

НАЙДЖЪЛ БЕНСЪН

---

ПСИХОЛОГИЯ

ГРАФИЧНА ИСТОРИЯ

Psychology

Text and illustrations copyright © 1998 Nigel C. Benson

© Юлия Чернева – превод

© Фиделия Косева – художествено оформление на корицата

Илияна Велева – редактор

© Издателство ЕРА, София, 2019

ISBN 978-954-389-540-3

Печат: Мултипринт ООД

**Книгите на *ЕРА* търсете на  
[www.erabooks.net](http://www.erabooks.net)**

НАЙДЖЪЛ БЕНСЪН

# Психология

ГРАФИЧНА ИСТОРИЯ

*EPA*



## Какво е психология?

Терминът „психология“ произлиза от две гръцки думи: **психе** и **логос**. Гръцкото *ψυχή* (идва от митологичната Психея) означава душа, в по-свободен превод – ум.



Гръцката буква *ψ* (произнасяна като „пси“) днес е общоприет кратък символ за психологията.

Първоначално психологията била определяна като **наука за ума**.

Но повечето съвременни психолози не я определят като такава.

## За дефиницията

Повечето психолози упорито се опитват да разграничат ясно какво е истинската психология и какво не е.

И така – как психолозите дефинират „психология“? Трудно е да се посочи универсална дефиниция. Повечето психолози са съгласни, че е важно тя да е *научна*, за да се избегне объркване, но не винаги е ясно какво означава „науча“.

Друга трудност е практическият проблем – някои го наричат „невъзможност“! – да се изучава директно „умът“. Същност е много трудно да се даде категорично определение за „ум“. Някои психолози избягват напълно този въпрос, най-вече бихевиористите като Б. Ф. Скинър и Дж. Б. Уотсън.



На практика повечето психолози се съсредоточават върху онова, което може да се **наблюдава** или **измери** в човешкото поведение, включително биологичните процеси в организма. Същевременно, въпреки крайните възгледи на някои бихевиористи, все още се смята, че „умът“ обикновено е централната тема.

Наистина, една популярна „работна дефиниция“ е, че:

**Психологията е научно изследване на ума  
и поведението на хората и животните.**



Тази дефиниция  
не се ли отнася  
и за социологията?

Близка е, но социологията е по принцип  
наука за големи групи хора – общества  
или субкултури.

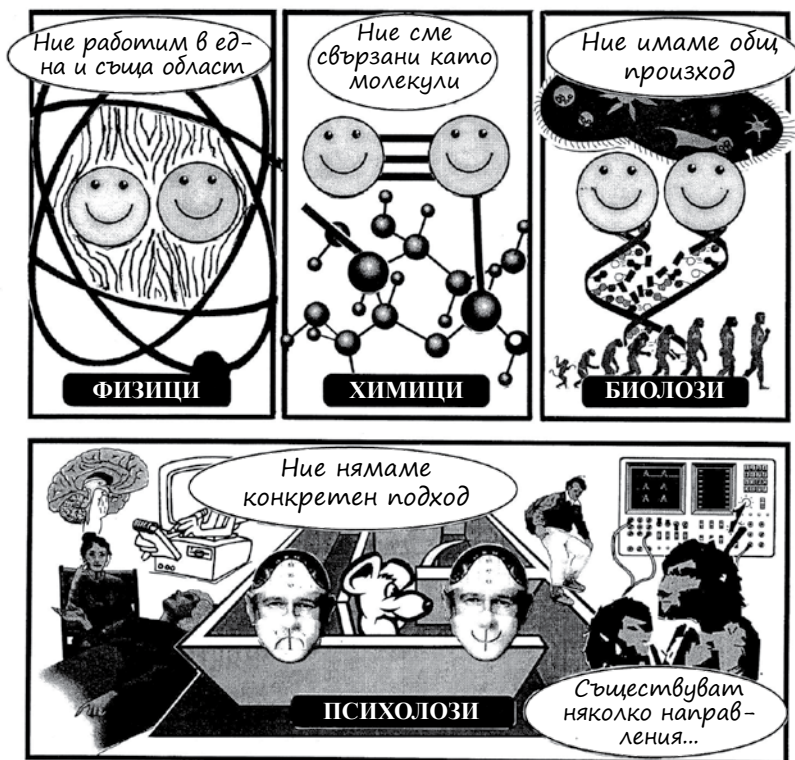


От друга страна, психологията изследва предимно отделни индивиди или малки групи хора, например социалната психология.

