

Inleiding in de psychologie



Noordhoff

Gert Alblas

3^e editie

Inleiding in de psychologie

Gert Alblas

Derde editie
Noordhoff

Ontwerp omslag: Michiel Uilen

Omslagillustratie: Riko Aditama, iStockphoto

Eventuele op- en aanmerkingen over deze of andere uitgaven kunt u richten aan:
Noordhoff Uitgevers bv, Afdeling Hoger Onderwijs,
Antwoordnummer 13, 9700 VB Groningen of via het contactformulier op
www.mijnnoordhoff.nl.

De informatie in deze uitgave is uitsluitend bedoeld als algemene informatie. Aan deze informatie kunt u geen rechten of aansprakelijkheid van de auteur(s), redactie of uitgever ontlelen.

0 / 25



© 2025 Noordhoff Uitgevers bv, Groningen/Utrecht, Nederland

Alle rechten voorbehouden. Tekst- en datamining niet toegestaan.

All rights reserved. Text- and datamining not permitted.

ISBN(ebook) 978-90-01-04726-9

ISBN 978-90-01-04725-2

NUR 770

Woord vooraf bij de derde editie

Inleiding in de psychologie is geschreven voor studenten die beroepsmatig met mensen zullen gaan werken. De psychologie kan hen handvatten verschaffen om het gedrag van mensen te kunnen beschrijven, begrijpen en verklaren. Dit maakt het mogelijk om hun professionele handelen te vergroten. Met de kennis die in dit boek wordt gegeven, verkrijgen ze meer inzicht in de wetmatigheden die aan het gedrag van mensen ten grondslag liggen. Bovendien kunnen ze daardoor beter reflecteren op hun eigen beroepsmatige reacties. Psychologische kennis kan echter niet gebruikt worden als een soort receptenboek voor 'hoe te handelen'. Voor het gedrag van mensen zijn vaak verschillende verklaringen te geven. De verklaring die het meest waarschijnlijk wordt geacht, bepaalt op haar beurt de aanpak die wordt gekozen. Bovendien verschillen mensen in karakter. Wat bij de ene persoon een heilzame aanpak is, hoeft dat bij een ander niet te zijn. Gezien de beperkte omvang van dit boek is het niet mogelijk geweest om alle aspecten van de hedendaagse psychologie aan bod te laten komen. Daarom is er een selectie gemaakt die grotendeels bepaald is door de hiervoor omschreven doelstelling.



Bij dit boek wordt een website met kennisvragen, inzichtvragen en opdrachten aangeboden: **www.studiemeister.noordhoff.nl**.

De kennisvragen stellen de student in staat om per hoofdstuk na te gaan of de aangeboden leerstof voldoende is opgenomen. De inzichtvragen zijn bedoeld om te kunnen nagaan of de student de psychologische verschijnselen, wetmatigheden en theorieën herkent in het gedrag van mensen. De opdrachten geven de student de mogelijkheid om niet alleen psychologische verschijnselen te herkennen, maar ook om de opgedane inzichten toe te passen op de problemen waarmee mensen worstelen.

In deze derde druk zijn enige veranderingen aangebracht ten opzichte van de tweede druk. In hoofdstuk 1 is het gen-omgevingsverband en het biopsychosociaal model toegevoegd. In hoofdstuk 3 is de bespreking van het geheugen en de aanwezigheid van schema's uitgebreid. In hoofdstuk 4 is de zelfdeterminatietheorie toegevoegd. In hoofdstuk 5 is meer aandacht besteed aan gender, en in hoofdstuk 7 is boulimia nervosa als psychische stoornis toegevoegd en zijn de diverse vormen van behandelingen uitgebreider beschreven.

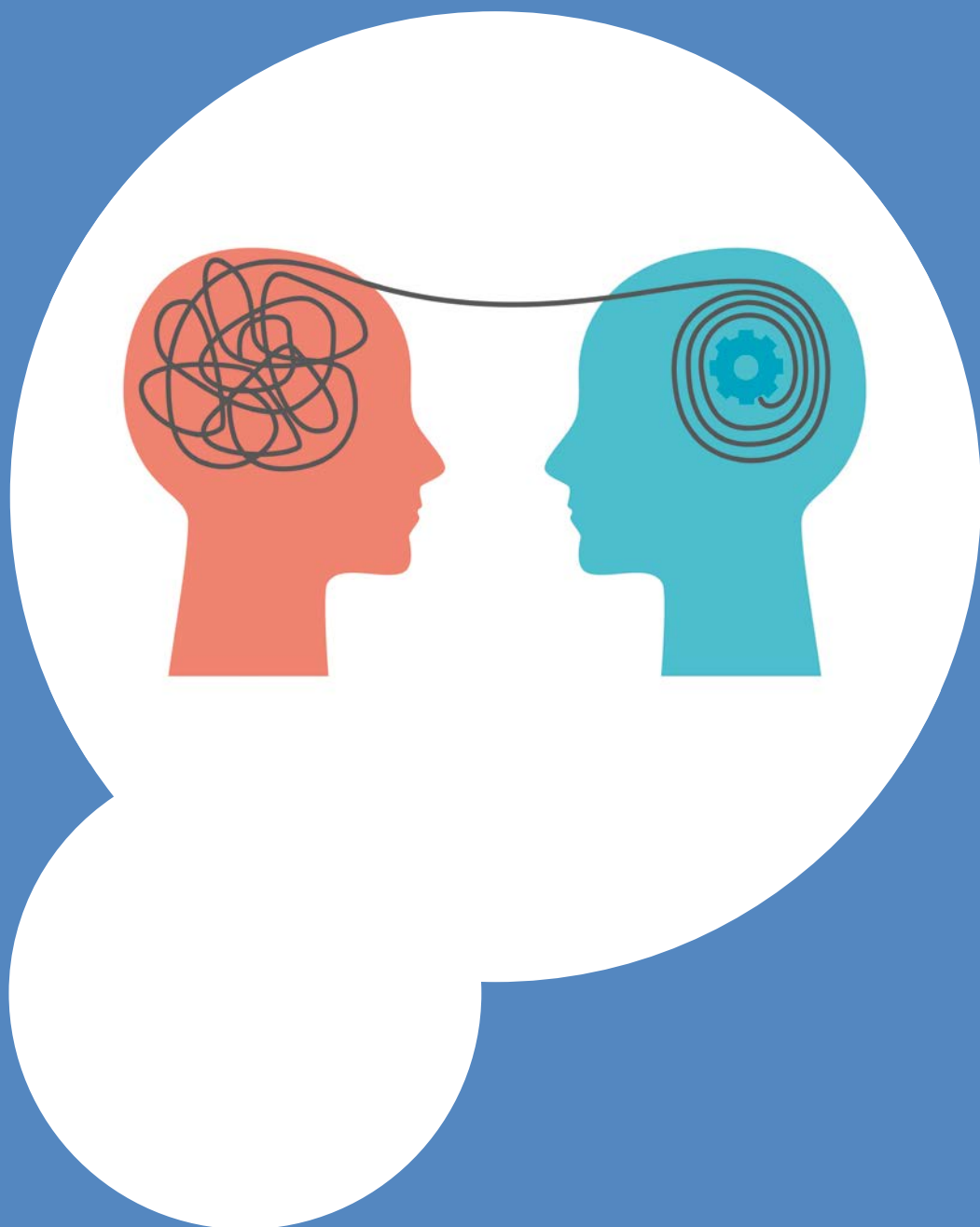
Groningen, januari 2025
Gert Alblas

Inhoud

1	Wat is psychologie?	9
1.1	Omschrijving van de psychologie	11
1.2	Deelgebieden van de psychologie	13
1.3	Onderzoek in de psychologie	19
1.4	Ontwikkelingen in de begintijd van de psychologie	36
1.5	Hedendaagse benaderingen in de psychologie	41
	Samenvatting	48
2	De biologische basis van gedrag	51
2.1	Het zenuwstelsel	53
2.2	De ontwikkeling van het zenuwstelsel	61
2.3	De verschillende delen van het zenuwstelsel	64
2.4	De linker- en de rechterhelft van de hersenen	69
2.5	Het endocrien systeem	70
2.6	De biologische basis van gedrag	72
2.7	Omgevingsinvloeden	75
2.8	De biopsychosociale benadering	78
	Samenvatting	80
3	Leren en geheugen	83
3.1	Wat is leren?	85
3.2	Leren door klassieke conditionering	86
3.3	Leren door operante conditionering	93
3.4	Leren door observeren en imiteren	104
3.5	Doelgericht en latent leren	109
3.6	Geheugen	112
	Samenvatting	127
4	Persoonskenmerken	129
4.1	Persoonlijkheid	131
4.2	Emotie	142
4.3	Motivatie	153
4.4	Intelligentie	162
	Samenvatting	178

