



Penguin
Random
House

A FORDÍTÁS ALAPJA

The Psychology Book

Copyright © 2012
Dorling Kindersley Limited
A Penguin Random House Company

FORDÍTOTTA

© Bányász Réka, 2016

Behaviorizmus

Kognitív pszichológia

Pszichoterápia

© Morvay Krisztina, 2016

Differenciálpszichológia

Fejlődéslektan

Filozófiai gyökerek

Szociálpszichológia

LEKTORÁLTA

dr. Harmat László

SZERKESZTETTE

Szőllős Péter

HVG Könyvek

Kiadóvezető: Budaházy Árpád

Felelős szerkesztő: Török Hilda

Kiadói szerkesztő: Tanács Eszter

ISBN 978-963-304-315-8

Minden jog fenntartva. Jelen könyvet
vagy annak részleteit tilos reprodukálni,
adatrendszerben tárolni, bármely formában
vagy eszközzel – elektronikus,
fényképeszeti úton vagy más módon –
a kiadó engedélye nélkül közölni.

Kiadja a HVG Kiadó Zrt., Budapest, 2016

Felelős kiadó: Szauer Péter

 hvg könyvek

www.hvgkonyvek.hu

Nyomdai előkészítés: Somodi András

Nyomás: TBB, Slovakia

A WORLD OF IDEAS:
SEE ALL THERE IS TO KNOW

www.dk.com

ALKOTÓTÁRSAK

CATHERINE COLLIN

Klinikai pszichológus, az angliai Plymouthi Egyetem docense, tanácsadóként vett részt a könyv létrejöttében. Catherine érdeklődési területe elsősorban a mentális egészség és a kognitív viselkedésterápia.

NIGEL BENSON

Egyetemi előadásokat tart filozófiából és pszichológiából. A pszichológia témakörében több nagy sikerű könyv, többek között a *Psychology for Beginners* (Pszichológia kezdőknek) és az *Introducing Psychiatry* (Pszichiátria másképp) szerzője.

JOANNAH GINSBURG

Klinikai pszichológus és újságíró, New York City, Boston, Philadelphia és Dallas közösségi kezelési központjaiban dolgozik. Rendszeresen publikál pszichológiai témájú írásokat. A *This Book has Issues* (Tartalmas kérdések) társszerzője.

VOULA GRAND

Üzleti pszichológusként nemzetközi cégek üzletviteli és vezetői tanácsadójaként dolgozik. Első regénye *Honor's Shadow* (Honor árnyéka) címmel jelent meg.

MERRIN LAZAN

Író, szerkesztő és klasszikus énekes, a Harvardon tanult pszichológiát. Számos, különféle témájú regény és ismeretterjesztő könyv fűződik a nevéhez.

MARCUS WEEKS

Író és zenész. Filozófiát tanult, majd tanárként dolgozott, mielőtt írói pályára lépett volna. Számos szépművészeti és népszerű tudományos könyv létrejöttében működött közre.

TARTALOM

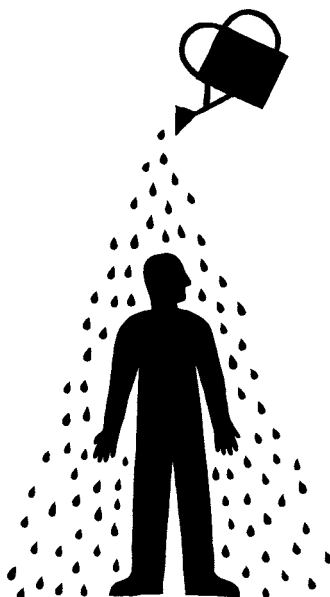
10 ELŐSZÓ

FILOZÓFIAI GYÖKEREK

A PSZICHOLÓGIA SZÜLETÉSE

- 18 **A személyiség négy vérmérséklete**
Pergamoni Galénosz
- 20 **Gondolkodó lélek lakozik ebben a gépben**
René Descartes
- 22 **Aludj!** Faria abbé
- 24 **A fogalmak megerősödnek, ha ellentmondanak egymásnak**
Johann Friedrich Herbart
- 26 **Légy önmagad!**
Søren Kierkegaard
- 28 **A személyiséget az öröklés és a környezet határozza meg**
Francis Galton
- 30 **A hisztéria törvényei egyetemesek**
Jean-Martin Charcot
- 31 **A psziché belső kapcsolatainak sajtósága károsodása**
Emil Kraepelin

