahaztea...), txisteak, ametsak, fantasiak... Psikoanaliak errealitate hauen esanahiak ikertu nahi ditu.
- Psikoanaliaren helburua jokabidearen esanahi inkontzientea kontzientera ekartzea da, azal daitezkeen arazoak konpondu ahal izateko.

1.3.1.2. Freuden jarraitzaileak (2)

- Psikoanaliak, kontrako amorratuak izan bazituen ere, nahikoa arrakasta izan zuen garaiko psikologoaren artean, eta Freud-en jarraitzaileak Psikoanaliaren nazioarteko elkartean bildu ziren 1910ean.
- Gero, psikoanaliaren barruan sartzen diren zenbait autorek aldatu egin zuten Freudek inkontzienteari buruz zuen ikuspegia. Jung, Szondi eta Lacan psikologoek beren teoria pertsonal berriak eratu zituzten inkontzientearen egitura eta dinamikari dagokionez.



1.3.1.3. Psikoanalisi berria

- Psikologia dinamikoa da eta emozioak, afektua eta irrikak ikertzeari ematen dio lehentasuna eta ez, psikologia estatikoak egiten duen bezala, sentipenak, pertzepzioak eta abar ikertzeari.

1.3.2. Behaviorismoa edo konduktismoa (Bereizgarriak (3), Watson (3), Pavlov (3), Thorndike (3), Skinner (4))

— Bereizgarriak

- Psikologiak zerbait praktikoa behar du eta ez du introspektion oinarritu behar. Gizakiaren adaptazioa ikertzen du eta kontzeptu ugari hartzen du Charles Darwinen Selektio Naturalaren Teoriatik.
- Ikasi dugun bezala jokatzeko behar du eta estimulu-erantzun sekuentzian lotzen dira gure esperientziak, onura eman digutenak indartuz eta ezatseginak izan direnak, berriz, ahulduz.
- Psikologiaren helburua: jokabideak aurreikusi eta kontrolatzea.

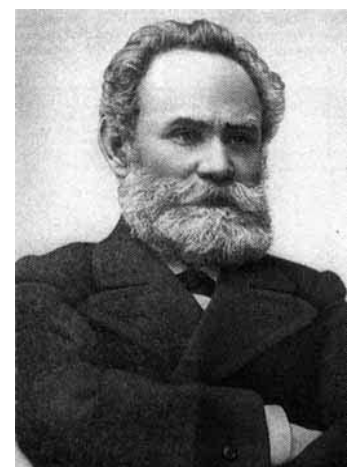
— Watson

- XX. mendean, psikologia korrante hau nabarmen garatu zen. John B. Watson (1878-1958) izan zen sortzailea 1913an *Psikologia konduktismoaren ikuspegitik* izeneko lana argitaratu zuenean.
- Bertan introspektiona baztertu zuen eta psikologiari objektibotasuna ematen saiatu zen. Ez zuen gogamenera edo fisiologiaren laguntzarik nahi eta estimuluei eta haien ondorioei eman zien garrantzia. Hori dela eta, behavioristek laborategian lan egiten dute eta praktikotasuna bilatzen dute.
- Usteak
 - Psikologia natura-zientzien adar bat da eta bere helburua deskribatu, aurreikusi eta jokaera kontrolatzea da.
 - Animalien eta gizakien artean ez dago etenik, jarraipena baizik.
 - Kontzientzia ez dago zertan aipatu beharrik.
 - Jokaerak estimulu eta erantzunez osatuta daude eta nortasuna ikasitakoaren ondorioa da.
 - Jokaerak estimulu eta erantzunez osatuta daude. Psikologo konduktistak animalia eta pertsonen jokaerak ikertzen ditu, metodo esperimentalak erabiliz.
 - Psikologiak praktikoa izan behar du, bizitzan oinarritutakoa eta gizartearentzako onuragarria.



— Pavlov

- Ivan Pavlovek (1849-1936) Medikuntza ikasi zuen eta, 1833an, bihotzeko nerbioen funtzioari buruzko tesia aurkeztu zuen, doktoretza lortuz. Medikuntza esperimentaleko institutu berriko fisiologia laborategiko zuzendari izendatu zuten eta Fisiologiako irakasle ere izan zen. 1904an, urdail-glandulen lanari buruzko ikerketengatik Medikuntzako Nobel Saria eman zioten.
- Baldintzazko erreflexuaren aurkikuntza eta azterketa zor zaio Pavlovi.



