

ASMENYBĖS STRUKTŪRA: KITI POŽIŪRIAI

Dr. Ksenija Čunichina

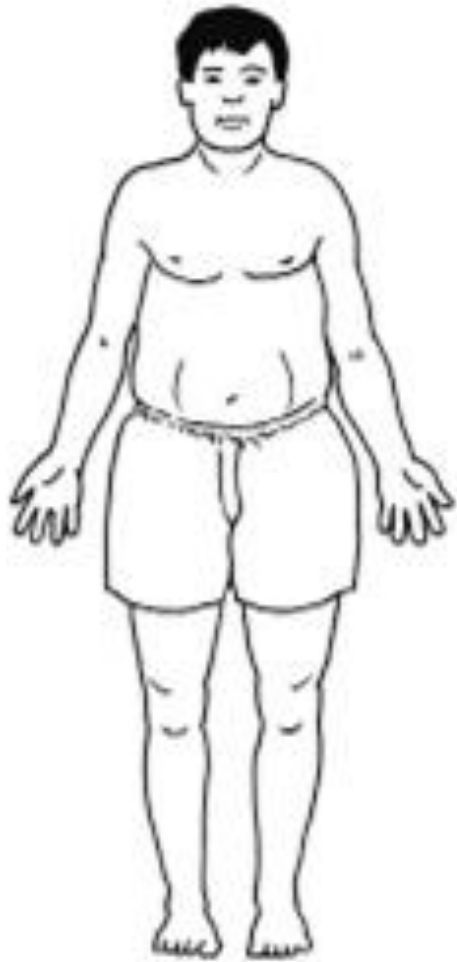
WILLIAM H. SHELDON SOMATOTIPAI

Elgesys siejamas su fizine kūno sandara:

Fizinė kūno struktūra (morfologija ir fiziologija) yra pagrindinis veiksnys lemiantis asmens elgesį – konstrukcinis požiūris į asmenybę

Somatotipas – kiekybinė kūno sandaros išraiška

Konstrukcinis požiūris akcentuoja santykinai nekintamus pastovius asmenybės aspektus



Endomorph

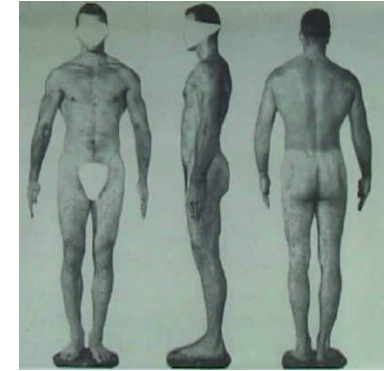


Mesomorph



Ectomorph

W.H. SHELDON TYRIMAS

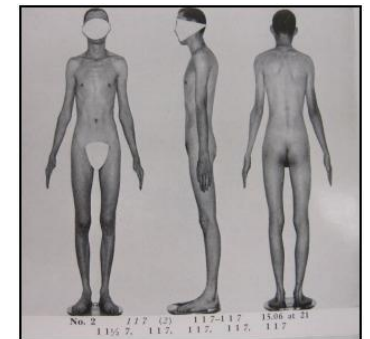


Ištyrė ~4000 tiriamųjų

Kiekvieną tiriamąjį fotografavo nuoga iš trijų pusių (priekis, šonas, galas)

Labai griežti reikalavimai somatotipo vertinimo procedūrai:

- Sunkumo masės indeksas – santykis tarp ūgio ir svorio kubinės šaknies
- Liemens indeksas – santykis iki diafragmos ir po diafragmos
- Galva-kaklas; Krūtinė liemuo; Pilvas liemuo ir pan.