5	Ontwikkelings- en levensloopspsychologie	181
5.1	Wat is ontwikkelings- en levensloopspsychologie?	183
5.2	Vanaf de geboorte tot aan de puberteit	183
5.3	De puberteit	212
5.4	De volwassenheid	219
5.5	De ouderdom	227
5.6	Het levenseinde	232
	Samenvatting	234
6	Sociale psychologie	237
6.1	Wat is sociale psychologie?	239
6.2	Inzicht in sociale situaties	240
6.3	Waarneming van anderen	242
6.4	Zelfwaarneming	248
6.5	Functies van sociale relaties	254
6.6	Onderlinge afhankelijkheid	257
6.7	Sociale beïnvloeding	261
6.8	Interpersoonlijke attractie	265
6.9	Agressie	268
6.10	Pesten	272
6.11	Conflicten	276
6.12	Groepen	280
6.13	Conformiteit in groepen	288
6.14	Deviantie in groepen	291
6.15	De groep als sociale constructie en als institutie	292
	Samenvatting	294
7	Klinische psychologie	297
7.1	Wat is klinische psychologie?	299
7.2	Diagnostisch onderzoek	302
7.3	Classificatie van psychische stoornissen	307
7.4	De neurobiologische benadering	310
7.5	De leertheoretische benadering	314
7.6	De cognitieve benadering	318
7.7	De psychoanalytische benadering	321
7.8	De systeembenadering	325
7.9	Angststoornissen	328
7.10	Verslavingsstoornissen	331
7.11	Stemmingsstoornissen	335
7.12	Posttraumatische stressstoornis (PTSS)	340

7.13	Aandachtdeficiëntie-/hyperactiviteitsstoornis (ADHD)	343
7.14	Autismespectrumstoornissen	346
7.15	Eetstoornissen	348
7.16	De effecten van behandelingen	351
	Samenvatting	354
	Literatuur	355
	Illustratieverantwoording	364
	Register	365
	Over de auteur	376



Wat is psychologie?

Psychologie is gericht op de bestudering van gedrag van mensen. Gedrag moet daarbij zo breed mogelijk worden opgevat. Niet alleen valt daaronder 'het uiterlijk gedrag' dat direct waarneembaar is, zoals werkzaamheden verrichten, naar school gaan of praten met anderen, maar ook het 'innerlijk gedrag', zoals denken, voelen, ervaren en wensen. De vraag hierbij is hoe die bestudering plaatsvindt, welke kennis en inzichten dat moet opleveren, en vooral ook waarvoor die dan gebruikt kunnen worden.

1

- 1.1 Omschrijving van de psychologie 11
- 1.2 Deelgebieden van de psychologie 13
- 1.3 Onderzoek in de psychologie 19
- 1.4 Ontwikkelingen in de begintijd van de psychologie 36
- 1.5 Hedendaagse benaderingen in de psychologie 41

OPENINGSCASUS | Wat is er met deze jongen aan de hand?

Een jongen is gearresteerd omdat hij een roofoverval op een winkel heeft gepleegd, waarbij veel geweld is gebruikt. De winkelier is met een mes bewerkt en is daarbij een oog kwijtgeraakt. De jongen is al eerder opgepakt voor een overval met geweldpleging.

De officier van justitie besluit nu om een psychiatrisch rapport over hem te laten opstellen. Deze opdracht wordt gegeven aan een klinisch (forensisch) psycholoog die zich op dit gebied heeft gespecialiseerd. De bedoeling hiervan is dat op de volgende vragen een antwoord wordt gegeven:

- Is er bij de jongen sprake van een psychische stoornis en zo ja, welke?
- Heeft deze stoornis een rol gespeeld bij het delict (roofoverval met geweld)?

- Is er door deze stoornis kans op herhaling van het delict?

De antwoorden op deze vragen zal de rechter kunnen meenemen in het uiteindelijke vonnis. Zo zal de rechter op grond van het rapport kunnen vaststellen of de jongen wel of niet toerekeningsvatbaar was tijdens zijn daad. Ook zal op grond van het rapport geconcludeerd kunnen worden dat er een grote kans is op herhaling van het delict. Dat zal dan zeker een rol spelen bij de strafmaat. Ten slotte kan op grond van het rapport van de klinisch (forensisch) psycholoog bepaald worden of er al dan niet tbs moet worden opgelegd.

Is er sprake van een psychische stoornis en zo ja, welke?

1.1 Omschrijving van de psychologie

In de openingscasus wordt een klinisch (forensisch) psycholoog ingeschakeld om te bepalen of iemand een psychische stoornis heeft. Psychologen kunnen echter op veel meer gebieden werkzaam zijn. Zij kunnen bijvoorbeeld onderzoeken of een kind een achterstand in haar of zijn ontwikkeling laat zien, welke problemen een team belemmeren om doelmatig te kunnen samenwerken, welke therapie gegeven moet worden om iemand uit een depressie te halen, hoe het komt dat mensen zich in een groep anders gedragen dan wanneer ze alleen zijn en hoe mensen in karakter kunnen verschillen.

De vele gebieden waarop psychologen bezig kunnen zijn, roepen de volgende vragen op: Wat is psychologie nu eigenlijk? Waarmee houden psychologen zich bezig? Hoe gaan ze te werk?

Om deze vragen te kunnen beantwoorden, zullen we ingaan op de volgende zaken:

- Wat is psychologie?
- Welke deelgebieden zijn er in de psychologie te onderscheiden?
- Hoe ziet psychologisch onderzoek eruit?
- Welke ontwikkelingen vonden plaats in de begintijd van de psychologie?
- Hoe wordt het gedrag van mensen in de huidige psychologie verklaard?

VOORBEELD | Deskundigen discussiëren over schuldsanering

Steeds meer mensen kunnen niet goed rondkomen met het geld dat ze binnenkrijgen en kloppen aan bij de schuldsanering. Sommige mensen hebben hoge schulden omdat ze te veel spullen op krediet kopen en die niet kunnen afbetalen. Andere mensen zijn niet meer in staat om hun vaste lasten te voldoen, zoals huur, verzekeringen, energie en aansluitkosten voor telefoon, televisie en internet. In een actualiteitenprogramma komt dit schuldenprobleem aan de orde. Verschillende deskundigen zijn gevraagd om in dit programma hun mening te geven over de oorzaak van deze problematiek. De deelnemers aan het gesprek hebben diverse opvattingen over de oorzaken van het maken van schulden. De een zegt: 'mensen die schulden hebben, kunnen niet goed met geld omgaan', de ander zegt: 'mensen die schulden maken, hebben geen overzicht over hun inkomsten en uitgaven', en nog een ander zegt: 'mensen die schulden maken, kopen maar raak', of: 'mensen die schulden maken, hebben een te laag inkomen en te hoge kosten'.

De deelnemers aan het actualiteitenprogramma zijn eigenlijk bezig met dezelfde vraag als de vraag waarmee psychologen zich bezighouden, namelijk: wat maakt dat mensen voelen, denken en zich gedragen zoals ze doen?

De verklaringen die mensen geven voor het gedrag van anderen noemen we verklaringen op basis van *common sense* (gezond verstand). Over de oorzaak van de schuldenproblematiek die in het voorbeeld wordt beschreven zullen mensen zich meestal baseren op iemand uit hun omgeving die daarmee te maken heeft. Dat is een beperkte waarneming van één voorbeeld. Die beperkte waarneming leidt dan tot slechts één toevallige verklaring, bijvoorbeeld 'geen goede opvoeding gehad in het omgaan met geld'. Was het een ander voorbeeld geweest, dan was er wellicht een andere verklaring gegeven.

Wat maakt dat mensen voelen, denken en zich gedragen zoals ze doen?

De psychologie als wetenschap onderscheidt zich van verklaringen op basis van common sense doordat zij zich baseert op systematisch onderzoek, waarbij meer waarnemingen worden gedaan en meer oorzaken worden betrokken. Het hierna beschreven onderzoek naar de oorzaak van schulden is hiervan een voorbeeld.

