

Psykologi: Menneskets adfærd

(+ indre og ydre faktorer, som påvirker den)

Videnskaben om, hvordan vi mennesker **sanser, tænker, lærer, føler, handler** og **udvikler** os.

Kombinerer psykologi, samfund, kultur og biologi.

Vi arbejder med:

- Teorier – fx motivation, læring, udvikling, identitet
- Empiri – undersøgelser og forsøg
- Metoder – hvordan vi indsamler og vurderer viden

Formål: At forstå os selv, andre og samfundet – og bruge viden kritisk



Videnskaben, psykologi, har en historie med mange traditioner til at forstå menneskets adfærd.

*- Alle tre fakulteter/hovedområder er repræsenterede og der er stor forskel på, hvordan viden **metodisk** er fremkommet!*



Naturvidenskabelig tilgang – biologiske og fysiske processer (hjernen, hormoner, nervesystem)

- Eksperimenter og målinger (naturvidenskab)



Samfundsvidenskabelig tilgang – sociale, kulturelle og miljømæssige faktorer

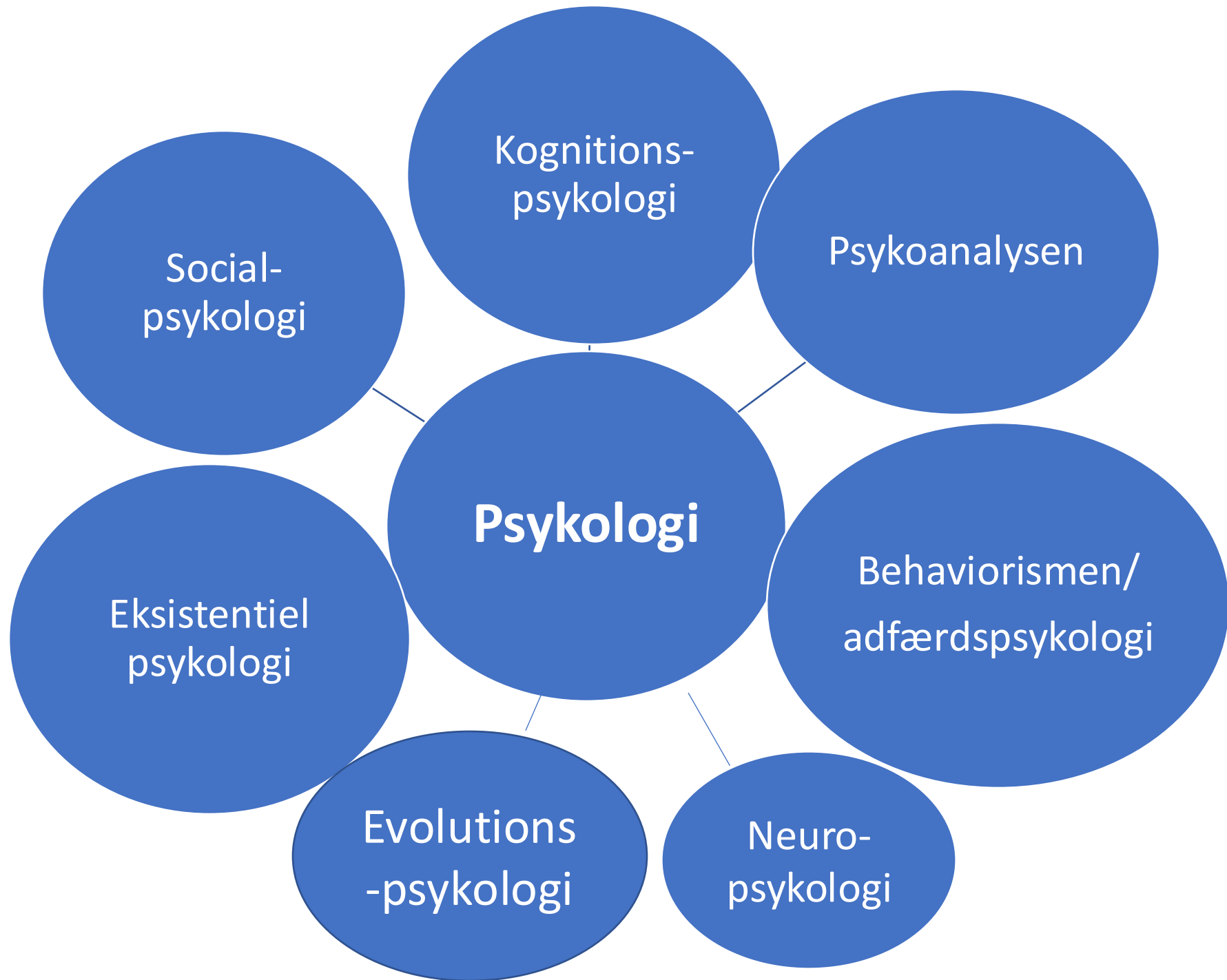
- Observationer, spørgeskemaer, statistik (samfundsvidenskab)



