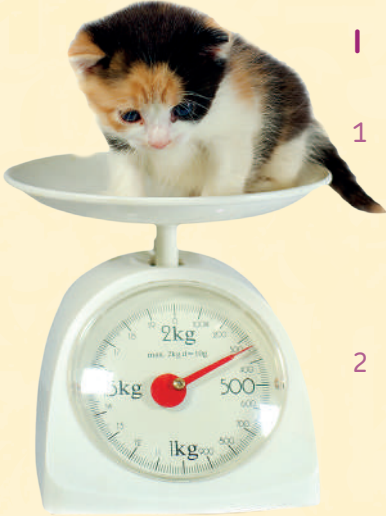


SISÄLLYS



I	PERSOONALLISUUS OHJAA YKSILÖN TOIMINTAA	10
1	Persoonallisuus on psyykkisten ominaisuuksien kokonaisuus	12
	Persoonallisuus on suhteellisen pysyvä halki elämän	12
	Persoonallisuuspsykologia tarkastelee yksilöiden välisiä eroja ja persoonallisuuden toimintaa	13
	Persoonallisuudella on läheinen yhteys mielenterveyteen	14
2	Persoonallisuutta arvioidaan tieteellisissä ja soveltuvuustutkimuksissa	16
	Tiedonkeruumenetelmiä on laaja valikoima	16
	Psykologisia testejä koskevat tarkat vaatimukset	18
	Kyselylomakkeilla arvioidaan tietoisia persoonallisuuden puolia	19
	<i>Tutkimus: Facebook-profiilit välittävät paikkansa pitäviä vaikutelmia persoonallisuudesta</i>	21
3	Minuudessa on kaksi puolta	22
	Minuus ilmentää persoonallisuuden toimintaa ja piirteitä	22
	Minäkäsitys ylläpitää jatkuvuuden tunnetta	23
	Minää koskevat skeemat ovat yleistyksiä itsestä	25
	Minuutta on etsitty aivoista	26
	Itsetunto on arvio minäkäsitykseen kuuluvista ominaisuuksista	27
	Itsetuntoa olennaisempaa on myötätunto itseä kohtaan	29
	Identiteetti on käsitys itsestä ja omasta paikasta maailmassa	30
	Itsestä kerrotaan jatkuvasti elämäntarinaa	32
4	Perimä ja ympäristö muovaavat persoonallisuutta	35
	Perimä selittää noin puolet persoonallisuudesta	35
	Perimä ja ympäristö toimivat dynaamisessa vuorovaikutuksessa	37
	Persoonallisuuden yksilöllisestä vaihtelevuudesta on ollut hyötyä evoluutiossa	39
	Aivotoinnin yksilölliset erot linkittyvät persoonallisuuteen	40
	Kulttuuri vaikuttaa persoonallisuuteen	42
	<i>Syvennä: Eri maissa ihmisten välillä on pieniä keskimääräisiä persoonallisuuseroja</i>	44
	<i>Pohdi ja sovelle</i>	45