- 32 **A mentális élet kezdete az élet kezdete**
Wilhelm Wundt
- 38 **Csak addig tudjuk, mi a „tudat”, amíg nem kell definiálnunk**
William James
- 46 **A kamaszkor újraszületés**
G. Stanley Hall
- 48 **A megtanultak kétharmadát 24 órán belül elfelejtjük**
Hermann Ebbinghaus
- 50 **Az emberi intelligencia nem rögzült mennyiség**
Alfred Binet
- 54 **A tudattalan látja a függöny mögötti férfiakat**
Pierre Janet



BEHAVIORIZMUS

HOGYAN REAGÁLUNK A KÖRNYEZETÜNKRE?

- 60 **Ízletes étel láttán az éhes ember nyáladzani kezd**
Ivan Pavlov
- 62 **Az eredménytelen cselekedetek törlődnek**
Edward Thorndike
- 66 **Bárkit bármivé lehet formálni** John B. Watson
- 72 **A nagyszerű, istenadta labirintus – a mi világunk**
Edward Tolman
- 74 **Ha egy patkány egyszer meglátogatta búzászsákunkat, bizonyára visszatér** Edwin Guthrie
- 75 **Mi sem természetesebb, mint az, hogy a macska „szereti” a patkányt**
Zing-Yang Kuo
- 76 **A tanulás egyszerűen nem lehetséges** Karl Lashley
- 77 **A bevéődés felejtethetetlen** Konrad Lorenz
- 78 **A viselkedést a pozitív és negatív megerősítés formálja** B. F. Skinner
- 86 **Hagyd abba a jelenet elképzelését, és lazíts!** Joseph Wolpe

PSZICHOTERÁPIA

A TUDATTALAN MEGHATÁROZZA A VISELKEDÉST

- 92 **A tudattalan az igazi pszichikai valóság**
Sigmund Freud
- 100 **A neurotikus ember állandóan magával cipeli a kisebbségi érzést**
Alfred Adler
- 102 **A kollektív tudattalan archetipusokat tartalmaz**
Carl Jung
- 108 **Az élet- és a halálöszön közötti harc egész életünk folyamán dúl**
Melanie Klein
- 110 **A „kellene” zsarnoksága**
Karen Horney
- 111 **A felettes én csak akkor válik nyilvánvalóvá, amikor ellenségesen száll szembe az énnel**
Anna Freud
- 112 **Az igazság csak akkor elviselhető, ha magunk fedezzük fel**
Fritz Perls
- 118 **Köztudottan helytelen hazavinni egy örökbe fogadott gyereket, és szeretni**
Donald Winnicott
- 122 **A tudattalan a Másik beszéde**
Jacques Lacan
- 124 **Az ember legfőbb feladata, hogy megszülje önmagát**
Erich Fromm

- 130 **A boldog élet egy folyamat, és nem létállapot**
Carl Rogers
- 138 **Az embernek ki kell bontakoztatnia adottságait**
Abraham Maslow
- 140 **A szenvedés megszűnik szenvedés lenni, amint megtaláljuk az értelmét**
Viktor Frankl
- 141 **Fájdalom nélkül senki nem válik teljes emberré**
Rollo May
- 142 **A racionális hiedelmek egészséges érzelmi következményekkel járnak**
Albert Ellis
- 146 **A család a „gyár”, ahol az ember készül**
Virginia Satir
- 148 **Kapcsolódj be, hangolódj rá, lépj ki!**
Timothy Leary
- 149 **A belátás vakságot okozhat**
Paul Watzlawick
- 150 **Az örület nem feltétlenül összeomlás – áttörés is lehet**
R. D. Laing
- 152 **Történetünk nem határozza meg sorsunkat**
Boris Cyrulnik
- 154 **Csak a jó emberek lesznek depressziósak**
Dorothy Rowe
- 155 **Az apák a csend törvényének vannak alávetve**
Guy Corneau