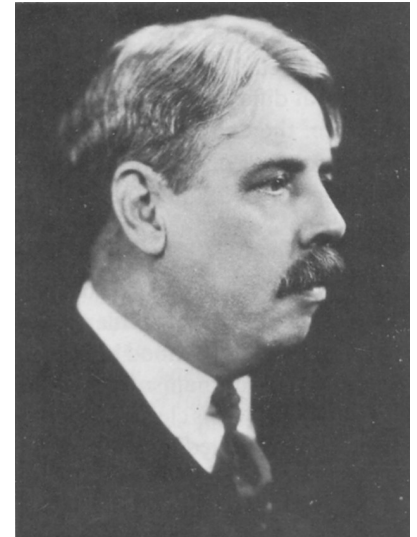
Psikologia eta Soziologia Batxilergoa 1. maila

Aurkikuntza honek eman zion hasierako bulkada mugimendu behavioristari, hau da, ikaskuntzaren azterketa eta ikerketari.

- Pavloven txakurrak: Esperimentu ezagunenetakoa bat da. Metronomo bat erabili zuen eta 100 kolpe minutuko ematen zituen animalia elikatu aurreko unean (gehienetan kanpaia jotzen zuela esaten da). Animalia gose zenean, txistua dariola jartzen zen metronomoaren soinua entzun orduko; ez zen janariaren beharrik txistua dariola jartzeko.

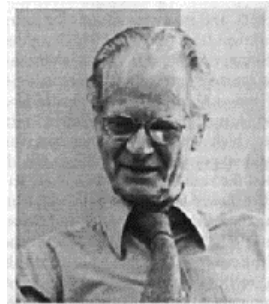
— Thorndike

- Watsonen garaikide izan zen (1874-1949) eta Jamesen ikasle izan zen.
- Animalien psikologia ikertu zuen. Ezaguna da katuekin egin zuen esperientzia. Katu goseti bat hartu eta kaxa itxi baten barruan sartu zuen, katuak kanpoan zegoen janaria ikusteko moduan. Kaxa itxita egon arren, eragingailu bat ukitzea aski zen atea irekitzeko. Katua, hasieran, ikaragarri mugitzen zen, baina mugimendu haiek alferrikakoak ziren. Halako batean, ordea, atea irekitzeko eragingailua ukitu zuen eta atea zabalduta egin zen. Behin asmatu ondoren, katuari gero eta gutxiago kostatzen zitzaion mugimendu egokia egitea. Azkenean, alferreko saiakerak desagertu egin ziren eta katuak atea irekitzen ikasi zuen.
- Ondorioz: erantzun egokiak (ingurunera moldatzeko balio dutenak) indartuz doazen bitartean, erantzun desagokiak (alferrikakoak) indargabetuz doaz, desagertu arte. Beraz, ariketa hutsak ez du ikasten laguntzen; arrakasta duten ariketek bakarrik ahalbidetzen dute ikaskuntza.

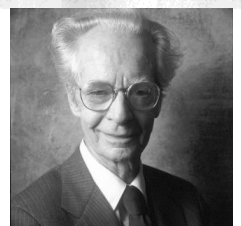


— Skinner

- B. Frederik Skinner (1904-1991) *Organismoen jokabidea* lanaren autorea da.
- 1948an, *Walden Dos* zientzia-fikziozko eleberria idatzi zuen eta hantxe azaldu zituen konduktismoari eta jokabidearen ingeniartzari buruzko ideiak. Thorearen *Walden* oinarri hartuz, utopia baten erretratua egiten du. Gizarte honetan elkarbizitzarako gaitasuna hobetu nahi dute, instintuen garrantzia kontrolpean jarritz.
- Nortasuna berezko aspektu inkontzientean, moralean edo emozionalean, "ez dela existitzen" esatera iritsi zen. Skinnerren ustez, nortasuna produktu faltsua da, bere ezaugarriek begiraten duenaren begietan baino ez baitaude. Autore honek jokabidea egoera bakoitzean agertzen diren gertakizun zehatz batzuen ondorio dela dio.
- Aurkariak gizakiaren aukera gaitasuna eta askatasuna ezerezean jartzea aurpegiratu diote.