II	PERSOONALLISUUTTA TARKASTELLAAN ERI NÄKÖKULMISTA	46
5	Temperamentti on synnynnäinen pohja persoonallisuudelle	48
	Jo vauvat reagoivat uusiin tilanteisiin keskenään eri tavoin	48
	Temperamentti on varsin pysyvä	50
	Temperamentin ja ympäristön yhteensopivuus on tärkeää psyykkiselle hyvinvoinnille	51
6	Piirreteoriat kuvailevat yksilöiden välisiä eroja	53
	Persoonallisuutta on pidetty piirteiden summana	53
	Faktorianalyysilla selvitetään piirteiden hierarkiaa	54
	Persoonallisuus jakaantuu viiteen keskeiseen piirteeseen	57
	Piirteillä on yhteyksiä elämäntapoihin ja työelämään	59
7	Psykologian suuntauksilla on omat käsityksensä persoonallisuudesta	63
	Piirteet eivät riitä persoonallisuuden kuvailemiseksi	63
	Psykodynaamisen ja behavioristisen käsityksen mukaan yksilö ei ole vapaa	64
	Humanistisen psykologian persoonallisuuskäsitys on myönteinen	64
	Sosiokognitiivinen teoria korostaa yksilöllisiä tulkintoja	66
8	Psykodynaamisen teorian mukaan persoonallisuus on jatkuvasti liikkeessä	67
	Psykodynaaminen teoria mielen rakenteesta vertautuu jäävuoreen	67
	<i>Syvennä: Freudin psykooseksuaalinen teoria vaikuttaa edelleen kieleen ja länsimaiseen kulttuuriin</i>	71
	Freudin psykodynaamista teoriaa on jatkettu useisiin suuntiin	72
	Psykodynaamista suuntausta on kritisoitu sen ihmiskuvan pessimistisyydestä ja passiivisuudesta	73
9	Sosiokognitiivinen persoonallisuusteoria korostaa tilanteiden tulkintaa	76
	Behaviorismi on perustana sosiokognitiiviselle persoonallisuusteorialle	76
	Yksilön tulkinta tilanteesta vaikuttaa hänen toimintaansa	77
	Tavoitteet ja selviytymisodotukset vaikuttavat käyttäytymiseen	78
	Tilanne vaikuttaa käyttäytymiseen jopa enemmän kuin persoonallisuus	81
	Yksilön valinnanvapauden korostaminen on herättänyt kritiikkiä	83
	<i>Tutkimus: Ulospäin suuntautuneen on vaivalloista käyttäytyä piirteensä vastaisesti</i>	84
	<i>Pohdi ja sovelle</i>	85