KOGNITÍV PSZICHOLÓGIA

A SZÁMÍTÓ AGY

- 160 **Az ösztön egy dinamikus mintázat**
Wolfgang Köhler
- 162 **Egy feladat megszakítása nagymértékben javítja annak esélyét, hogy emlékezzünk rá**
Bluma Zeigarnik
- 163 **Amikor a baba lépteket hall, egy sejtcsoportosulás ingerlődik**
Donald Hebb
- 164 **A tudás folyamat, nem pedig termék**
Jerome Bruner
- 166 **Az ember meggyőződését nehéz megváltoztatni**
Leon Festinger
- 168 **A mágikus hetes szám, plusz vagy mínusz kettő**
George Armitage Miller
- 174 **A felszín több, mint aminek látszik**
Aaron Beck
- 178 **Egyszerre csak egy hangra tudunk odafigyelni**
Donald Broadbent
- 186 **Az idő nyíla hurokká görbült**
Endel Tulving
- 192 **Az észlelés kívülről irányított hallucináció**
Roger N. Shepard



193 Mindenhol ok-okozati összefüggéseket keresünk
Daniel Kahneman

194 Az eseményeket és az érzelmeket együtt tároljuk emlékezetünkben
Gordon H. Bower

196 Érzelmünk olyanok, mint egy elszabadult vonat Paul Ekman

198 Az extázis egy lépés egy alternatív valóság felé
Csikszentmihályi Mihály

200 A boldog emberek nagyszerű társasági lények Martin Seligman

202 Amit teljes szívünkkel hiszünk, az nem feltétlenül igaz Elizabeth Loftus

208 Az emlékezet hét bűne
Daniel Schacter

210 Az ember nem azonos saját gondolataival
Jon Kabat-Zinn

211 Félő, hogy a biológia megfosztja nimbuszától mindazt, amit szentnek tartunk Steven Pinker

212 A kényszeres viselkedési rituálék próbálkozások a tudatba betörő gondolatok kontrollálására Paul Salkovskis

SZOCIÁL- PSZICHOLÓGIA MÁSOK VILÁGÁBAN

218 Nem érthetünk meg addig egy rendszert, amíg meg nem próbáljuk megváltoztatni
Kurt Lewin

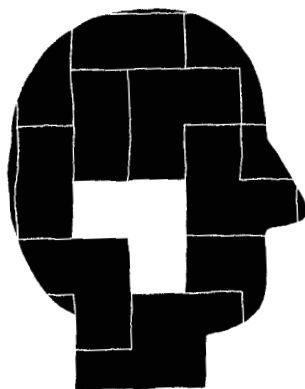
224 Mennyire erős a hajlam a társadalmi konformitásra?
Solomon Asch