VOORBEELD | Waarom heeft iemand schulden?

Om te kunnen nagaan welke invloed de factoren inkomen en opvoeding hebben op het maken van schulden, worden honderd mensen met een laag inkomen en honderd mensen met een middeninkomen ondervraagd over hun uitgaven, schulden, opvoeding en inkomen. Uit dit onderzoek komt naar voren dat in beide inkomensgroepen (laag en midden) ongeveer evenveel mensen met schulden voorkomen. De onderzoekers concluderen dan ook dat de factor inkomen geen rol speelt. Wel blijkt dat mensen die schulden hebben, veel vaker ouders hebben die ook schulden maken dan mensen die geen schulden hebben. Hieruit zou geconcludeerd kunnen worden dat de factor opvoeding of erfelijkheid van invloed is.

Psychologie als wetenschap

Gedrag begrijpen

Gedrag voorspellen

Gedrag beïnvloeden

Los van dit specifieke voorbeeld kunnen we ons de vraag stellen waar de psychologie als wetenschap zich zoal mee bezighoudt. In algemene zin is dat te omschrijven als 'de systematische bestudering van het gedrag, de gevoelens en gedachten van mensen en de omstandigheden waarin die plaatsvinden'. Met deze bestudering wordt geprobeerd van dat gedrag een zo goed mogelijk beeld te krijgen, te achterhalen hoe en waardoor dat gedrag ontstaat en hoe dat is te beïnvloeden. De bedoeling van het psychiatrisch rapport in de openingscasus is om te *begrijpen* hoe en waardoor het gedrag van de jongen tot stand is gekomen, om te *voorspellen* of er kans is op herhaling en om dit zo mogelijk te *beïnvloeden*, bijvoorbeeld door tbs met dwangverpleging op te leggen.

1.2 Deelgebieden van de psychologie

De openingscasus laat zien wat een psycholoog kan doen en waarmee zij of hij zich bezighoudt. Dit is slechts één voorbeeld uit het rijke scala aan activiteiten waarmee psychologen zich allemaal bezighouden.

In de afgelopen decennia zijn er talloze specialisaties in het vakgebied van de psychologie ontstaan. Zes daarvan worden in deze paragraaf beschreven:

- 1 klinische psychologie
- 2 ontwikkelings- en levenslooppsychologie
- 3 sociale psychologie
- 4 arbeids- en organisatiepsychologie
- 5 functieleerpsychologie
- 6 gezondheidspsychologie

1.2.1 Klinische psychologie

Klinisch
psychologen

Klinisch psychologen houden zich bezig met het diagnosticeren en behandelen van mensen met mentale en gedragsproblemen. Deze problemen kunnen betrekkelijk mild van aard zijn, zoals relatieproblemen, maar ook tamelijk ernstig, zoals depressies, angststoornissen en psychosen. Klinisch psychologen kunnen gevestigd zijn als zelfstandig therapeut of verbonden zijn aan onderzoeks- of behandelinstellingen.

VOORBEELD | Spinnenfobie

Een 21-jarige jongen is zo angstig voor spinnen (hij heeft een spinnenfobie) dat hij daardoor ernstig gestoord wordt in zijn dagelijkse bezigheden. Zo durft hij bijvoorbeeld geen lade of kast meer open te trekken en gaat hij pas ergens naar binnen als een ander gecontroleerd heeft of de ruimte spinvrij is.

De jongen is ooit vreselijk geschrokken van een grote spin die uit een la kwam die hij opende. De sterke angst die dit voorval veroorzaakte trad daarna ook op als hij een kastdeur, de deur van de kelder en zelfs de deur van het toilet moest opendoen. Dan moest er eerst iemand anders komen om te controleren of de ruimte spinvrij was. Dit beperkte het functioneren van de jongen zo ernstig dat de hulp van een klinisch psycholoog werd ingeroepen. Die constateerde dat er sprake was van een angststoornis, in dit geval van een spinnenfobie. Hij stelde voor om de jongen met gedragstherapie te behandelen. In deze therapie wordt op een systematische manier gebruikgemaakt van de leerprincipes die tot de spinnenfobie hebben geleid. Deze leerprincipes worden toegepast om de aangeleerde angst te doen verdwijnen.

1.2.2 Ontwikkelings- en levensloopspsychologie

Ontwikkelings-
en levensloop-
psychologen

Ontwikkelings- en levensloopspsychologen houden zich bezig met de bestudering van de lichamelijke en geestelijke ontwikkeling van mensen vanaf de geboorte tot en met de ouderdom. Hierbij wordt nagegaan welke ontwikkelingspatronen zich op verschillende gebieden voordoen, zoals in de motorische ontwikkeling, de taalontwikkeling, de ontwikkeling in het denken, de intellectuele ontwikkeling en de morele ontwikkeling. Vastgesteld wordt wat daarin het 'normale patroon' is, waardoor afwijkingen in de ontwikkeling opgespoord en eventueel behandeld kunnen worden.

VOORBEELD | Gaat het wel goed met Brenda?

Brenda is 2 jaar. Ze brabbelt wel veel, maar ze spreekt nog nauwelijks woordjes. De ouders van Brenda maken zich zorgen. Brenda is hun eerste kind. Ze hebben nog niet veel ervaring met peuters, maar ze hebben van diverse vrienden gehoord dat Brenda eigenlijk toch wel traag is in het leren praten. Ze raadplegen een ontwikkelingspsycholoog. Deze stelt vragen aan de ouders en observeert het kind gedurende enkele dagdelen. De conclusie is dat Brenda inderdaad behoorlijk achterloopt bij wat er gemiddeld genomen van een kind van 2 jaar verwacht mag worden. Nader onderzoek is nodig om de oorzaken hiervan te bepalen.

Ontwikkelings-
probleem

Sommige afwijkingen van het normale patroon zijn niet ernstig. Het ene kind is wat trager in bijvoorbeeld het leren lopen of het leren praten dan het andere kind, maar kan dat later snel inhalen. Er is pas sprake van een ontwikkelingsprobleem als een kind langdurig en ernstig achterblijft bij zijn leeftijdsgenoten. Bij het onderzoeken van Brenda blijkt dat er sprake is van een ontwikkelingsstoornis en dat specialistische hulp nodig is om Brenda beter te leren praten.

Problemen op het gebied van het geheugen kunnen op oudere leeftijd ontstaan. Een levensloopspsycholoog zal dan bijvoorbeeld in een onderzoek vaststellen dat iemand regelmatig de weg naar huis kwijtraakt, kleine dingen niet meer kan onthouden, niet meer de naam van een zoon of dochter weet, of welke dag van de week het is. Er kan dan sprake zijn van dementie. De afname van het vermogen om dingen te onthouden kan worden tegengegaan of afgeremd door het aanleren van geheugensteuntjes of door geheugentraining.

1.2.3 Sociale psychologie

Sociaal-
psychologen

Sociaalpsychologen richten zich op de manier waarop de sociale omgeving van invloed is op het denken, voelen en handelen van mensen. Die sociale omgeving kan bestaan uit mensen waarmee iemand over langere tijd betrekkelijk intensief te maken heeft, zoals ouders (opvoeders), vrienden, klasgenoten of collega's op het werk. Door het toenemend gebruik van sociale

media – zoals WhatsApp, Facebook, Instagram en TikTok – zijn deze media eveneens een belangrijke sociale omgeving geworden, waaraan de gebruikers zich spiegelen en waardoor zij beïnvloed worden.

De invloed van de sociale omgeving op het gedrag van mensen is goed te zien in groepen. Zo blijkt bijvoorbeeld dat mensen in groepen onder bepaalde omstandigheden gedrag vertonen dat ze als eenling nooit zouden laten zien.

VOORBEELD | Plunderen

In de stad Groningen viel 's nachts de stroom uit. Al spoedig sneuvelden in de duisternis tientallen ruiten van winkels en werd er geplunderd. De politie arresteerde een aantal plunders. Uit de verhoren bleek dat enkelen van hen nog nooit in aanraking waren geweest met de politie, een goede baan hadden, zich nooit met dit soort zaken hadden beziggehouden en zich erg schaamden voor hun gedrag. Als reden gaven zij op dat ze gingen meedoen aan de plunderingen omdat ze anderen dat zagen doen en omdat het zo gemakkelijk leek.