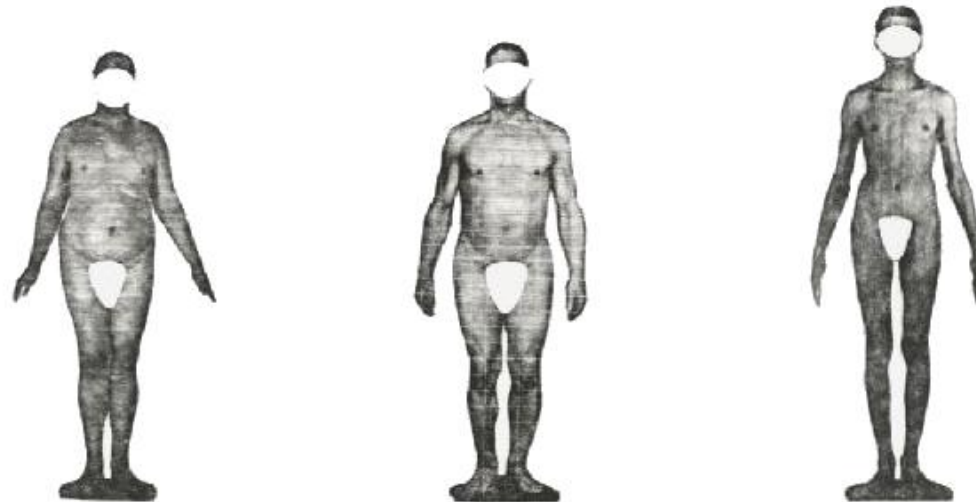


3 PAGRINDINIAI SOMATOTIPAI

Endomorfinis (endoderma – išsivysto viškinimo sistemos dalis)

Mezomorfinis (mezoderma – muskulatūra ir kraujotakos sistema)

Ektomorfinis (ektoderma – galvos/nugaros smegenys ir oda)



ENDOMORFINIS SOMATOTIPAS

Dominuoja maisto virškinimas ir įsisavinimas

Linkęs į nutukimą, lengvai ir greitai sukaupia riebalų atsargas

Minkšti ir švelnūs, išreikšta pilvo dalis

Kūno skeletas ir raumenys santykinai neišvystyti – nepritaikytas fizinei veiklai

Daug masės, užima didelį plotą, bet santykinai mažas lyginamasis svoris

MEZOMORFINIS SOMATOTIPAS

Skeletas, raumenys, jungiamieji audiniai

Stiprus, tvirtas, kampuotų formų

Gerai tinka energingai fizinei veiklai

Dominuoja krūtinės ląsta

Tvirta laikysena, stiprios rankos ir kojos

EKTOMORFINIS SOMATOTIPAS

Dominuoja oda

Ploni, liesi, su įdubusia krūtine

Neturi išvystytos raumenų sistemos

Nepritaikytas fizinei veiklai

Turi išvystytą nervų sistemą, jutimo organus –
yra jautrūs

SOMATOTIPŲ ĮVAIROVĖ

Galimi 343 variantai ($7*7*7$)

Pats Sheldonas iš pradžių išskyrė 76 variantus, bet po to aprašė 267

Daugiausia mezomorfinių ir ektomorfinių

Vyrams būdingas didesnis somatotipų išsibarstymas, daugiau mezomorfija

Moterims būdingas mažesnis išsibarstymas, būdingesnė ektomorfija

SOMATOTIPO PASTOVUMAS

Somatotipas santykinai nekinta

Maitinimosi veiksnys keičia tik kūno išmatavimus, bet ne somatotipą

Somatotipui pasikeisti reikia skeleto pokyčių, arba atsiranda esminiai maitinimosi ar fizinės sveikatos pakitimai (pvz. badavimas, raumenų distrofija)

Somatotipui įvertinti reikia kelių matavimų

Tiksliausias somatotipo įvertinimas, kai žmogus yra subrendęs – 20-30 m.

3 PAGRINDINIAI BRUOŽŲ KLASTERIAI

Viscerotonija (endotonija) – būdingi endomorfiam tipui.

Mėgsta komfortą, skaniai pavalgyti.

Mėgsta kitus žmones ir yra linkę prie jų prisirišti

Tolerantiški, draugiški

Lėtos reakcijos, minkšti judesiai

Mėgsta būti kartu su kitais, daug bendrauja

3 PAGRINDINIAI BRUOŽŲ KLASTERIAI

Somatotonija (mezotonija) – būdingi mezomorfiniam tipui.

Mėgsta fizinę veiklą, stiprus polinkis į fizinius nuotykius

Agresyvus, dominuojantis, nejautrus kitų išgyvenimams ir reikmėms

Abejingas skausmui, veiklus, drąsus

3 PAGRINDINIAI BRUOŽŲ KLASTERIAI

Cerebrotonija (ektotonija) – būdingi ektomorfiniam tipui.