Humanistisk tilgang – individets oplevelser, tanker, følelser og mening

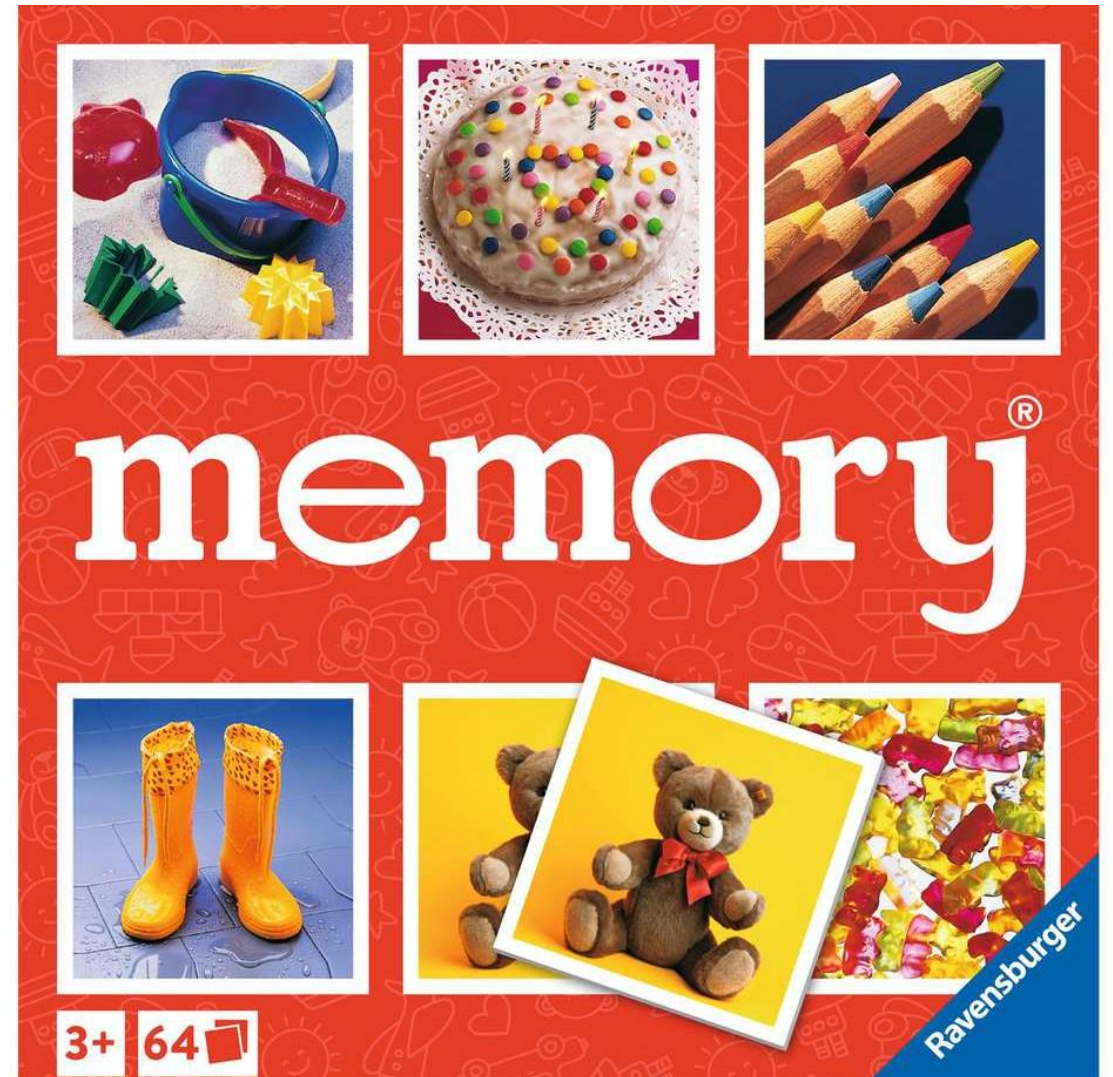
- Interviews, fortolkning, tekstanalyse (humaniora)

Kort sagt: Psykologi er en **blanding** af forskellige videnskabelige tilgange – vigtigt at kende forskellene.



Hukommelsestest I

- Jeg siger en række ord, og dem skal I bare huske, uden at skrive dem ned. 😊



Hukommelsestest II

- Parvis tester I hinandens hukommelsesspændvidde
- Testeren læser en række tal op fra liste A, som den testede skal gentage i den rigtige rækkefølge -> hvor mange tal kan I huske?
- Når den ene har fået testet sin maksimale hukommelsesspændvidde, så skifter I roller og arbejder nu med liste B



Hukommelsestest II A

- Liste A (3 tal): 3-4-5
- Liste B (4 tal): 6-0-4-5
- Liste C (5 tal): 3-4-9-6-2
- Liste D (6 tal): 5-1-6-4-8-2
- Liste E (7 tal): 9-8-2-5-1-8-6
- Liste F (8 tal): 9-8-2-2-3-1-3-5
- Liste G (9 tal): 5-0-7-5-0-8-6-0-0
- Liste H (10 tal): 2-9-2-4-1-6-1-9-2-6
- Liste I (11 tal): 3-8-9-5-0-3-1-7-3-8-2
- Liste J (12 tal): 4-9-6-8-2-0-2-4-0-2-3-5