Diffusie van
verantwoorde-
lijkheid

Mensen reageren nog weleens verontwaardigd als ze in een nieuwsbericht horen dat iemand werd mishandeld, maar dat niemand van de omstanders er iets tegen deed. Onderzoek naar dit soort situaties laat zien dat mensen in hun eentje eerder hulp zullen verlenen dan wanneer ze deel uitmaken van een groep omstanders. De verklaring is dat mensen zich minder verantwoordelijk voelen voor wat er gebeurt wanneer zij deel uitmaken van een groep omstanders. Dit verschijnsel wordt diffusie van verantwoordelijkheid genoemd.

Van sociaalpsychologische kennis wordt veel gebruik gemaakt. Zo zullen datingbureaus hun klanten een uitgebreide vragenlijst laten invullen. Op grond van de informatie die dit verschaft, zullen ze mensen aan elkaar koppelen die ongeveer gelijk zijn in opleiding, inkomen, sociale achtergrond en interesses. Uit onderzoek is namelijk gebleken dat mensen andere mensen aantrekkelijker vinden naarmate ze meer gelijkheid vertonen op deze kenmerken.

1.2.4 Arbeids- en organisatiepsychologie

Arbeids- en
organisatie-
psychologen

Arbeids- en organisatiepsychologen houden zich bezig met het gedrag van mensen in organisaties en hoe dit gedrag wordt beïnvloed door kenmerken van het werk en de werksituatie. Belangrijke thema's van onderzoek zijn leiderschap, personeelsselectie, arbeidstevredenheid, inzet en motivatie, kwaliteit van het werk en arbeidsprestatie. De kennis die over deze thema's wordt verkregen kan bijvoorbeeld worden gebruikt om tot een optimale afstemming te komen tussen de mogelijkheden en de wensen van medewerkers en de manier waarop de organisatie is ingericht.

VOORBEELD | Zelf bepalen hoe en waar je werkt

Sommige organisaties hebben vooral hogeropgeleide medewerkers in dienst. Deze medewerkers kunnen zelfstandig hun werkzaamheden verrichten en zijn door het gebruik van de moderne ICT-ondersteuning niet langer gebonden aan een vaste werkplek. Ook hebben ze geen behoefte meer aan directe supervisie en controle van een leidinggevende. Dit betekent dat medewerkers zowel thuis, op kantoor als in de trein hun werk kunnen doen, dat ze vrij zijn om hun werkuren en werkplanning zelf te regelen, dat overleg met collega's of leidinggevendenden grotendeels via de elektronische weg plaatsvindt en dat leidinggevendenden nog slechts sturen op basis van de resultaten die ze van hun medewerkers verwachten.

De invoering van de mogelijkheid om thuis, in de trein of elders te kunnen werken heeft, zeker sinds de coronatijd, een hoge vlucht genomen. Organisationspsychologen hebben onderzocht welke positieve en negatieve effecten deze nieuwe vorm van werken met zich meebrengt. Daaruit bleek dat dit niet voor iedere medewerker en leidinggevende een geschikte werksituatie is. Sommige medewerkers hebben onvoldoende discipline en weinig vermogen tot zelfsturing. Daardoor kunnen ze niet goed omgaan met de vrijheid die hen gegeven wordt. Sommige medewerkers missen de directe sociale contacten met hun collega's, en sommige leidinggevendenden weten niet goed hoe ze in deze situatie hun leidinggevende rol moeten invullen. Ook het onderlinge overleg blijkt niet altijd goed te verlopen. De onderzoeksresultaten laten zien dat deze nieuwe vorm van werken niet klakkeloos moet worden ingevoerd. Eerst moet worden nagegaan hoe eventuele negatieve effecten vermeden kunnen worden.

NRC Handelsblad | 28 september 2020

Volledig thuiswerken komt twintigers en dertigers niet ten goede

Door Flori Hofman

'Het was wat onwerkelijk om vanuit huis te beginnen aan het werkende leven', zegt bodemwateronderzoeker Niek Verschaeren (26). Hij is bijna drie maanden in dienst van de gemeente Almere, zijn tweede werkgever na zijn studie. Verschaeren mag één dag in de week naar kantoor. De overige dagen werkt hij vanuit huis of gaat hij naar de bibliotheek. 'Daar kan ik me beter concentreren.' Maar vooral inhoudelijk is het thuiswerken niet ideaal. Hij vindt het moeilijk in te schatten of hij zijn werk wel goed doet. 'Ik heb bepaalde capaciteiten, maar ik weet niet of het me nu lukt iedereen te laten zien dat ik ze heb.' Hij mist de feedback die op kantoor op een vanzelfsprekende manier komt. 'Doe ik mijn werk goed, maak ik voldoende uren? Ik weet het eigenlijk niet altijd.'

1.2.5 Functieleerpsychologie

Functieleer-
psychologen

Functieleerpsychologen onderzoeken de psychologische kenmerken en vermogens van mensen op het gebied van hun denken, voelen, bewegen, waarnemen, leren, geheugen en aandacht. Daarbij gaat het om het vaststellen van de precieze werking en aard van deze functies en om de omstandigheden die op deze werking van invloed zijn.

Functieleerpsychologie is een brede specialisatie. Een functieleerpsycholoog kan zich bijvoorbeeld bezighouden met de werking van het geheugen en zo kennis opdoen over de manier waarop mensen informatie opslaan en weer uit het geheugen ophalen. Dat heeft waardevolle kennis opgeleverd over de manier waarop leerlingen hun leerstof zodanig kunnen verwerken dat deze optimaal in het geheugen wordt opgeslagen, of hoe ouderen die vergeetachtig zijn getraind kunnen worden om hun geheugen te verbeteren. Ook kan een functieleerpsycholoog zich bezighouden met het vaststellen van iemands intelligentie, persoonskenmerken (karakter, persoonlijkheid), voorkeuren (voor opleiding of beroep) en mogelijkheden (kennis en vaardigheden). Op grond van de gevonden kenmerken kan dan bijvoorbeeld een voorspelling worden gedaan over succes in een beroep of in een opleiding.

VOORBEELD | Big Five-vragenlijst

Met de Big Five-vragenlijst kan iemands persoonlijkheid worden vastgesteld op vijf kenmerken:

- 1 extravert/introvert
- 2 inschikkelijkheid (meegaand versus onafhankelijkheid)
- 3 zorgvuldig/onzorgvuldig
- 4 emotioneel stabiel/instabiel (neurotisch)
- 5 openheid voor ideeën en ervaringen

Een belangrijk kenmerk van de Big Five is dat de scores op de karaktertrekken niet het ene of het andere uiterste representeren. Je bent bijvoorbeeld niet óf extravert óf introvert. De meeste mensen scoren er tussenin. De combinatie van alle persoonlijkheidseigenschappen levert eindeloos verschillende persoonlijkheden op. Elk kenmerk wordt gemeten met vijf vragen. Een voorbeeld van een vraag over emotioneel stabiel/instabiel is dat de persoon over zichzelf moet aangeven in welke mate zij/hij zenuwachtig of juist rustig is.

De scores op de Big Five-vragenlijst kunnen gebruikt worden om te bepalen of iemand geschikt is voor een bepaald beroep. Zo zal iemand die hoog scoort op neurotisch (nervus, gespannen) en hoog scoort op introvert (in zichzelf gekeerd) wellicht minder geschikt zijn om in de verpleging te werken dan iemand die hoog scoort op emotioneel stabiel en extravert (op anderen gericht).

1.2.6 Gezondheidspsychologie

Gezondheidspsychologen onderzoeken de relatie tussen de geestelijke en de lichamelijke gezondheid van mensen en de omstandigheden en gedragingen die daarop van invloed zijn. Ze zijn op zoek naar ziekmakende en gezondhoudende factoren. De kennis die dit oplevert kan gebruikt worden om gezondheidsprogramma's en adviezen te ontwikkelen en aan te bieden.

www.cbs.nl

Overgewicht bij jongeren en volwassenen neemt verder toe

Begin jaren tachtig was maar 27% van de bevolking te zwaar. In 2021 had de helft van de Nederlanders van 18 jaar en ouder overgewicht, waarvan 14% zelfs ernstig overgewicht (obesitas). Het percentage neemt toe met de leeftijd en is het hoogst tussen de 55 en 75 jaar. Overgewicht komt ook steeds meer voor bij jongeren en ook bij deze groep stijgt het percentage: van 11,5% bij 4-12 jaar tot 19% bij 16-20 jaar.