228 Az élet drámai színjáték
Erving Goffman

230 Minél többet látod, annál jobban szereted
Robert Zajonc

236 Ki szereti a kompetens nőket?
Janet Taylor Spence

237 A vakuemlékezetet a magas érzelmi töltetű események váltják ki
Roger Brown



238 Nem a tudás gyarapítása, hanem a tudással rendelkezők körébe tartozás a cél
Serge Moscovici

240 Természetszerűleg társas lények vagyunk
William Glasser

242 Azt hisszük, mindenki azt kapja, amit megérdemel Melvin Lerner

244 Az örült tetteket elkövetők még nem feltétlenül örültek Elliot Aronson

246 Az emberek azt teszik, amit mondanak nekik
Stanley Milgram

254 Mi történik, ha egy jó ember gonosz helyre kerül?
Philip Zimbardo

256 A traumát az egyén és a társadalom kapcsolatának viszonylatában kell megérteni
Ignacio Martín-Baró

FEJLŐDÉS- LÉLEKTAN

CSECSEMŐKORTÓL A FELNŐTTKORIG

- 262** Az oktatás célja új dolgok véghezvitelére képes férfiak és nők kinevelése
Jean Piaget
- 270** Mások révén válunk önmagunkká
Lev Vigotszkij
- 271** A gyermek nem lekötelezettje szüleinek
Bruno Bettelheim
- 272** Minden növekedés mögött megalapozott terv van
Erik Erikson
- 274** A gyermekkori érzelmi kötődés az emberi természet szerves része
John Bowlby
- 278** A kontaktusból származó biztonság kiemelkedően fontos
Harry Harlow
- 279** Olyan életre készítjük fel a gyermekeinket, amelyről semmit sem tudunk
Françoise Dolto
- 280** Az érzékeny anya biztonságos kötődést alakít ki
Mary Ainsworth
- 282** Ki tanítja a gyermekeket arra, hogy féljék és gyűlöljék egy másik rassz tagjait?
Kenneth Clark

- 284** A lányok jobb jegyeket kapnak, mint a fiúk
Eleanor E. Maccoby
- 286** A legtöbb emberi viselkedésformát modellezésen keresztül sajátítjuk el
Albert Bandura
- 292** Az erkölcsiség hat szakaszban fejlődik ki
Lawrence Kohlberg
- 294** A nyelvi szerv a test többi szervéhez hasonlóan fejlődik
Noam Chomsky
- 298** Az autizmus a férfiagy szélsőséges megnyilvánulása
Simon Baron-Cohen

DIFFERENCIÁL- PSZICHOLÓGIA

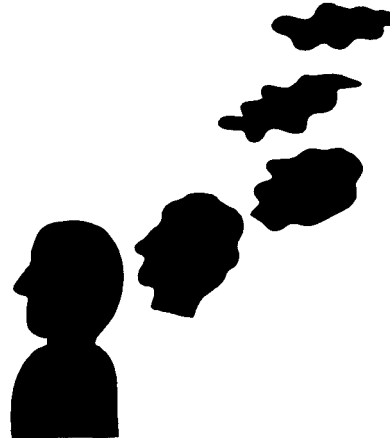
SZEMÉLYISÉG ÉS INTELLIGENCIA

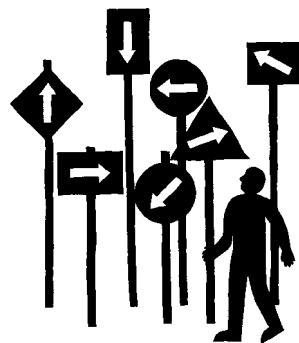
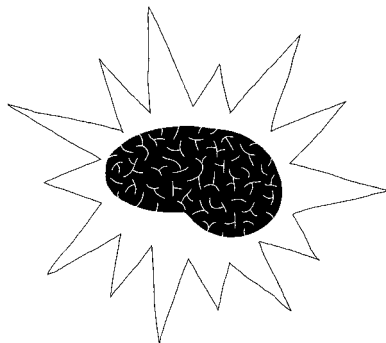
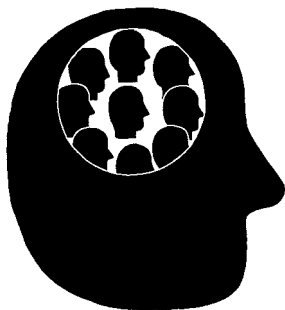
- 304** Hányféleképpen használható a fogpiszkáló?
J. P. Guilford
- 306** Péntek megjelenése teljesítette ki Robinson Crusoe személyiségvonásait?
Gordon Allport
- 314** Az általános intelligencia folyékony és kristályos intelligenciából áll
Raymond Cattell
- 316** Az örület és a zsenialitás között kapcsolat van
Hans J. Eysenck

- 322** Három fő motiváció mozgatja a teljesítményt
David C. McClelland
- 324** Az érzelem lényegében tudattalan folyamat
Nico Frijda
- 326** Környezeti visszajelzés nélkül a viselkedés abszurdan kaotikus lenne
Walter Mischel
- 328** A pszichiátriákon nem tudjuk megkülönböztetni az épelméjűt az őrülttől
David Rosenhan
- 330** Éva három arca
Thigpen és Cleckley

FÜGGELÉK

- 334** Pályatársak
- 340** Fogalomtár
- 344** Jegyzetek a magyar kiadáshoz
- 347** Magyarul megjelent művek
- 349** Köszönetnyilvánítás
- 351** Név- és tárgymutató