Hukommelsestest II B

- Liste A (3 tal): 3-2-6
- Liste B (4 tal): 8-4-1-9
- Liste C (5 tal): 4-7-7-4-5
- Liste D (6 tal): 0-1-9-4-0-4
- Liste E (7 tal): 8-0-2-2-4-1-1
- Liste F (8 tal): 9-9-7-9-5-5-3-9
- Liste G (9 tal): 7-1-9-7-7-1-6-9-3
- Liste H (10 tal): 5-3-2-3-4-7-5-2-7-5
- Liste I (11 tal): 7-6-1-4-1-6-5-0-4-0-2
- Liste J (12 tal): 1-9-5-5-2-6-9-0-5-6-0-5



Hukommelsestest III

- Kig på billedet i 10 sekunder. Husk så mange ting du kan!



Hukommelsestest III

- Kig på billedet i 10 sekunder. Husk så mange ting du kan!
- Fortæl din sidemakker, hvilke ting du kan huske.

Hukommelsestest III

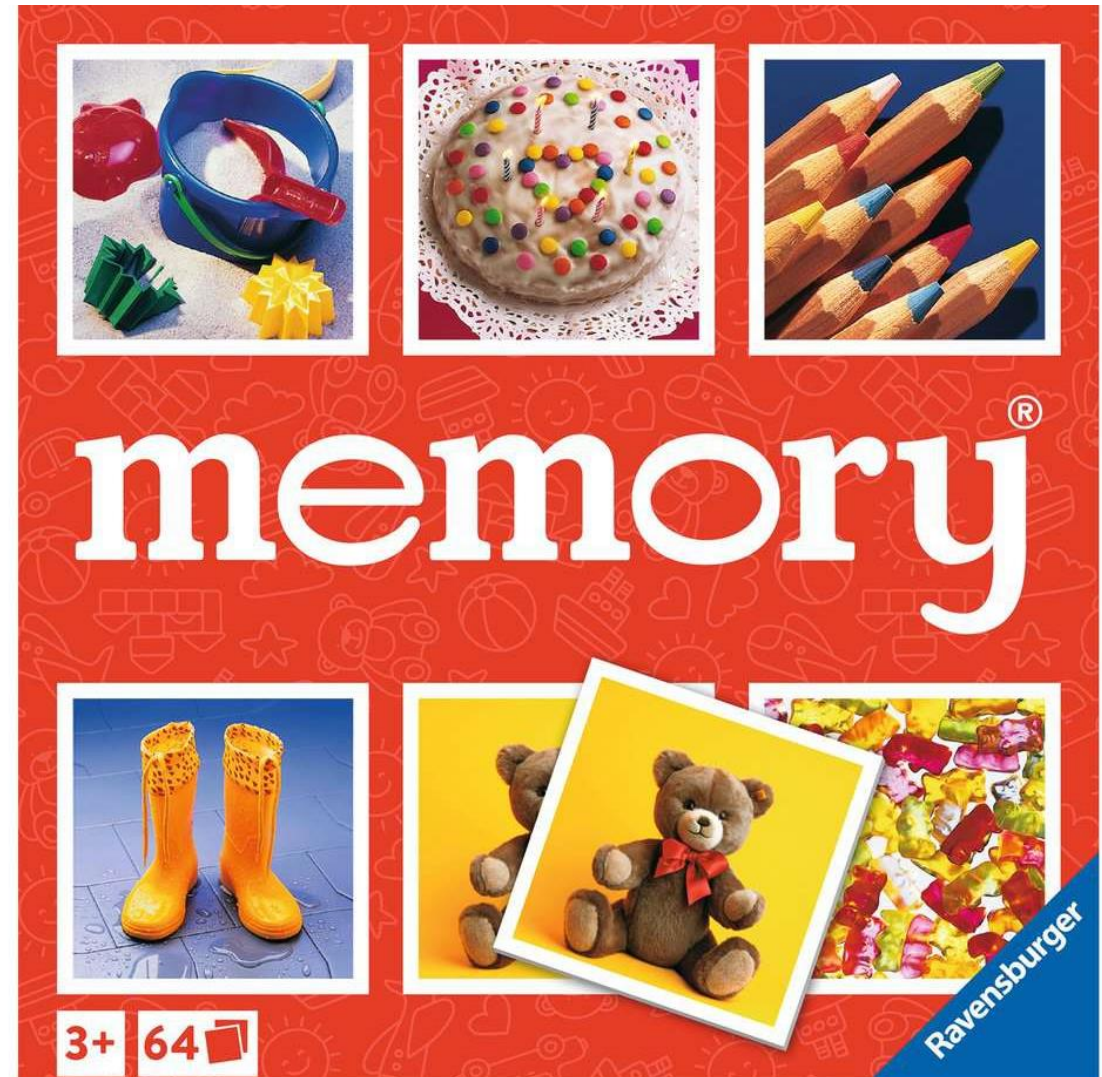
- Kig på billedet i 10 sekunder. Husk så mange ting du kan!
- Fortæl din sidemakker, hvilke ting du kan huske.
- Hvor mange af de 10 ting kunne I huske?