Bron: CBS (2022)

Overgewicht kan tot allerlei klachten leiden, zoals gewrichtspijn. Op de lange termijn krijgen te zware mensen vaker diabetes of hart- en vaatziekten dan mensen met een gezond gewicht. Om iets te doen aan hun gezondheid kunnen mensen gaan fitnessen. Fitnessen houdt in dat je traint door middel van lichaamsbeweging of oefent met toestellen voor het op peil houden van je lichamelijke conditie.

VOORBEELD | Fitnessen

Om de gezondheid van medewerkers in bedrijven te bevorderen zijn fitnessprogramma's ontwikkeld waaraan de medewerkers kunnen meedoen tijdens de middagpauze. Daarnaast wordt voorlichting gegeven over gezonde voeding en heeft men in de bedrijfskantine het assortiment aan voedingsartikelen aangepast.

De specialisaties die zijn beschreven geven een beperkt beeld van wat er allemaal is. In de afgelopen decennia zijn meer specialisaties tot ontwikkeling gekomen, zoals school- of onderwijspsychologie, omgevingspsychologie, sportpsychologie, godsdienstpsychologie, interculturele psychologie, neuropsychologie en rechtspsychologie.

1.3 Onderzoek in de psychologie

In de openingscasus hebben we laten zien dat een klinisch psycholoog wordt gevraagd om een forensisch onderzoek te doen. Dit onderzoek moet een antwoord geven op de volgende vragen:

- Heeft de gearresteerde jongen een psychische stoornis?
- Heeft deze stoornis een rol gespeeld bij het delict (roofoverval met geweld)?
- Kan deze stoornis tot herhaling van het delict leiden?

Deze vragen laten zien dat onderzoek gericht kan zijn op verschillende doelen.

1.3.1 Doelen van onderzoek

Beschrijvend

De klinisch psycholoog zal eerst moeten vaststellen of de gearresteerde jongen een psychische stoornis heeft. Hij zal dat doen door de jongen te ondervragen en te observeren. Bovendien zal hij nagaan of de jongen een strafblad heeft en zal hij de jongen enkele tests laten doen. Dit deel van zijn onderzoek is beschrijvend van aard. In beschrijvend onderzoek gaat het om zaken als de aard van de gedragingen (soort, hoeveelheid, intensiteit) en de opvattingen, houdingen, voorkeuren en mogelijkheden van een persoon. Bovendien gaat het om het beschrijven van het karakter (persoonlijkheid) of de stoornis van een persoon. In dit laatste geval gaat het om het plaatsen van een persoon in een categorie, bijvoorbeeld in de categorie 'psychotische stoornis'. Er vindt dan een classificatie plaats.

Classificatie

VOORBEELD | Hij kan maar niet stilzitten

Een leerkracht op een basisschool heeft een erg onrustige leerling in zijn groep. Deze leerling kan zich moeilijk concentreren en is niet in staat om langer dan enkele minuten stil te zitten. De leerprestaties van de leerling zijn behoorlijk onder de maat. De leerkracht weet niet goed raad met de situatie en stelt in overleg met de ouders van de leerling voor om een psycholoog te raadplegen. Deze stelt voor om na te gaan of er wellicht sprake is van aandachtstekort of hyperactiviteit (ADHD) bij de leerling.

Om te kunnen vaststellen of er sprake is van ADHD vraagt de psycholoog aan de leerkracht om de AVL-vragenlijst in te vullen. Dit is een vragenlijst waarmee het aandachtstekort en de hyperactiviteit van de leerling kan worden gemeten. De leerkracht beantwoordt achttien vragen (items) over het gedrag van de leerling. Het invullen duurt ongeveer 15 minuten. De antwoorden worden gescoord op een vijfpuntsschaal die loopt van 'niet of nauwelijks' tot en met 'zeer vaak'.

Voorbeelden van observatiepunten zijn:

- Is voortdurend in actie, alsof hij/zij gedreven wordt door een motor.
- Heeft moeite met blijven zitten als dat nodig is.
- Gooit het antwoord eruit voordat de vraag is afgemaakt.
- Heeft moeite langere tijd de aandacht bij taken of spel te houden.
- Praat aan één stuk door.
- Is vergeetachtig.

Het invullen van deze vragen levert een beschrijving op van de gedragingen van de leerling. Door die beschrijving te vergelijken met de normscore van leeftijdsgenoten kan worden vastgesteld in welke mate er sprake is van aandachtstekort en/of hyperactiviteit, en is de leerling wellicht te classificeren als iemand met ADHD.

Verklaren

Onderzoek kan ook bedoeld zijn om te verklaren. Het gaat dan niet meer om het 'wat', maar om het 'waardoor'. In dit soort onderzoek gaat het om het achterhalen van de oorzaken van gedrag.

Voorspellen

Hypothese

Als de oorzaken zijn vastgesteld, dan is het in een bepaalde mate ook mogelijk om gedrag te voorspellen. Dit gebeurt in de vorm van een hypothese. Een hypothese is een veronderstelling over de samenhang tussen bepaalde verschijnselen en kan bijvoorbeeld als volgt luiden: 'naarmate mensen meer sporten zullen ze minder gezondheidsklachten hebben'. Deze hypothese wordt afgeleid uit de kennis die is verzameld over de relatie tussen sporten en gezondheid. Het vaststellen van de invloed van een bepaalde situatie op het gedrag van mensen is mogelijk door het opzetten van een experiment. In experimenteel onderzoek worden mensen in verschillende situaties geplaatst, waarbij gekeken wordt of deze verschillende situaties ook tot verschillend gedrag leiden. Enkele jaren geleden was er een discussie gaande over de klassengrootte (het aantal kinderen in een groep) binnen het onderwijs. Sommige mensen waren ervan overtuigd dat leerlingen in kleinere klassen beter zouden presteren dan leerlingen in grotere klassen. Om dit te kunnen onderzoeken werd een experiment opgezet, waarin leerlingen werden ingedeeld in klassen van verschillende grootte en waarbij na een jaar hun leerprestaties in verschillende vakken werden gemeten. Hierdoor was het mogelijk om de invloed van de klassengrootte op de prestaties van leerlingen vast te stellen.

Wij-leren.nl 22 maart 2022

Wat zijn de effecten van klassenverkleining in het voortgezet onderwijs?

Positieve effecten op de leerprestaties van klassenverkleining zijn voornamelijk gevonden bij leerlingen op de basisschool. Voor zover effecten op prestaties zijn aangetoond in het voortgezet onderwijs, zijn die erg klein. Positieve effecten van klassenverkleining op gedrag, actieve betrokkenheid en welbevinden van leerlingen in het voortgezet onderwijs zijn niet gevonden.

De effecten zijn het meest merkbaar bij leerlingen uit gezinnen met een laag inkomen, zo blijkt uit een buitenlandse studie. De ervaring van docenten kan ook een verschil maken voor het effect van klassenverkleining. Vooral voor beginnende leraren is lesgeven in kleine klassen effectiever.

Effecten van ingrepen

Tot slot kan onderzoek ook gericht zijn op het vaststellen van de effecten van ingrepen. Zo kan worden nagegaan of een specifieke behandeling op school van kinderen met ADHD leidt tot minder aandachtstekort en daarmee tot betere prestaties. De overheid probeert met haar Postbus 51-spotjes op de televisie de burgers te bewegen tot ander gedrag, zoals beter gedrag in het verkeer of ten aanzien van het energieverbruik. Om te kunnen nagaan of de vele vormen van voorlichting tot het beoogde effect leiden, worden effectmetingen verricht. Ook allerlei vormen van therapie of allerlei vormen van voedingsprogramma's ter bevordering van de gezondheid worden onderzocht op hun effecten.