Minden tudomány közül talán a pszichológia a legtutózkodatosabb a laikus érdeklődők számára, és ezt is értelmezik félre a leggyakrabban. Jóllehet a nyelvazete és az eszméi beszivárogtak a mindennapi kultúrába, a legtöbbben csupán homályos elképzelésekkel rendelkezünk a témáról és a pszichológusok tényleges tevékenységéről. Némelyeknek fehér köpenyes emberek jutnak az eszükbe, akik elmegyógyintézetben dolgoznak vagy laboratóriumi kísérleteket végeznek patkányokon. Másoknak talán valamely közép-európai nyelvet beszélő férfi képe jelenik meg, aki a kanapén fekvő betegén pszichoanalízist végez, vagy – ha a filmes forgatókönyveknek hinni lehet – valamifajta elmekontrollt hajt végre rajta.

Jóllehet a fenti sztereotípiák túlzások, némi igazságot felfedezhetünk bennük. Talán a témakörbe tartozó nagyszámú terület (és az elképesztően sok „pszich-” előtaggal kezdődő kifejezés) az, ami elbizonytalanít, amikor a pszichológiát kívánjuk meghatározni – valószínűleg maguk a pszichológusok sem értenének egyet egyetlen, egységes definícióban. A pszichológia szó az ókori görög *psziché* (lélek, elme) és *logosz* (tudás) szavakból származik, és a témák széles skáláját öleli fel. Manapság inkább „az elme és a magatartás

tudománya” meghatározás tűnik a legpontosabbnak.

Az új tudomány

A pszichológiára a filozófia és fiziológia (élettan) közötti hídként is tekinthetünk. Ahol az élettan az agy és az idegrendszer fizikai felépítését írja le és magyarázza, ott a pszichológia megvizsgálja a bennük lezajló mentális folyamatokat, és azt, hogy ezek miként nyilvánulnak meg a gondolkodásunkban, a beszédünkben és a viselkedésünkben. Ahol a filozófia a gondolatokkal és az eszmékkel foglalkozik, ott a pszichológia megvizsgálja, hogyan alakítottuk ki őket, és mit árulnak el az elménk működéséről.

Minden tudomány a filozófiából alakult ki, mégpedig úgy, hogy a filozófiai kérdéseket tudományos

módszerekkel kezdtük vizsgálni. Az olyan témák megfoghatatlan természetűe miatt azonban, mint a tudatoság, az észlelés és a memória, a pszichológia csak lassan alakult át filozófiai spekulációból tudományos gyakorlattá. Néhány egyetemen – különösen az Egyesült Államokban – a pszichológia tanszékek a filozófia tanszékekből nőttek ki, míg más helyütt – pontosabban a német egyetemeken – a reáltudományok karain kaptak helyet. Önálló tudományként azonban csak a 19. század végén ismerték el.

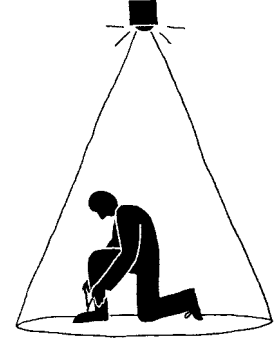
Az első kísérleti pszichológiai laboratóriumot Wilhelm Wundt hozta létre 1879-ben a Lipcsei Egyetemen, ami a pszichológia mint valódi tudományos tárgy elismerését fémjellezte, mégpedig olyanét, amely addig felfedezetlen kutatási területeket hódított meg. A 20. század folyamán a virágkorát élte; ekkor fejlődtek ki fő ágazatai és irányzatai. És, mint minden más tudomány esetében, a pszichológia története is az egymást követő generációk elméletein és felfedezésein alapszik, ahol számos régebbi elmélet máig releváns maradt. Néhány kutatási terület a pszichológia hajnalától kezdve folyamatos érdeklődés tárgya, amelyekre az egyes iskolák más-más értelmezést kínáltak, míg mások hol nagyobb, hol kisebb figyelmet kaptak. Ám minden



A pszichológia múltja hosszú,
de a történelme rövid.