Hukommelsestest I

Nu må I gerne lukke øjnene, og så siger jeg igen nogle ord.

I markerer – med lukkede øjne – om det ord jeg siger nu, var et af de ord, jeg sagde tidligere?



Hukommelsestest I

- Hvor mange ord kan I huske efter 10 min?

Nr.	Ord	Genganger?	Hvor mange huskede ordet?	
			2.g - 28	3.g - 15
1	Løve	Nej	1	0
2	Bog	Ja	7	8
3	Paraply	Nej	0	0
4	Nøgle	Ja	18	15
			(sidste ord)	
5	Regn	Ja	21	9
6	Ring	Nej	4	1
7	Vand	Ja	23	14
8	Bus	Nej	3	2
9	Kat	Ja	22	13
10	Måne	Nej	5	1
11	Tårn	Ja	28	15
12	Blomst	Ja	15	8
13	Vindue	Nej	8	1
14	Sol	Ja	27	14
			(første ord)	
15	Bold	Ja	20	9
16	Kage	Nej	3	1
17	Hus	Ja	26	11
18	Lampe	Ja	24	14
19	Guitar	Ja	17	8
20	Tog	Nej	6	2
21	Is	Nej	6	2
22	Hest	Ja	12	11
23	Æble	Ja	21	14
24	Hund	Ja	26	14
25	Regnbue	Nej	3	2
26	Stol	Ja	21	12
27	Computer	Nej	2	1
28	Sko	Nej	5	2
29	Skov	Ja	14	8
30	Fisk	Ja	8	7

Kognitiv psykologi

- Retning inden for psykologien, som har fokus på "erkendelsen og de intellektuelle funktioner", dvs. perception, hukommelse, tænkning og sprog – altså de **indre mentale processer**.
- Videreudvikling af **behaviorismen** (som mente, at al adfærd er indlært gennem erfaringer og miljømæssige påvirkninger – altså fokus på **ydre adfærd**).
- Vores tænkning præger vores følelser og adfærd.
- Vores tanker fungerer som "briller", vi ser verden igennem. De farver oplevelsen, påvirker hvordan vi har det, og hvordan vi handler.



衆瞽
探象之圖



Kognitiv psykologi

Seks blinde mænd kan ikke blive enige om, hvordan en elefant ser ud. Hver rører de en del af den og når frem til forskellige konklusioner:

- Side = mur, stødtand = spyd, snabel = slange, øre = vifte, hale = reb
- Hver oplevelse er sand – men kun delvis (tolkning og meningskabelse)
- Viser hvordan **perception** er selektiv og begrænset
- Samme stimuli → forskellige fortolkninger
- Viden konstrueres gennem bearbejdning og meningstilskrivning

Grundantagelse: Fortolkning af verden former vores adfærd

De første kognitive psykologer: Hermann Ebbinghaus - korttidshukommelsen



Antal stavelser pr. liste	Antal repetitioner for første fejlfri gengivelse
7	1
12	17
16	30
24	44
36	55