Има разлики и в използваните *методи*. В психологията се набляга на *експериментите*, но в социологията този метод обикновено се избява – по практически и етични причини. Затова най-често се използват *наблюдения* и *проучвания*.

## Какво включва психологията?

За разлика от естествените науки, психологията няма една обединяваща теория или конкретен подход.



Ще разгледаме шест главни подхода, или НАПРАВЛЕНИЯ, в психологията:

**ПСИХОДИНАМИКА; БИХЕВИОРИЗЪМ; КОГНИТИВНО (включително гешалт-психология); ХУМАНИСТИЧНО; БИОПСИХОЛОГИЧНО; СОЦИАЛНО-КУЛТУРНО.**



## Разделите в психологията

Освен по различни направления, темата може да се обособи и като различни научни области в университетите. Типично разделение според факултета е следното:



За да станеш квалифициран психолог в САЩ или Великобритания, трябва да имаш призната научна степен (напр. бакалавър) и да членуваш в професионално сдружение като например:

BPS - Британско психологическо дружество – БПД (основано през 1901 г.),

APA – Американска психологична асоциация – АПА (основана през 1893 г.),

APS – Американско психологично дружество – АПД (основано през 1988 г.).

## Психология или психиатрия?

Обикновено двете се бъркат. Казано простиичко, разликата е следната:



Психиатрите имат научна степен по медицина плюс специализация по психиатрия и членуват в лекарски организации. (Само те имат право да предписват опиати.) Някои психолози също специализират - с допълнително обучение - да помагат на хора с психични разстройства. Това са клиничните психолози, или клиницисти.

За да имаш квалификация на клиничен психолог, се изисква успех много добър по психология плюс трудов стаж по специалността (напр. медицинска сестра, социален работник или болногледач в старчески дом) и призната клинична квалификация (напр. одобрена диплома от BPS или магистърска степен).

Някои клинични психолози използват психоанализата като основа на терапията, също както традиционните психиатри (напр. клиниката „Тависток“ в Лондон), други - *бихевиористичната терапия* и *нейните модификации* (напр. клиниката „Модели“). (Тези терапии са описани по-нататък.)

## Наука ли е психологията?

Дефиницията включва термина „научно изследване“, което налага въпроса: „Какво е наука?“ Обикновено хората си представят лаборатории с епруветки, сложни уреди и т.н. И е разбираемо, тъй като подчертава важноста на експериментите, които може да се извършват правилно само в контролирани условия.

Експериментите се извършват, за да се открият причините за следствията във всички научни области.

*И психолозите обичат да правят експерименти, но понякога това не може да се осъществи поради практически или етични съображения.*



*Най-общо, психолозите не могат да изследват човешките същества по същия начин както например химикът изследва веществата.*

Затова се налага психолозите да използват и други методи на изследване, не само експерименти.

## Методология

Изучаването и прилагането на методите на изследване се нарича „методология“ и има два аспекта:

а) практическите съображения какви методи на изследване да се използват, и

б) философските въпроси за естеството на самата наука. Нека започнем с практическата методология.

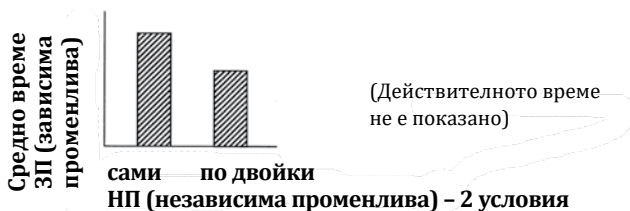


Във всеки метод се използват различни техники, напр. аудио и/или видеозапис, въпросници, събеседване, тестове, измервания и т.н.