Hermann Ebbinghaus





alkalommal jelentős hatást gyakoroltak a következő generációk gondolkodóira, és alkalmanként teljesen új kutatási területek felé orientálódtak.

Ha első alkalommal közelítünk a pszichológia roppant témaköréhez, akkor talán az a legegyszerűbb, ha megvizsgálunk néhányat a fő irányzatai közül, úgy, ahogy mi is tesszük könyvünkben. Többé-kevésbé kronológiai sorrendben fejlődtek ki a gyökereket jelentő filozófiából, a behaviorizmuson, a pszichoterápián, a kognitív pszichológián, a szociálpszichológián és a fejlődéslélektanon keresztül, egészen a differenciálpszichológiáig.

Kétféle szemléletmód

A pszichológia jelentése már a kezdetekben sem volt egységes. Az Egyesült Államokban a filozófiából ágazott el, így inkább a spekulatív és elméleti szemléletmód jellemezte, amely olyan fogalmakkal foglalkozott, mint a tudat (consciousness) és az én (self). Az európai iskolák a reáltudományokban gyökereztek, így a hangsúly a mentális folyamatok, például a szenzoros érzékelés és a memória kontrollált laboratóriumi körülmények között történő vizsgálatára esett. Mindazonáltal, még a tudományosan orientáltabb pszichológusok kutatásait is korlátozta a módszereik introspektív természete: Hermann

Ebbinghaus és az első úttörők saját kísérleteik alanyai lettek, így lényegében a vizsgált témák azokra a területekre szorítottak, amelyeket önmagukon is megfigyelhettek. Jólehet tudományos módszereket alkalmaztak, elméleteikkel pedig lerakták az új tudomány alapjait, az utánuk következő pszichológusgeneráció számos tagja túl szubjektívnek találta vizsgálati folyamataikat, és objektívebb módszertan után kezdtek kutatni.

Ivan Pavlov orosz pszichológusnak az 1890-es években végzett kísérletei döntő fontosságúnak bizonyultak a pszichológia további fejlődéséhez mind Európában, mind pedig az Egyesült Államokban. Pavlov bebizonyította, hogy az állatokat válaszra lehet kondicionálni, az ötlet pedig új irányzattá, a behaviorizmussá nőtte ki magát. A behavioristák szerint lehetetlen a mentális folyamatok objektív tanulmányozása, viszonylag könnyűnek találták azonban a viselkedés megfigyelését és mérését: vagyis a szóban forgó folyamatok megnyilvánulását. Hogy bepillantást nyerjenek az emberi pszichológiába, kontrollált feltételek között lebonyolítható kísérleteket dolgoztak ki, amelyeket először állatokon végeztek, majd később embereken is. A behaviorista tanulmányok szinte kizárólag arra koncentráltak, hogy a viselkedést miként formálja

az interakció a környezettel; az inger-válasz elmélet végül John Watson munkássága révén vált közzismertté. A tanulási folyamatról egyre-másra születtek a közérdeklődést is felkeltő új elméletek Európában és az Egyesült Államokban.

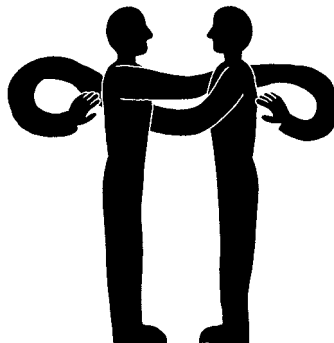
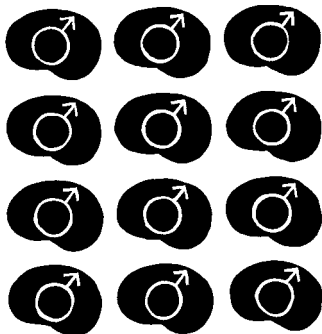
A behaviorizmus egyesült államokbeli térhódításával egy időben egy fiatal bécsi neurológus is elkezdett kidolgozni egy tudatelméletet, amely a megszokottól gyökeresen eltérő megközelítésmód ellenére hamarosan 180 fokos fordulatot idézett elő a kortárs gondolkodásban. Sigmund Freud nem laboratóriumi kísérletekre, hanem pácienseinek megfigyelésére és esettanulmányokra támaszkodó pszichoanalízis-elmélete a szubjektív tapasztalat tanulmányozásához való visszaté- »



Az első tény nekünk, pszichológusoknak az, hogy valamiféle gondolkodás mégis létezik.