III. 11.2 Sammenhæng mellem antal stavelser og antal repetitioner for fejlfri gengivelse.

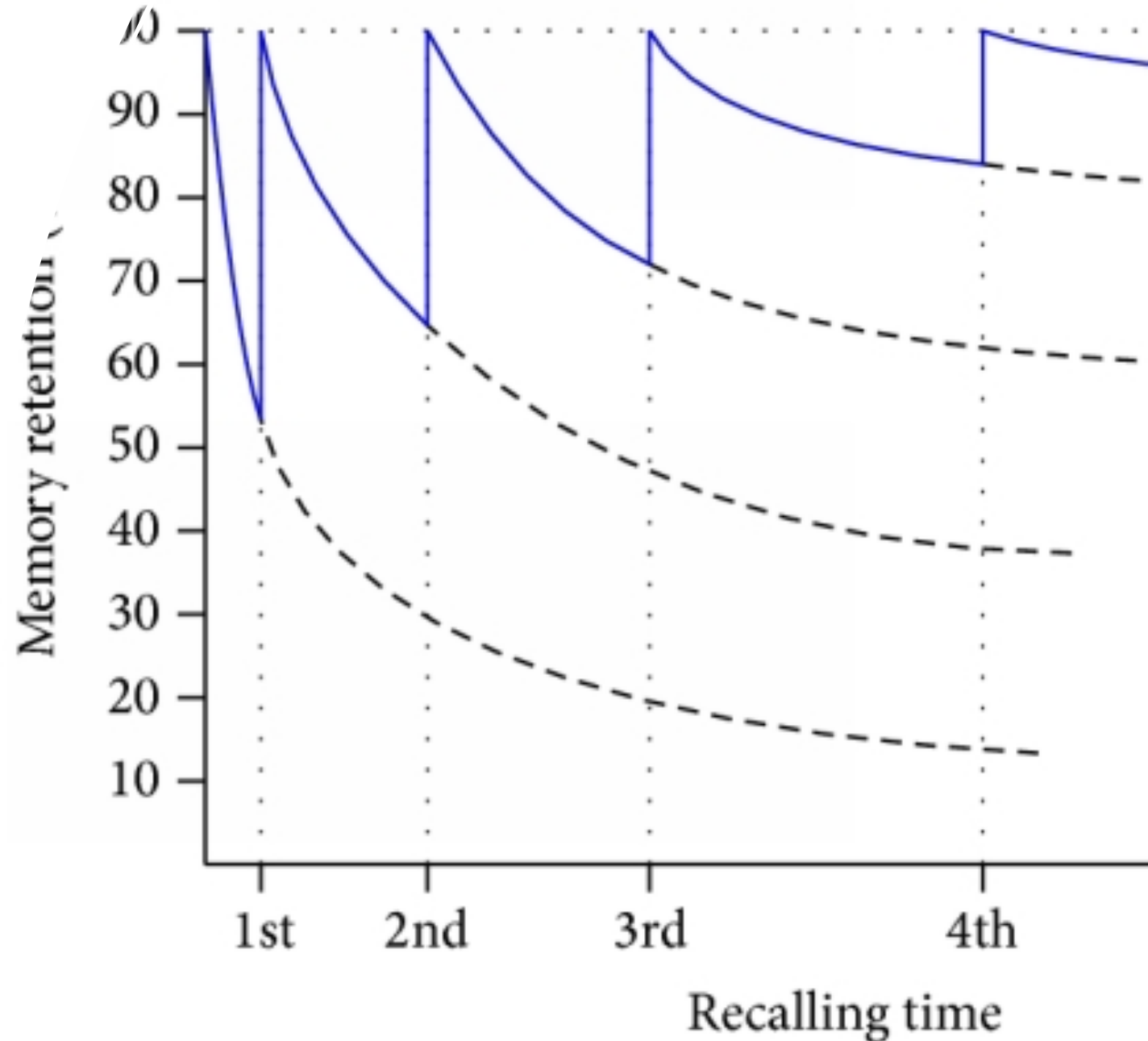
- Testede hukommelsen vha. meningsløse stavelser + brugte sig selv som forsøgsperson.
- Fandt frem til, at korttidshukommelsen har en begrænset kapacitet: 7 (+/-2) – kaldet det magiske syvtal
- Fandt frem til at repetition -> huske flere elementer + fladere glemselskurve

DET MAGISKE SYVTAL			
tip	bel	zip	got
nir	zip	rau	lar
non	met	jom	ilk
sel	rym	nus	sun
sak	juf	jyc	mar
rof	hip	dic	byf
tei	got	lan	but
	rof	sar	nur
		mak	pal
			fak

Hermann Ebbinghaus

Ebbinghaus' opdagelser:

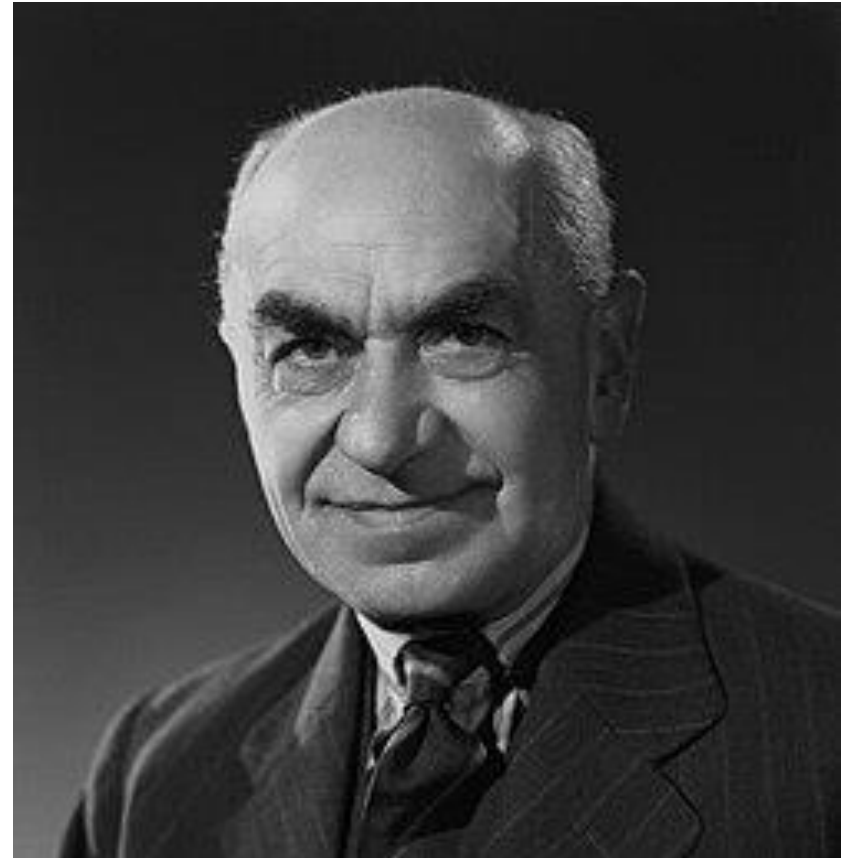
- **Fordelt gentagelse:** Hukommelsen styrkes, når man spreder repetitionerne over tid.
- **Start- og sluteffekt:** Vi husker især det første og det sidste på en liste bedst.
- **Overindlæring:** Flere gentagelser efter fejlfri indlæring giver bedre langtids-hukommelse.