B. F. Skinner.
(James R. Holland/Stack, Boston)



1.3.3. Psikologia humanista (Eskola (3), Egiten dituen kritikak (2), Jasandako kritikak, Maslow (3), Rogers (2))

— Eskola

- Psikologia eskola hau XX. mendeko berrogeita hamarreko hamarkadan sortu zen eta psikoanalisiaren eta behaviorismoaren aurka agertzen da.
- Autore ezagunenak Abraham Maslow (1908-1987) eta Carl Rogers (1902-1987) dira.
- Eskola honen printzipioak ez dira kasu klinikoetan oinarritzen, pertsona



osasuntsuen ezaugarrien aztertzean baizik.

— Egiten dituen kritikak

- Behaviorismoa kritikatzan dute giza psikologiatik urruntzen delako.
- Psikoanalisi ere ez dute gogoko, jokabide patologikoak bakarrik aztertzen dituelako.

— Jasandako kritikak

- Psikologia humanistak kritika ugari jaso zuen bere garaian, batez ere, zientifikotasun faltagatik. Hala ere, ukaezina da humanistek arrakasta ugari lortu dutela, gehienbat, talde-dinamikak erabiliz.

— Maslow (1903-1970)

- Psikologia humanistaren ordezkari garrantzitsuena da.
- Maslowren piramidea deritzona osatu zuen. Haren ustez, motibazioa integratua eta hierarkikoa da. Behar batzuk goi-mailakoak dira eta ezin dira ase azpiko beharrak asetzen ez diren bitartean. Adibidez, segurtasun beharra ase gero, kidesun eta afektu beharrari erreparatu behar diogu, baina ezin da hau izan besteren aurretik. Gorengo beharra gizakiari asetasun edo osotasun sentimendua ematen dion **autoerrealizazioa** da.
- Hala ere, askotan, gure benetako beharrak baztertu egiten ditugu besteak kontuan hartuta (familia, eskola, gizartea) eta ezin dugu zoriontsu izan. Esan bezala, pertsonaren helburua autoerrealizazioa da eta, horretarako, bakoitzak bere burua onartu behar du.



— Rogers (1902-1982)

- Bere teoriaren oinarria **Gaurkotzeko Joera** da: Gizakiak gaitasunak ahalik eta gehien garatzeko motibazio innatoa du. Ez da biziraupen soila, gauzak hobeto egiteko gogo baizik. Gizakiak garatu egin nahi du eta errealizazioa lortzen saiatu.
- Pertsonaren harremanak aztertzen ditu: intrapertsonalak (norberak bere buruarekin dituenak) eta interpersonalak (besteekin dituen harremanak). Rogersen teoria autokontzeptuan oinarritzen da eta horixe da nortasunaren ardatza. Autokontzeptua bi faktoreen arabera eraikitzen da:
 - Norberak bere buruaz duen kontzeptua
 - Besteek gutaz duten kontzeptua



1.3.4. Psikologia kognitiboa (3)

- Korrante honentzako, konduktismoa oso mugatua da, estimulu eta erantzunen artean, kontuan hartu behar baita era berean, gogamen prozesuen ekina.
- Gizakia informazioaren prozesadore aktiboa da eta ez erantzule pasiboa.
- Ikuspegi kognitiboek eragin handia dute gaur egun, baina kritikak ere jasotzen dituzte; zabalduena emozioei eta sentimenduei garrantzirik ez emateari buruzkoa da.

1.4. Psikologiaren ikerketa-alorrak

1.4.1. Psikologia esperimentalak (2)

- Metodo esperimentalaren bitartez fenomeno psikikoak eta organismoaren portaera ikertzen dituen psikologia da.
- Hainbat autorek konduktismoak erabiltzen duen psikologia kontsideratzen dute eta bere ikerketa laborategiko egoerara mugatzen dute.