NRC Handelsblad 15 november 2013

Onderzoek naar voeding is vaak 'te mooi om waar te zijn'

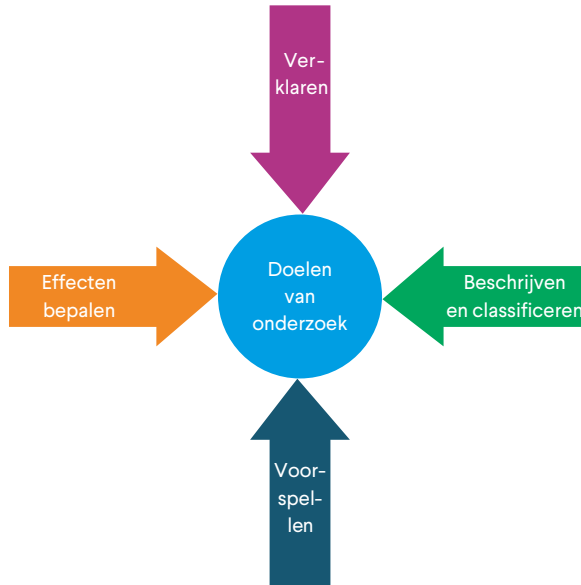
Door onze redactie Wetenschap

Amsterdam – Veel resultaten van onderzoek naar voeding en gezondheid zijn 'totaal ongeloofwaardig'. De uitkomsten zijn vaak 'te mooi om waar te zijn'. Dat schrijft epidemioloog John Ioannides in een gisteren gepubliceerd commentaar in het *British Medical Journal*. Stanfordhoogleraar Ioannides is berucht om zijn harde, maar onderbouwde kritiek op slecht uitgevoerd medisch onderzoek. Nu richt hij zijn pijlen op het voedingsonderzoek.

Ioannides schrijft dat er met onderzoek naar ondervoeding en naar de belangrijkste voedingsbestanddelen weinig mis is. Hij hekelt het vele onderzoek, gepubliceerd in goede wetenschappelijke tijdschriften, 'dat suggereert dat we met een paar porties per dag van één voedingsmiddel de dreiging van kanker kunnen halveren.' Het gaat bijvoorbeeld om onderzoek naar noten, groenten, chocola en vruchten. In werkelijkheid is het effect meestal kleiner dan 5 procent.

De verschillende doelen van onderzoek zijn nog eens weergegeven in figuur 1.1.

Figuur 1.1
Doelen van
onderzoek



1.3.2 Meetmethoden

Psychologen maken gebruik van diverse methoden om gedragingen, eigenschappen of opvattingen van mensen te meten. In de openingscasus hebben we beschreven hoe de psycholoog een beeld probeert te krijgen van de toestand van de jongen. Hij doet dat door zijn gedrag te observeren, door hem te ondervragen en door hem te testen. Het gebruikmaken van verschillende methoden om een geval te onderzoeken wordt triangulatie genoemd. De verschillende metingen moeten gegevens opleveren die elkaar aanvullen, ondersteunen of juist tegenspreken. Dit moet de psycholoog helpen om een compleet en betrouwbaar beeld van de onderzochte persoon te krijgen.

Triangulatie

In de psychologie worden de volgende methoden van gegevensverzameling gebruikt: observeren, interviewen, vragenlijsten, tests, fysiologische metingen en documentenstudie.

Observeren

Observatie

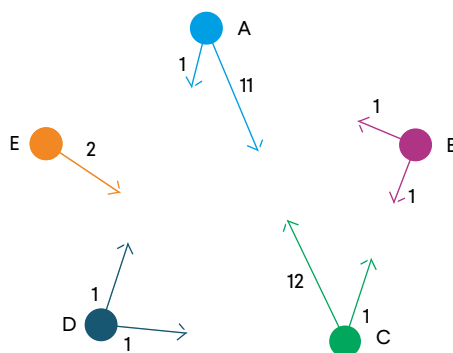
Door observatie kan een beeld gekregen worden van de gedragingen die mensen vertonen in uiteenlopende situaties. Observatie door een psycholoog is zelden willekeurig van aard. In de meeste gevallen is sprake van systematische observatie, waarbij gebruikgemaakt wordt van een observatieschema. In dit schema is vastgesteld naar welke verschijnselen

(gedragingen) gekeken wordt en hoe die worden gescoord (bijvoorbeeld op hoeveelheid, frequentie of intensiteit).

VOORBEELD | Wie voert het hoogste woord?

In teams waarin werkoverleg en besluitvorming plaatsvindt, doet lang niet elk teamlid evenveel aan het gesprek mee. Uit observaties is gebleken dat die ongelijke inbreng al vrij snel tijdens de eerste bijeenkomst van een team ontstaat en daarna zo blijft. Het zijn steeds dezelfde teamleden die het meest inbrengen en dezelfde teamleden die weinig zeggen. Inbreken in dit patroon is heel moeilijk. Door systematische observatie kan worden vastgesteld hoe dit patroon van ongelijke inbreng eruitziet en gehandhaafd wordt. De observator maakt gebruik van een observatieschema waarin de teamleden zijn aangegeven zoals ze rond de tafel zitten. Telkens als een teamlid iets zegt wordt dat gescoord, waarbij met een pijl wordt aangegeven tot wie het teamlid zich richt. Na verloop van tijd wordt duidelijk hoeveel ieder teamlid inbrengt in de bespreking. Ook wordt duidelijk dat de teamleden die het meest inbrengen vooral het woord tot elkaar richten (zie figuur 1.2).

Figuur 1.2
Richting in communicatie tussen groepsleden



A en C overheersen dit gesprek.

De scores in figuur 1.2 laten zien dat A en C niet alleen het meest inbrengen en daarmee het overleg overheersen, maar ook dat zij zich nagenoeg uitsluitend tot elkaar richten en daarmee de rest van de groepsleden buitenspel zetten.

Bij observeren moet altijd bedacht worden dat mensen zich geobserveerd kunnen voelen en dat ze daardoor niet hun natuurlijk gedrag vertonen. Pas als de persoon enigszins gewend is aan de aanwezigheid van de observator zal hij daardoor minder worden beïnvloed. Om invloed van de observator op de situatie te vermijden wordt ook wel van een *one-way screen* gebruikgemaakt. Hierbij is slechts een gedeelte van de wand van een ruimte van buitenaf doorzichtig. De observator kan daardoor kijken

Natuurlijk
gedrag

One-way
screen

naar wat er in die ruimte gebeurt zonder zelf gezien te worden. Dit wordt bijvoorbeeld toegepast om te kunnen observeren hoe een verzorger of verzorgster met zijn of haar kind omgaat.

VOORBEELD | De leraar is niet objectief

Uit onderzoek is gebleken dat leerkrachten, zonder dat ze zich daarvan bewust zijn, anders omgaan met zwakke leerlingen dan met slimme leerlingen. Dit blijkt bijvoorbeeld uit de manier waarop een leerkracht reageert op een leerling aan wie hij een vraag heeft gesteld. Als een zwakke leerling, van wie de leerkracht geen hoge pet op heeft, aarzelt bij het beantwoorden van een geschiedenisvraag, denkt de leerkracht al gauw dat deze leerling het niet weet of niet heeft opgelet. De beurt wordt dan snel aan een andere leerling gegeven. Als een slimme en ijverige leerling bij dezelfde vraag ook aarzelt met antwoord geven, denkt de leerkracht eerder dat deze leerling het antwoord wel weet, maar even een geheugensteuntje nodig heeft. Dit wordt dan door de leerkracht gegeven, wat ertoe leidt dat die leerling het goede antwoord geeft.

Leerkrachten kunnen iets over hun eigen selectieve gedrag leren door een les (of meerdere lessen) te filmen. Vervolgens geeft de psycholoog aan de leerkracht de opdracht om het eigen gedrag systematisch te observeren en de specifieke kenmerken daarvan te scoren. Zo kan de leerkracht zelf zien hoe zijn veronderstellingen over leerlingen zijn eigen gedrag bepalen, en is het vervolgens mogelijk om dit gedrag te veranderen. Het scoren van gedrag door observeren lijkt op het eerste gezicht een vrij eenvoudige zaak, maar dat is lang niet altijd het geval.

VOORBEELD | Observeren

Om te kunnen nagaan hoe vaak een leerkracht zijn leerlingen priist of kritiek geeft, werd besloten om twee observatoren gedurende een uur te laten kijken naar het gedrag van de leerkracht tijdens de les. Iedere keer wanneer de leerkracht iemand prees of iemand kritiek gaf, moesten beide observatoren dit aankruisen op een observatieformulier. Na het lesuur vergeleken de twee observatoren hun scores op het observatieformulier. Daaruit bleek dat de ene observator meer scores had aangekruist bij 'prijzen' en minder bij 'kritiek leveren' dan de andere.