De første kognitive psykologer:

Frederic Bartlett

- Kort sagt: Hukommelse er **aktiv** og styret af vores **forventninger** og **erfaringer** – ikke bare en passiv optagelse af virkeligheden.
- I stedet for kunstige lister af ord (som Ebbinghaus brugte), undersøgte Bartlett hukommelsen ved at lade folk genfortælle **historier fra fremmede kulturer**.
- Pointen var, at det ligner mere, hvordan vi normalt bruger hukommelsen i hverdagen → det kaldes **økologisk validitet**, som i dette tilfælde var høj.
- Han fandt ud af, at hukommelsen **ikke er som et kamera**, der bare gemmer alt. I stedet bearbejder vi hele tiden det, vi hører og læser.
- Når vi husker, **selekterer vi** (udvælger), **fortolker** og **rationaliserer** (ændrer tingene en smule), så de passer ind i det, vi allerede ved eller forventer. Det kaldes vores **kognitive skemaer** (mentale “rammer” for viden og erfaringer).
- Mennesker vil gerne skabe **mening og sammenhæng**. Derfor husker vi bedst det, der giver mening for os, mens detaljer der virker uforståelige ofte glemmes eller ændres.



De første kognitive psykologer: Frederic Bartlett

Kognitive skemaer:

- Indre, mentale strukturer i hukommelsen
- Opbevarer erfaringer på en systematisk og generel måde
- Vi har mange forskellige skemaer → passer til forskellige situationer (fx fester, strandture, restaurantbesøg, bilkørsel)
- Gemmer på det typiske eller generelle, der sker i bestemte situationer
- Hjælper os med at: forstå omverdenen og forudsige, hvad der vil ske i en given situation

RESTAURANT-SKEMA

- Man går ind
- Ser sig om efter et bord
- Vælger et bord
- Ser menukortet
- Bestiller mad
- Spiser og drikker
- Får regningen
- Betaler
- ... og går ud

Ill 11.3 Restaurant-skema.

De første kognitive psykologer: Frederic Bartlett

Brewer & Treyens (1981) – “Kontor-eksperimentet”

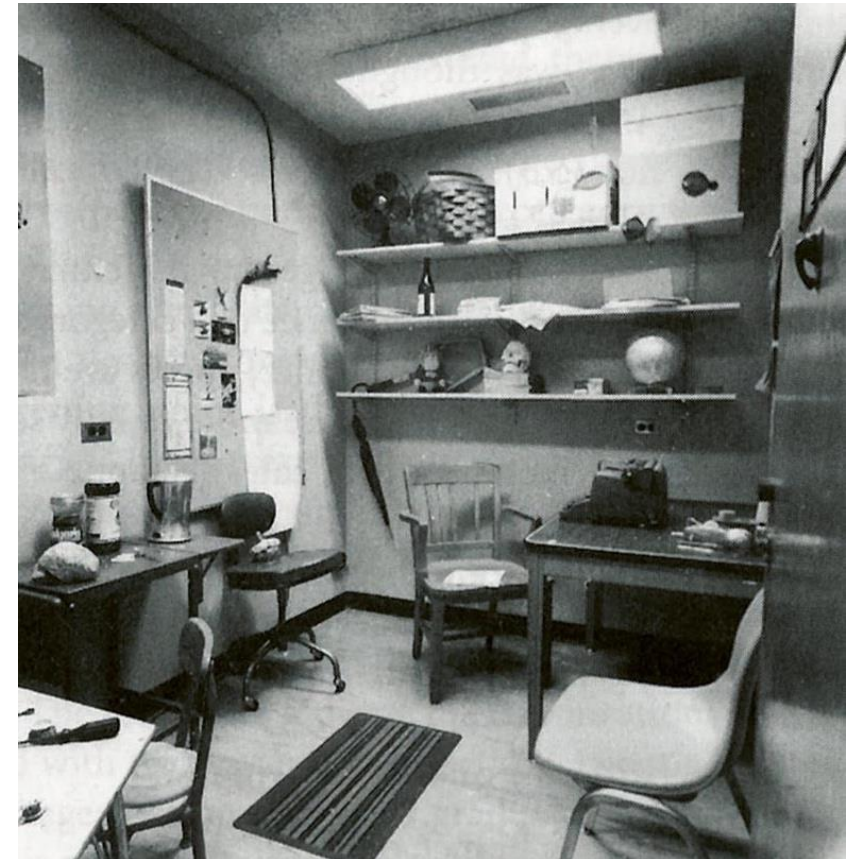
- 30 studerende deltog. En ad gangen blev de placeret i et rum, præsenteret som “forsøgslederens kontor”.
- De ventede ca. 30 sekunder, blev kaldt ud igen og bedt om at huske, hvad der var i rummet.

Resultater:

- Deltagerne huskede bedst ting, der stemte med deres forestillinger om et kontor.
- Flere “huskede” ting, der ikke var der (fx mente 9 deltagere, at der var bøger → men der var ingen)
- Hukommelsen blev altså styret af et kontor-skema.