William James





rést jelentette. Érdekeltek az emlékek, a gyermekkori fejlődés, a személyközi kapcsolatok, és hangsúlyozta a tudatalattinak a viselkedésre gyakorolt meghatározó szerepét. Habár gondolatai forradalminak számítottak akkoriban, gyorsan és széles körben átvették őket, és a „beszélgetőkúra” (talking cure) fogalma különféle formákban a mai pszichoterápiában is tovább él.

Új tanulmányterületek

A 20. század közepén a behaviorizmus és a pszichoanalízis vesztett a népszerűségéből, és újra a mentális folyamatok tudományos tanulmányozására helyeződött nagyobb hangsúly. Ez jelentette a kognitív pszichológia kezdetét. Az irányzat a Gestalt-pszichológia holisztikus megközelítésében gyökerezik, amely elsősorban az észlelést tanulmányozta. Az Egyesült Államokban a II. világháborút követően került előtérbe, és az 1950-es évek végére a legnépszerűbb irányzattá vált a kognitív pszichológia. A kommunikáció és a számítástechnika gyors térhódításával a pszichológusok hasznos analógiát kaptak a kezükbe – az információfeldolgozás modelljét felhasználva alakították ki az emberi figyelmet, az észlelést, az emlékezetet, a

felejtést, a nyelvet és a nyelvtanulást, a problémamegoldást, a döntéshozatalt és a motivációt magyarázó elméleteket.

Még az eredeti „beszélgetőkúra” módszerből számtalan irányban elágazó pszichoterápiára is kihatott a kognitív szemléletmód. A kognitív terápia valamint a kognitív viselkedésterápia a pszichoanalízis alternatíváiként jelentek meg, majd a humanisztikus pszichológiához és a hasonló irányzatok kialakulásához vezettek, amelyek az emberi élet egyediségének jellegzetességeire összpontosítottak. Ezen területek szakemberei a betegek gyógyítása helyett arra helyezték a hangsúlyt, hogy az egészséges embereket egy jelentőségteljesebb élet felé terelessék.

Míg a kezdetekben a pszichológia túlnyomó részben az emberi elme és a viselkedés vizsgálatára koncentrált, később egyre növekvő érdeklődés övezte annak megértését, hogy miként érintkezünk a környezetünkkel és más emberekkel; ami életre hívta a szociálpszichológiát. A kognitív pszichológiához hasonlóan ez a tudományág is sokat köszönhet a Gestalt-pszichológusoknak, különösen a náci Németországból az 1930-as években az Egyesült Államokba menekülő Kurt Lewinnek. A szociálpszichológia a 20. század második felében bontakozott ki igazán nagy

lendülettel, amikor a kutatások izgalmas új tényeket tártak fel attitűdjeinkről és előítéleteinkről, az engedelmesre és konformitásra való hajlamunkról, agresszív vagy altruista viselkedésünk okairól. Olyan témákról, amelyek mindegyike egyre relevánsabbá vált a modern városi élet és a viharos gyorsasággal fejlődő kommunikáció világában.

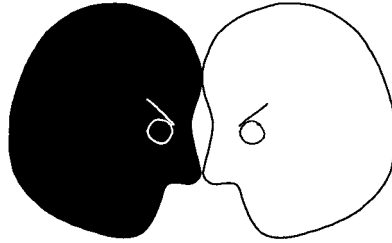
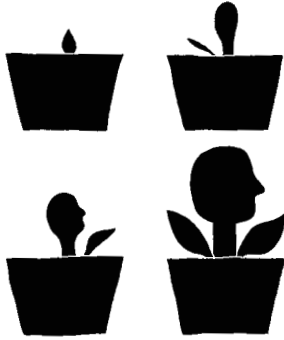
Freud töretlen hatása elsősorban a fejlődéslelektan új tudományterületén érződött, amely eleinte kizárólag a gyermekkori fejlődéssel foglalkozott, ám figyelme később az egész élettartamra kiterjedt, a csecsemőkortól kezdve egészen az időskorig. A kutatók kidolgozták a társadalmi, a kulturális és az erkölcsi tanulás módszereit, valamint a kötődés kiala-



Ha a 19. század a szerkesztői szék kora volt, akkor a 20. század a pszichiáteri kanapéé.