## Методи на изследване: 1. Експеримент

Първият експеримент по социална психология е извършен от Норман Триплет (1898 г.), който проверява хипотезата (предположението), че момчетата навиват риболовни макари по-бързо по двойки, отколкото сами.

**Средно време за извършване на 150 завъртания на риболовна макара, за да се извадят кончетата играчки:**



Както се предполагаше, средното време бе по-късо (т.е., по-бързо) е по двойки, отколкото сам.

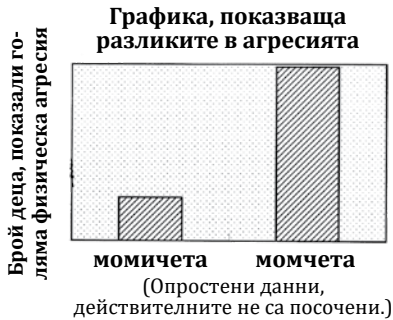


Така хипотезата бе приета и подкрепи теорията, че поне в някои елементарни, повтарящи се задачи хората работят по-ефективно по двойки.

Експериментът показва и характеристиките на всички експерименти. Едната променлива величина „на причината“ (НП) се променя и се измерва „ефекта“ (ЗП), а всички други променливи се контролират, за да останат същите. Два недостатъка на експеримента са, че може да е банален и изкуствен.

## 2. Наблюдение

Много повече информация може да се получи, ако се наблюдава поведението в „естествена“ среда: у дома, в училищния двор, в детската градина. Макинтайър (1972 г.) наблюдава деца на възраст между 2 и 4 години и измерва агресията (по предварително определени индикатори). Ето някои резултати:



Тъй като това не е експеримент (липсва НП, или променлива величина на „причината“), не е възможно категорично да кажем, че полът е „причина“ за агресивност. Освен това много променливи величини са извън контрола на изследователя, напр. родителска дисциплина, прочетени книги, гледани филми и телевизия и т.н.

### 3. Проучване

Обикновено включва допитване до **много** хора, често чрез **анкети** и/или **събеседване**, напр. за различни нагласи. Уелингс и група психолози извършват „Национално проучване на сексуалните нагласи и начини на живот“, публикувано със заглавието „Сексуалното поведение в Британия“ (1994 г.).

Едно от твърденията е, че: „Другарството и привързаността са по-важни от секса в брака или връзката.“

Резултати:	съгласни или абсолютно съгласни	ниито съгласни, нито несъгласни	несъгласни или абсолютно несъгласни	извадка брой запитани
мъже	<b>67.2%</b>	22.0%	10.8%	2079
жени	<b>68.4%</b>	21.7%	9.9%	2563

**Заключение:**

„Най-забележителното, предвид акцента върху важността на секса в някои раздели на медиите (Бръни, 1982 г.), е значимото множество хора, отговорили, че не смятат секса за най-важната част на брака или връзката.“



При проучванията, както с всички научни изследвания, има два проблема: надеждни ли са, т.е., адекватни, и валидни ли са, т.е., доколко са точни?

#### 4. Конкретни случаи (или конкретна история)

Това е много подробен разказ за отделен индивид (или малка група, напр. семейство). Оливър Сакс публикува случая „Д-р Пи“ (1970 г.), история за един доста популярен музикант. Трагичното е, че той не познава и хора, и предмети поради увреждане на мозъка в зряла възраст.



„Той протегна  
ръка и сграбчи главата  
на съпругата си, опита  
се да я вземе и да си я сложи.  
Явно обърква съпругата  
си с шапка!“



Конкретните неврологични случаи може да разкрият много неща за мозъка. В случая – как определени сектори контролират визуализацията, разпознаването и спомнянето. Следователно конкретните (или „клиничните“) случаи са много полезни в когнитивната психология. Те са и основа на психоанализата.