1.4.2. Psikofisiologia (2)

- Gizakiaren eta animalien portaeraren oinarri fisiologikoak aztertzen ditu. Fisiologia eta jokaera erlazionatu nahi ditu.
- Adibidez, jokabide oldarkorra gertatzen denean, arazoaren arrazoia bilatzeko, zerebroan jarduera handiena duen unea aztertzen da. Psikofisiologoek beste alorretako zientzialariek harreman estuak izan ohi dituzte: biologoekin, kimikariek, etologoekin... eta, askotan, elkarrekin lan-taldeak sortzen dituzte.

1.4.3. Garapenaren psikologia

- Jaiotzatik heldutasunera arte, gizakiaren jokabideak izaten dituen aldaketak aztertzen ditu. Helburua bizitzako garapen-fase bakoitzaren ezaugarri orokorrak zehaztea du.

1.4.4. Psikologia klinikoa (2)

- Jokabidean eta emozioetan gertatzen diren nahasteak aztertzen ditu, diagnostikoa eman eta terapia ezartzen du. Buruko nahasteak (psikosia, eskizofreniak, etab.) sendatzen ahalegintzen da eta, horretaz gain, adimen-atzerapenak, drogamenpekotasunak, depresioak, gizareratze-arazoak, antsiak edo sexu arazoak sorrarazitako jokabide arazoak ere aztertzen ditu.
- Komenigarria da psikologo klinikoaren eta psikiatraren artean dagoen desberdintasuna bereiztea.
 - Ez gutxitan teknika berdinak erabili arren, psikiatra medikua da, buruko gaixoak sendatzen espezializatuta dagoen medikua alegia, eta gaixoak sendatzeko, medikuntzan oinarritutako azterketak eta metodoak erabili ohi ditu (analisiak, eskanerrak, botikak, kirurgia...). Medikua delako erabil ditzake hainbat botika bere tratamenduan.
 - Psikologo klinikoa, ordea, terapeuta da eta jokabidean oinarritutako azterketak egin ondoren, terapia psikologikoak erabili ohi ditu pazienteari jokabidea aldatzen laguntzeko asmoz. Maiz, psikiatrekin lankidetzan aritzen dira.

1.4.5. Ikaskuntzaren psikologia (Helburua, Lana, Adibideak (4))

- Helburua heziketarekin zerikusia duten arazo psikologikoak aztertzea da. Askok ikasteko arazoak dituzten ikasleekin bakarrik lan egiten dutela uste arren, ikaskuntzaren psikologoek zeregin profesionala beraien kargu dauden ikasle guztiak dira.
- Eskola-psikologoek irakasleekin lan egiten dute eta helburu heziketa-prozesuan sor daitezkeen arazoak konpontzen laguntzea da. Askotan, psikologoek eta pedagogoen lanak nahasten dira, hauek ikuspuntu ezberdin batetik abiatzen badira ere.
- Lanerako adibideak
 - Ikasleen gaitasunak neurtzeko testak pasa.
 - Teknika pedagogikoen hobekuntzarako proposamenak egin.
 - Ikasle supergaituentzako edo egunerokoa jarraitzeko zailtasunak dituztenentzako programa espezifikoak diseinatu.
 - Etorrizuneko lanbide posibleak proposatu...

1.4.6. Psikologia soziala (Helburua, Adibideak (4))

- Helburua gizarte-taldeek eta komunikabideek gizakiaren jokabidean duten eragina aztertzea da.
- Ikerketarako adibideak
 - Publizitateak kolektibitatean duen eragina.
 - Aurreiritzi sozialak.
 - Taldeen arteko harremanak.
 - Nahaste psikologikoen oinarri sozialak...

1.4.7. Psikologia industrialia (Helburua, Adibideak (4))

- Helburua gizakiak parte hartzen duen industria eta laneko hainbat arlo aztertzea da.
- Lan esparru zabala du. Lanerako adibideak
 - Pertsonala aukeratzea (testak eta elkarrizketak erabili ohi ditu).
 - Bakoitzaren gaitasunen arabera, lan-taldeak eratzea.
 - Dagozkion gaitasunen eta prestakuntzen arabera, langile bakoitzari lanpostua egokitzea.
 - Kontsumitzaile posibleen gustuak aztertzea...