Mėgsta būti vienas, mėgsta privatumą

Jautrus skausmui, nuovargiui

Santūrus, stengiasi likti nepastebėti

Imlūs naujai informacijai, viskuo domisi

Vengia rizikos ir konkurencijos, drovus, uždaras

Jautrus išoriniam poveikiui, jaučia nerimą

KRITIKA

Empirinis ryšys gali būti nustatytas vien dėl to, kad tam tikrą kūno sandarą turintys žmonės išmoksta atitinkamai elgtis (išmokimo padarinys)

Gal tiesiog stengiasi patenkinti kitų lūkesčius (dėl stereotipų)

Elgsenos ypatumai gali lemti kūno sandaros ypatumus

Nepakankamai pagrįsta somatotipo pastovumo idėja



**HUMANISTINĒS
PSICHOLOGIJOS
POŽIŪRIS |
ASMENYBĒS**

CARL ROGERS (1902 – 1987)



Tėvas inžinierius, mama religinga. Šeši vaikai

Studijavo agronomija, istorija, teologiją

Apsigynė PhD psichologijos srityje

Dirbo mokslinį ir klinikinį darbą

ASMENYBĒS STRUKTŪRA

Organizmas

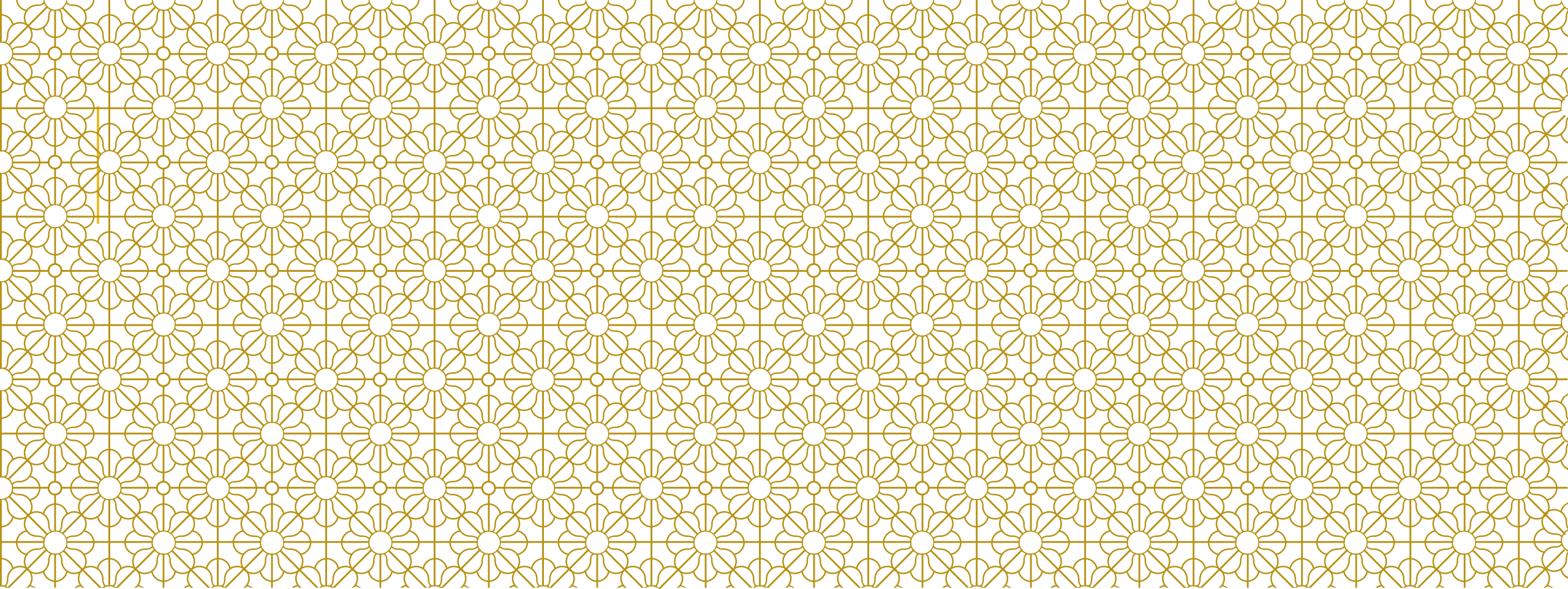
Aš-koncepcija

FENOMENOLOGINIS LAUKAS

- Įvairūs suvokiniai, kurie sudaro mūsų patyrimą.
- Subjektyvi patirtis
- Žmogus konstruoja pasaulio suvokimą, o šis suvokimas susijęs ne tik su realybe, bet ir su asmeniniais poreikiais, tikslais ir t.t.
- Organizmas - tai subjektas su visomis jo atliekamomis fizinėmis ir psichologinėmis funkcijomis