Marshall McLuhan





kulásának a formáit. Jelentős volt a fejlődéslelektan hozzájárulása az oktatáshoz, ugyanakkor kevésbé volt nyilvánvaló, miként hatott a gondolkodásra a gyermekkori fejlődés és a faji, nemi különbségeket alakító attitűdök vonatkozásában.

Szinte valamennyi pszichológiai iskola foglalkozott az egyének közötti különbségek tanulmányozásával, a késő 20. században azonban a diszciplína önálló tudományterületté vált, differenciálpszichológia néven. Az új és egyre növekvő tudományterület pszichológusai mellett, hogy megkísérlék beazonosítani a személyiségjegyeket és az intelligenciát alkotó különféle tényezőket, megvizsgálják a normalitás és az abnormalitás definícióit és mérőeszközeit, továbbá górcső alá veszik, hogy az egyéni különbségeket milyen mértékben befolyásolják a környezeti tényezők vagy a genetikai öröklődés.

Befolyásos tudomány

A pszichológia ma létező számos ágazata lefedi a mentális élet, valamint az emberi és az állati viselkedés teljes spektrumát. Számatalan átfedés jellemzi más tudományterületekkel, többek között érintkezik az orvostudománnyal, a fiziológiával, az idegtudománnyal, a számítástechnikával, az oktatással, a szociológiával, az antropológiával, de még a politikával,

a közgazdaságtannal és a joggal is. Talán a pszichológia a legszerteágazóbb tudomány.

Folyamatosan hat más tudományokra, és hatnak rá más tudományágak, különösen az idegtudomány és a genetika területén. Az öröklés-termesztet vita, amelynek kezdete egészen az 1870-es évekig, Francis Galton munkásságának idejére nyúlik vissza, még mai is aktuális. Az evolúciós pszichológia a közelmúltban azzal járult hozzá e vitához, hogy a pszichológiai jellemvonásokat olyan velünk született és biológiai jelenségekként tárta fel, amelyeket a genetika és a természetes kiválasztás törvényei szabályoznak.

A pszichológia befolyásos tudomány, kutatási eredményei mindnyá-

junkat érintenek. Ilyen vagy olyan formában kihat az államigazgatás, az üzleti élet és az ipar, a reklámszakma és a tömegmédiaterületein hozott döntésekre. Társas és individuális szerepeinkben is érint bennünket, és ugyanúgy hozzájárul a társadalmaink meglévő vagy kívánatos szerkezetéről folytatott nyilvános vitához, mint a mentális betegségek diagnózisához és kezeléséhez.

A pszichológusok elgondolásai és elméletei olyan mértékben váltak részeivé mindennapi kultúránknak, hogy sokan úgy gondolják, a viselkedésről és a mentális folyamatokról alkotott eredményeik megítélhetőek pusztán a józan ész alapján. Jóllehet a tudományág által feltérképezett elképzelések némelyike megerősíti ösztönös benyomásainkat, legalább ugyanennyi kényszerít bennünket eredeti elképzeléseink felülvizsgálatára. A szakemberek gyakran megdöbbentették és felháborították a közvéleményt, amikor kutatási eredményeikkel kétségessé tették a hagyományos, régóta fennálló hiedelmeket.

Rövid története során a pszichológia számos olyan elképzeléssel ajándékozott meg bennünket, amely megváltoztatta gondolkodásunkat, és segített abban, hogy jobban megértjük önmagunkat, másokat és a világot, amelyben élünk. ■



A pszichológia feladata az, hogy teljesen más elképzelést nyújtson azokról a dolgokról, amelyeket a legjobban tudunk.

Paul Valéry