Konklusion:

- Hukommelsen er ikke en nøjagtig gengivelse af virkeligheden.
- Vi husker gennem kognitive skemaer → kan skabe både mening og fejlhukommelser.
- Bekræfter teorien om kognitive skemaer, som gør, at vi er mere tilbøjelige til at huske det, der passer ind ift. vores forventninger og tidligere erfaringer.



De første kognitive psykologer:

Frederic Bartlett

1. Vi læser teksten højt
2. Skriv noter undervejs
3. Genfortæl historien til din sidekammerat
4. Vi læser teksten igen – vurdér på en skala fra 1-10 hvor godt I kunne gengive historien

Åndernes krig

En aften gik to unge mænd fra Egulac ned til floden for at jage sæl, og mens de var der, blev det tåget og meget stille. Så hørte de krigsråb og tænkte: "Måske er det en flok krigere, der kommer." De flygtede ned til stranden og gemte sig bag noget tømmer. Nu kom der kanoer, og de hørte lyden af padleårer, og så en kano komme hen imod dem. Der var fem mænd i kanoen, og de sagde: "Hvad synes I? Vi ønsker at tage jer med. Vi er på vej op ad floden for at gå i krig mod folket der."

En af de unge mænd svarede: "Jeg har ingen pile."

"Der er pile i kanoen," svarede de.

"Jeg vil ikke med. Jeg kan blive dræbt. Mine slægtninge ved ikke hvor jeg er. Men du", sagde han og vendte sig mod den anden, "kan gå med".

Så en af de unge mænd fulgte med dem, mens den anden vendte hjem.

Og krigerne tog op ad floden til en by på den anden side af Kalama. Der kom folk ned til vandet, og de begyndte at slå og mange døde. Pludselig hørte den unge mand, at en af krigerne sagde: "Hurtigt, lad os gå hjem. Den der indianer er blevet ramt". Nu tænkte han: "Åh, de er ånder". Han følte sig ikke syg, men de sagde, han var blevet skudt.

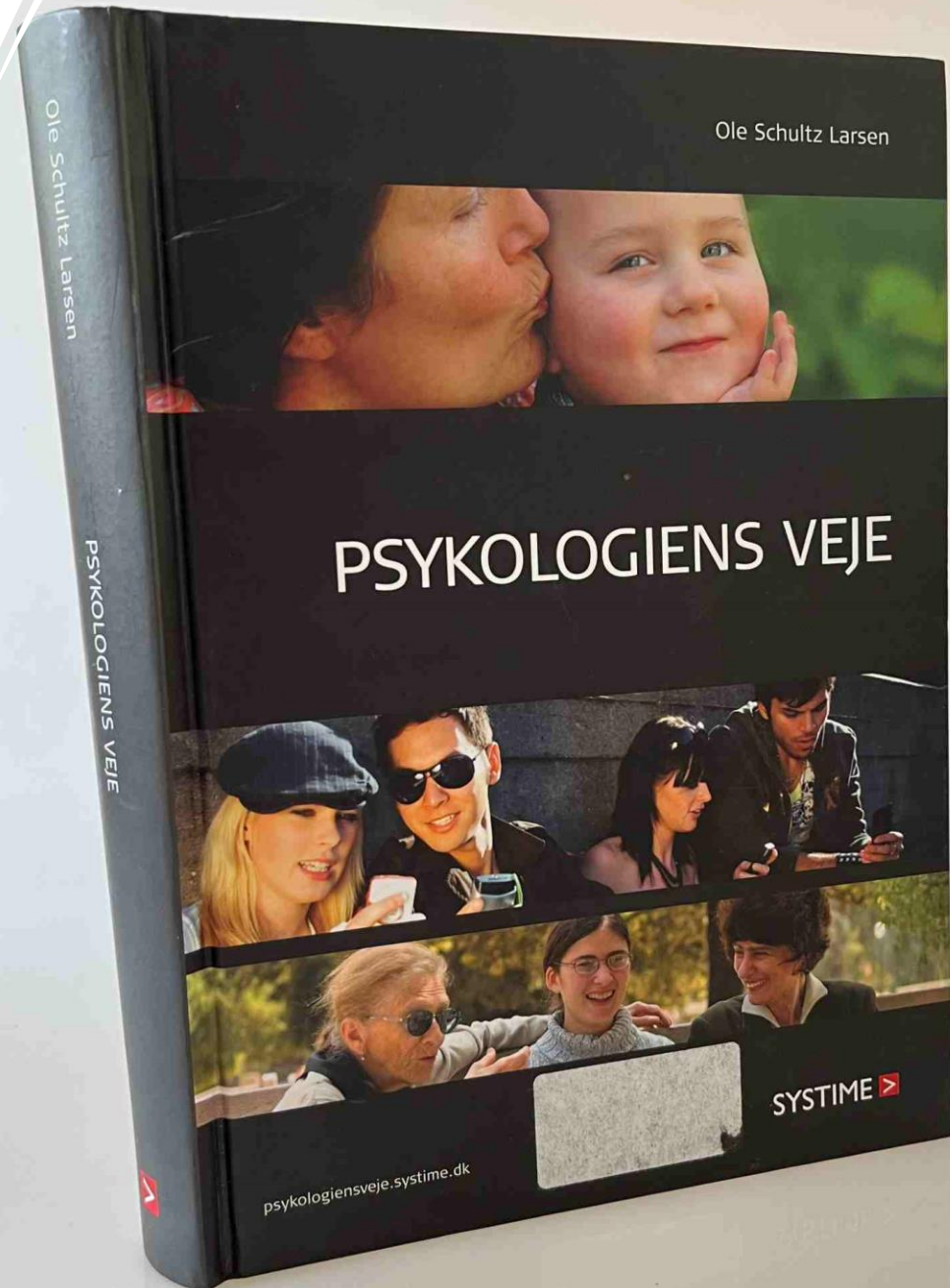
Så vendte kanoerne tilbage til Egulac, og den unge mand gik i land til sit hus og tændte et bål. Og han fortalte til alle og sagde: "Se, jeg fulgte med ånderne og vi gik i krig. Mange af os blev dræbt, og mange af dem der angreb os blev dræbt. De sagde jeg blev såret, og jeg føler mig ikke syg".