III ÄLYKKYYDESSÄ JA LAHJAKKUUDESSA ON YKSILÖLLISIÄ EROJA 86

10 Älykäs osaa oppia ja soveltaa oppimaansa 88

Älykkyyden tarkka määrittäminen on hankalaa 88

Älykkyyttä arvioidaan testeillä 89

Älykkyystestejä kritisoidaan mutta käytetään paljon 90

Älykäs pärjää erilaisissa kognitiivisissa tehtävissä 92

Perimä ja ympäristö vaikuttavat älykkyyteen 93

Älylliset kyvyt voivat muuttua 95

Syvennä: Mikä selittää etnisten ryhmien välisiä älykkyyseroja? 97

Älykkyydellä on yhteyksiä persoonallisuuteen 98

Älykkyyden käsitettä on laajennettu kognitiivisten taitojen ulkopuolelle 98

Länsimaisen kulttuurin älykkyyskäsitteessä korostuu analyttisyys 100

11 Lahjakuus on mahdollisuutta kehittyä hyväksi tietyssä asiassa 102

Kyvykkyys pohjaa usein lahjakkuuteen 102

Luovuus kuuluu älykkyyteen ja lahjakkuuteen 104

Yksilölliset erot vaikuttavat luovuuteen 105

Yksilöt eroavat toisistaan suoriutumismotivaatiossa 106

Tutkimus: Varhaisnuoren älykkyys ennustaa aikuisiän luovia suorituksia 108

Pohdi ja sovelta 109





IV SOSIAALIPSYKOLOGIA TUTKII YHTEISÖLLISTÄ IHMISTÄ

	110
12 Yksilö on osa monia ryhmiä	112
Ryhmiä jaotellaan vuorovaikutuksen ja yhteisten tavoitteiden perusteella	112
Millainen ryhmä on ryhmämäinen?	115
Omaa sisäryhmää suositaan ulkoryhmien kustannuksella	115
Yhteisön normit voivat olla hyödyllisiä tai haitallisia	118
Ryhmässä muodostuu erilaisia rooleja ja johtajuutta	119
Ryhmä toimii dynaamisesti	120
Kollektiivinen älykkyys on ryhmän yhteistä tietämystä	121
Ryhmässä työskentely voi estää tai edistää tehtävän suorittamista	123
Ryhmä ja yksilö ovat dynaamisessa vuorovaikutuksessa	124
13 Käyttäytymiseen vaikuttaa muiden läsnäolo	125
Joukkokäyttäytymisessä ihmiset vaikuttavat toistensa tunteisiin	125
Ohikulkijan vastuu jakautuu muiden kanssa	126
Yksilön ja yhteisön edut voivat olla ristiriidassa	127
Altruistinen teko on pyyteetöntä toisen auttamista	128
<i>Syvennä: Moraalisia kysymyksiä voi pohtia monelta kantilta</i>	129
14 Muut ihmiset vaikuttavat yksilöön	130
Sosiaalinen vaikutus on sosiaalipsykologian keskeinen tutkimuskohde	130
Ryhmässä koetaan painetta yhdenmukaisuuteen	131
Tottelevaisuus on auktoriteetin mukaan toimimista	133
<i>Tutkimus: Älä heitä pyyhettä lattialle! Hotellivieraat taipuvat yhdenmukaisuuden paineen alla</i>	136
<i>Pohdi ja sovelle</i>	137





V MONIMUOTOISUUTTA VOI YMMÄRTÄÄ PSYKOLOGISEN TIEDON AVULLA

138

- 15 Ihmisiä havainnoidaan omien skeemojen kautta 140
Ensivaikutelma ohjaa toisesta ihmisestä tehtyjä päätelmiä 140
Stereotyyppiat ovat yleistyksiä ryhmän jäsenistä 141
Stereotypia voi toimia itseään toteuttavana ennusteena 143
Stereotyyppioilta ei voi kokonaan välttää 144
- 16 Ennakkoluulo on perusteeton kielteinen asenne 146
Ennakkoluulo vahingoittaa usein kohdettaan 146
Syrjintä on ennakkoluulojen toteuttamista 147
Mistä ennakkoluulot johtuvat ja mihin ne johtavat? 148
Ennakkoluuloja voi vähentää tiedolla ja empatiaharjoituksilla 150
Ennakkoluuloja voi vähentää ryhmäluokittelujen muuttamisella 151
Ennakkoluuloja voi vähentää lisäämällä ryhmien välisiä yhteyksiä 153
Tutkimus: Monimuotoisessa ympäristössä eläminen voi vähentää ennakkoluuloja 154
- 17 Asenne on tapa suhtautua merkitykselliseen kohteeseen 155
Asenteet muokkautuvat dynaamisessa suhteessa ympäristön kanssa 155
Suostuttelulla pyritään muokkaamaan asenteita 156
Yksilö pyrkii välttämään kognitiivista ristiriitaa 158
- 18 Sosiaalipsykologiassa ja psykologiassa tutkitaan vuorovaikutusta 160
Vuorovaikutuskyyvyt ovat sosiaalisia taitoja 160
Ystävyyssuhteita voi tarkastella sosiaalipsykologian teorioiden kautta 161
Syvennä: Suosivatko naiset sydänystävää, miehet äijäporukkaa? 163
Sosiaalipsykologiassa ja psykologiassa tutkitaan attraktiivista eli vetovoimaa 164
Yksinäisyys on kielteinen omakohtainen kokemus 165
Yksinäisyydestä voi tulla ahdistava kehä 166
Yksinäisyyteen johtaa tuen puute 166
Yksinäisyyden kehän voi katkaista 168
- 19 Sosiaalipsykologian ja psykologian tutkimustieto tarkentuu jatkuvasti 171
Sosiaalipsykologian tutkimukset ovat usein kokeellisia 171
Sosiaalipsykologian ja psykologian tulosten toistettavuutta on kritisoitu 173
Tutkimus on jatkuva prosessi 174
Pohdi ja sovello 175
Hakemisto 176
Kuvälähteet