AŠ

- Tai fenomenologinio lauko dalis, kuris žmogaus pripažįstamas kaip „aš“, „mano“ ir t.t.
- Tai ne homunkulas, ir nekontroliuoja mūsų
- Aš koncepcija – apima visus asmens būties aspektus ir patyrimus, kurie suvokiami sąmoningai.
- Idealusis Aš – tai, kuo žmogus nori būti



KOGNITYVISTŲ POŽIŪRIS



G. KELLY TEORIJA



Asmuo = mokslininkas

Mes į pasaulį žiūrime tarsi per akinius

Konstruktų sistema – žiūrėjimo į pasaulį paternas sukurtas kiekvieno žmogaus

Konstruktas – intelektualinė hipotezė, kurią mes sukuriame ir naudojame interpretuodami ir paaiškindami gyvenimo įvykius. Konstruktai yra bipoliniai – geras blogas, malonus – nemalonus

Konstruktivus alternatyvizmas – mes galime peržiūrėti savo konstruktus, jei reikia

PAGRINDINĖ PRIELAIDA

Psichologiniai procesai yra valdomi būdų,
kuriais mes numatome įvykius

- 11 išvadų -

Konstruktinė – pasikartojantys įvykiai yra panašūs, todėl mes galime numatyti, kaip patirsime šiuo įvykius ateityje

Individualumas – žmonės įvykius interpretuoja skirtingai

Organizacinė – mes konstruktus jungiame į paternus pagal jų panašumą

Dichotominė – konstruktai yra bipoliai

Pasirinkimo – kiekvienoje situacijoje renkames geriausiai veikiančią alternatyvą

Veiksmo sferos – kiek skirtingų situacijų galima taikyti konstrukta



Patirtis – mes nuolat tikriname savo konstruktus, norėdami įsitikinti, kad jie vis dar tinkami

Moduliacijos – mes keičiame savo konstruktus, jei to reikalauja nauja patirtis

Susiskaidymo – kartais gali būti konstrukty, kurie nesutampa su kitais

Bendrumo – grupės ar kultūros turi bendrus konstruktus, nors šiaip jie individualūs

Socialumo – mes bandome suprasti kitus žmones, prognozuoti ir modifikuoti savo elgesį

W. MISCHEL

Elgesys nulemtas ne globalių bruožų, bet to, kaip žmogus save suvokia konkrečioje situacijoje.

Mes per daug tikime elgesio stabilumu, manome, kad globalūs bruožai turi pasireikšti visur

Žmogaus elgesį nulemia kognityvinė – afektyvinė sistema. Žmogaus elgesys kinta skirtingose situacijose, bet numatomu būdu



KOGNITYVINĒ – AFEKTYVINĒ ASMENYBĒS SISTEMA (CAPS)

Skirtingumas skirtingose situacijose, stabilumas žmogaus viduje

Jei A, tai X, bet jei B, tai Y

Variacijos paternas išlieka stabilus – žmogaus elgesys skirtingose situacijose keičiasi, bet prasmingu būdu

KOGNITYVINIAI – AFEKTYVINIAI VIENETAI:

DĖMESYS PERKELIAMAS NUO ŽMOGAUS TURI, PRIE ŽMOGUS DARO
KONKREČIOJE SITUACIJOJE

Kompetencijos ir savireguliacijos strategijos: info apie pasaulį ir santykį su juo (pvz., intelektas)

Kodavimo strategijos: būdai, kuriais žmonės kategorizuoja informaciją, gautą iš aplinkos.

Lūkesčiai ir įsitikinimai: elgesio ir stimulo lūkesčiai

Tikslai ir vertybės

Emocinės reakcijos