Han fortalte alt til dem og så blev han stille. Da solen stod op faldt han om. Noget sort kom ud af munden på ham. Hans ansigt blev forvredet. Folk styrtede op og skreg.

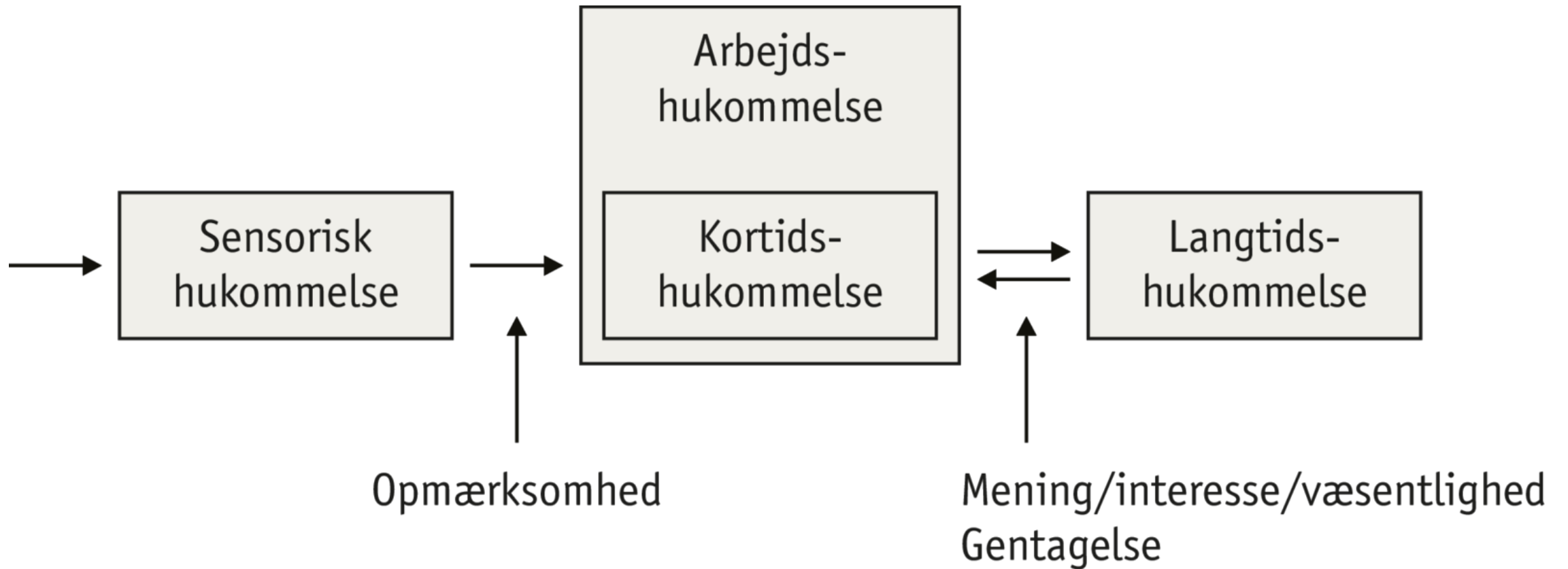
Han var død.

Læs i makkerpar

- Læs først s. 186-192 i *Psykologiens Veje* (2. udgave).
- Hvad viste de tre hukommelsestests egentlig om vores hukommelse?
- Kan I sætte det i relation til det, I har hørt om Ebbinghaus' og Bartletts teorier?
- Hvad var det de to psykologer fandt ud af om, hvordan vores hukommelse fungerer?
- Hvordan var det, de to psykologer undersøgte hukommelse? Hvad var deres metode?
- Forklar hvordan flerlagermodellen fungerer.



Atkinson og Shiffrins flerlagermodel



Walk-and-talk: Hvad har vi lært i dag?

- Repeter: Hvad har vi lært om vores hukommelse fra henholdsvis:
 - Ebbinghaus
 - Bartlett
 - Atkinson og Shiffrin
- Hvordan kan vi bruge det til at optimere indlæringen i gymnasiet?