Betrouwbaarheid

Inter-
beoordelaars-
betrouwbaarheid

Deze bevindingen laten zien dat observeren niet altijd een even betrouwbare methode is. De betrouwbaarheid van een observatie-instrument is groot als verschillende beoordelaars die naar dezelfde situatie kijken tot dezelfde scores komen. Deze vorm van betrouwbaarheid wordt interbeoordelaarsbetrouwbaarheid genoemd. Toen na afloop werd onderzocht waarom de ene observator een hogere score had gegeven aan het prijen door de leerkracht, kwam naar voren dat die observator de reactie 'ja, oké' van de leerkracht als 'prijzen' had gescoord en de andere observator niet.

De interbeoordelaarsbetrouwbaarheid van een observatie-instrument kan als volgt worden vergroot:

- Omschrijf de te scoren gedragingen zo concreet mogelijk. Globale categorieën zoals 'geeft blijk van vertrouwen' of 'gedraagt zich onzeker' moeten vermeden worden, want die zijn voor meerdere uitleg vatbaar.
- Train de observatoren voorafgaand aan het onderzoek in het gebruik van het scoreformulier, om verschillen in scores te kunnen bespreken en om overeenstemming te bereiken over welk gedrag in welke categorie gescoord moet worden.

Interviewen

Interview

In een interview worden mensen ondervraagd. De psycholoog in de openingscasus begint met het vragen naar de achtergrond van de jongen. Bij deze ondervraging kunnen open en gesloten vragen gebruikt worden. Bij

Open vraag

een open vraag bepaalt de ondervraagde zelf wat voor soort antwoord gegeven wordt. Een open vraag aan de jongen kan bijvoorbeeld zijn: 'Vertel eens iets meer over je ervaringen op de basisschool.' Daarbij is doorvragen mogelijk, zoals: 'En hoe voelde je je toen dat gebeurde?' Interviewen verschaft hierdoor bij uitstek de mogelijkheid om een genuanceerd en complex beeld te krijgen van de ondervraagde persoon. Bij een gesloten vraag

Gesloten vraag

kan de ondervraagde niet zelf een antwoord bepalen, maar moet hij kiezen uit een beperkt aantal antwoordcategorieën dat door de interviewer is opgesteld. Een voorbeeld van een gesloten vraag is: 'Waar doet u uw boodschappen?', waarbij de ondervraagde alleen kan kiezen uit de antwoorden 'supermarkt', 'buurtwinkel' en 'markt'.

Bij interviewen gaat het niet alleen om het meten van gedrag, maar ook om het achterhalen van de wensen, opvattingen, voorkeuren, houdingen en gevoelens van een persoon. Zo is bijvoorbeeld door interviewen te achterhalen hoe iemand denkt over allerlei zaken, zoals politiek, oorlog, normen en waarden, veiligheid, opvoeding of onderwijs.

Bij de open vragen in een interview zal de interviewer moeten vaststellen wat de ondervraagde beweert of bedoelt. Dit is lastiger naarmate de ondervraagde breedsprakeriger is of warrige antwoorden geeft. Dat kan leiden tot selectieve waarneming en beoordeling van de gegeven antwoorden. De interviewer kan dit voorkomen door het gegeven antwoord steeds samen te vatten in zijn eigen woorden. Hij geeft daarmee aan wat hij denkt dat de essentie van het antwoord is, en hij vraagt aan de ondervraagde of de samenvatting (of het oordeel) een juiste weergave is van wat de ondervraagde heeft bedoeld.

Selectieve
waarneming en
beoordeling

Vragenlijsten

Vragenlijsten

Bij grootschalig onderzoek zal interviewen te tijdrovend zijn. Dit is op te lossen door gebruik te maken van vragenlijsten met gesloten vragen die

gemakkelijk zijn in te vullen. Bovendien moet de onderzoeker de ingevulde vragenlijsten gemakkelijk kunnen verwerken. Vragenlijstonderzoek kan plaatsvinden door de vragenlijst aan mensen voor te leggen, op te sturen of via internet aan te bieden.

VOORBEELD | Hoe meet je burn-out?

Uitval van leerkraften door ziekte of burn-out (opgebrand zijn) is een groot probleem in het onderwijs. De afgelopen decennia is veel onderzoek gedaan naar de oorzaken van burn-out. Burn-out wordt gemeten met een vragenlijst die onder andere de mate van uitputting van de persoon meet. De mate van uitputting wordt met de volgende vragen gemeten:

- Ik voel me mentaal uitgeput door mijn werk.
- De hele dag met mensen werken vormt een zware belasting voor mij.
- Ik voel me aan het eind van mijn latijn.
- Aan het eind van een werkdag voel ik mij leeg.
- Ik voel me vermoeid als ik 's morgens opsta en er weer een werkdag voor me ligt.
- Ik voel me opgebrand door mijn werk.
- Ik voel me gefrustreerd door mijn baan.
- Ik denk dat ik mij te veel inzet voor mijn werk.

De vragen kunnen gescoord worden met antwoordcategorieën op een meerpuntsschaal die varieert van 'geheel mee eens' tot en met 'geheel mee oneens'.

Opiniepeilingen Vragenlijsten worden ook gebruikt voor opiniepeilingen waarin bijvoorbeeld wordt nagegaan hoe mensen denken over de veiligheid in de buurt, of over bezuinigingen in de zorg, of op welke partij mensen van plan zijn om te gaan stemmen. Onderzoeksbureaus die opiniepeilingen verrichten, maken meestal gebruik van een vaste groep mensen die ze kunnen ondervragen. Tegenwoordig worden die mensen via de elektronische weg benaderd en wordt aan hen verzocht om enkele (gesloten) vragen te beantwoorden. Op deze manier kan bijvoorbeeld snel worden vastgesteld hoeveel procent van de ondervraagden voor of tegen een voorstel van de regering is.

Steekproef Hoe groter de steekproef van mensen die worden ondervraagd is en hoe
Representatief meer die steekproef representatief is voor de Nederlandse bevolking, hoe betrouwbaarder het beeld van de gemeten opvattingen van de gehele Nederlandse bevolking is. Als bij een kleine steekproef – bijvoorbeeld van 500 mensen – is vastgesteld dat 25% op de PVV zal stemmen, zal de foutmarge behoorlijk hoog zijn. Er moet dan aangegeven worden dat er bijvoorbeeld een foutmarge van 5% naar beneden en naar boven is. Het feitelijk stemgedrag zal daarom liggen tussen de 20 en 30% voor de PVV. Wanneer

3.000 mensen zijn ondervraagd, is de foutmarge aanmerkelijk kleiner (bijvoorbeeld slechts 1%).

Betrouwbaarheid

De betrouwbaarheid van de meting door interviewen, vragenlijsten en opiniepeilingen staat of valt met de mate waarin de personen die de vragenlijst invullen een goed beeld van zichzelf verschaffen. De volgende zaken kunnen de betrouwbaarheid ondermijnen:

- gebrek aan zelfkennis of zelfoverschatting
- de neiging van mensen om zich beter voor te doen dan ze zijn (zelfpresentatie)
- de neiging om sociaal wenselijke antwoorden te geven

VOORBEELD | Wie kent zichzelf?

Aan managers die ten opzichte van elkaar gelijke posities bekleden in een organisatie werd gevraagd om zichzelf een score te geven op verschillende persoonlijke kwaliteiten. Met deze score moesten ze aangeven hoe ze presteerden ten opzichte van het gemiddelde niveau van hun collega-managers. Ze konden scoren van 'minder goed' via 'net zo goed' tot 'beter'. Uit de resultaten bleek dat niemand zich minder goed voelde dan het gemiddelde niveau van zijn collega's en dat er uitsluitend gescoord werd met 'net zo goed' en 'beter'. Feitelijk is het echter niet mogelijk dat iedereen net zo goed of beter is dan anderen.

Zelf-overschatting

Zelfpresentatie

Uit het beschreven onderzoek blijkt dat een deel van de ondervraagde managers geen betrouwbaar beeld van zichzelf had gegeven. In dit geval hebben ze zich beter voorgedaan dan ze zijn. Dat kan worden veroorzaakt door zelfoverschatting of door de wens om zichzelf beter voor te doen dan in werkelijkheid het geval is. In het laatste geval is sprake van zelfpresentatie.

Sociaal wenselijke antwoorden

Bij het interview of de opiniepeiling kan de persoon van de interviewer van invloed zijn op de antwoorden die gegeven worden. De geïnterviewde zal door de aanwezigheid van de interviewer niet altijd het achterste van zijn tong laten zien en bijvoorbeeld sociaal wenselijke antwoorden geven. Als iemand ondervraagd wordt over discriminerend gedrag en de ondervraagde denkt dat zulk gedrag niet positief overkomt, zal hij geen eerlijk antwoord geven.

Zelfrapportage

Bij het invullen van persoonlijkheidsvragenlijsten moet de ondervraagde een beeld geven van de eigenschappen die hij of zij bezit. Het gaat hierbij om zelfrapportage. In deze situatie kan de ondervraagde een vertekend beeld van zichzelf geven als hij een gebrekkige zelfkennis heeft of, zoals we eerder hebben aangegeven, zichzelf beter wil voordoen. In het eerste geval wordt door de ondervraagde niet bewust een verkeerd beeld gegeven. In het laatste geval geeft de persoon die wordt ondervraagd wél bewust een ander beeld van zichzelf. Dit is bijvoorbeeld het geval als de persoon rekening houdt met het doel van het onderzoek en op grond daarvan bepaalt

welke antwoorden gunstig voor hem zijn. Iemand die ondervraagd wordt in een selectieprocedure zal een inschatting kunnen maken van de eisen die aan hem gesteld worden en die eisen laten meewegen in de antwoorden die hij geeft.

Een combinatie van verschillende metingen zal kunnen leiden tot een betrouwbaarder beeld van de persoon. Zo zal een zelfrapportage over de eigen prestaties of kwaliteiten van een medewerker moeten worden aangevuld met bijvoorbeeld het oordeel van collega's of de leidinggevende over deze medewerker.

Tests

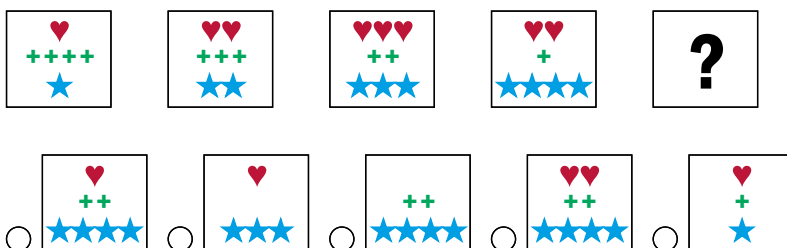
Tests

Met behulp van tests kunnen de eigenschappen van mensen worden vastgesteld. Te denken valt aan vaardigheidstests, zoals een IQ-test (intelligentietest), een precisietest, een schoolvorderingstest (Cito-toets) een snelheidstest, een sporttest of een beroepentest.

VOORBEELD | IQ-testvragen

Met een IQ-test kunnen vaardigheden gemeten worden, zoals ruimtelijk inzicht, taalbeheersing en rekenvaardigheden. Hierna volgen enkele opdrachten die kenmerkend zijn voor een IQ-test.

- Welk van de onderstaande woorden heeft ongeveer dezelfde betekenis als het woord 'geruststellend'?
 - medelevend
 - rustgevend
 - uitleggend
 - bemoeizuchtig
- Welk cijfer volgt logischerwijs op de reeks 4 - 6 - 9 - 6 - 14 - 6 - ...?
 - 6
 - 17
 - 19
 - 21
- Welke van de volgende figuren moet logischerwijs op de plaats van het vraagteken staan in de bovenste reeks?



Tests worden vaak gebruikt om toekomstig succes in een opleiding of beroep te kunnen voorspellen. Als duidelijk is welke vaardigheden vereist zijn om een bepaald beroep goed te kunnen uitoefenen, kunnen tests gebruikt worden om personen te selecteren die deze noodzakelijke vaardigheden in voldoende mate bezitten.

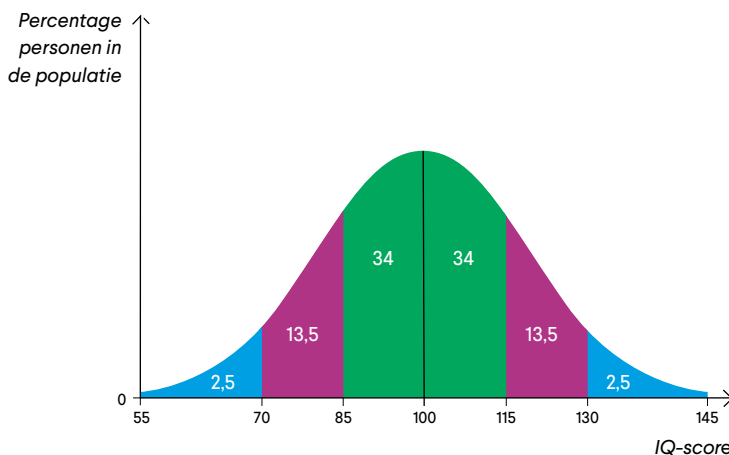
In de openingscasus laat de psycholoog de jongen enkele tests invullen om vast te stellen of deze jongen aan een gedragsstoornis lijdt. Dit is af te leiden uit de scores die behaald worden. Bij veel tests is in de loop van de jaren een beeld ontstaan van de verdeling van de scores bij de Nederlandse bevolking. De scores hebben de vorm van een normaalverdeling (zie figuur 1.3).

Normaal-
verdeling

In figuur 1.3 is de normaalverdeling van de scores op een IQ-test weergegeven met daarbij de percentages mensen binnen een bepaalde range. Hieruit blijkt bijvoorbeeld dat 68% van de Nederlandse bevolking scoort tussen 85 en 115. Slechts 16% scoort boven de 115 en beneden de 85. Door een dergelijke normering van de scores op een test vast te stellen, is vervolgens goed te bepalen hoe laag of hoog een persoon scoort ten opzichte van anderen.

Normering

Figuur 1.3
Verdeling van
intelligentie
(IQ-scores)



Bron: Brysbaert (2006, p 490)

Fysiologische metingen

Fysiologische
metingen

In fysiologische metingen worden zaken gemeten als hersengolven, activiteiten van diverse delen van de hersenen, de reactie van de huid op emoties, de overdracht van signalen tussen zenuwen en de productie van verschillende hormonen.

VOORBEELD | Fysiologische meting

Door fysiologische meting is vastgesteld dat personen die in een stressvolle situatie terechtkomen twee fysiologische reacties vertonen. De onmiddellijke reactie op stress bestaat uit de activering van het sympathisch zenuwstelsel, waardoor noradrenaline en adrenaline worden geproduceerd en in de bloedbaan worden losgelaten. Dit zorgt ervoor dat extra energie beschikbaar komt, die de alertheid van de persoon in de stresssituatie verhoogt. Tegelijkertijd wordt een tweede reactie in gang gezet, want het grote energieverbruik bij die alertheid kan maar een beperkte tijd worden volgehouden. Met deze tweede reactie wordt het hormoon ACTH in de bloedbaan losgelaten en dat zorgt voor meer cortisol. Cortisol regelt dat er voldoende energie beschikbaar blijft.

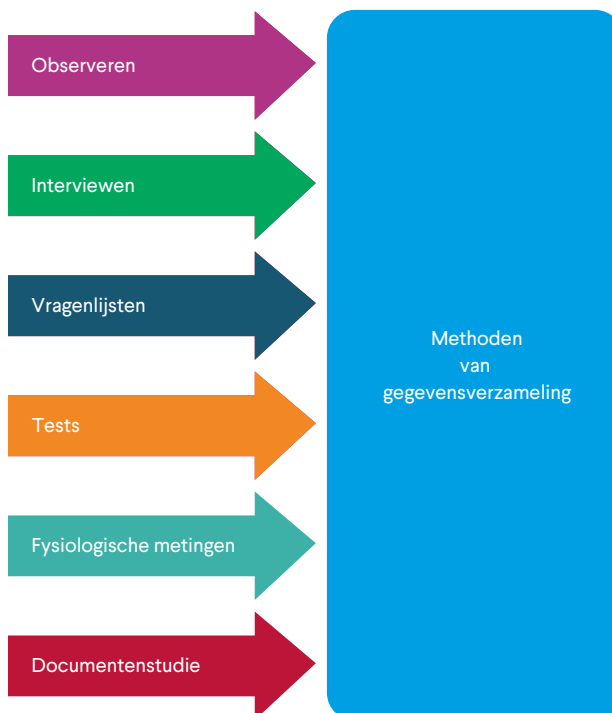
Documenten-
studie

Documentenstudie

In een documentenstudie wordt gebruikgemaakt van geschreven bronnen over een persoon of situatie. Wanneer er al een dossier bestaat van een jongen die onderzocht wordt (bijvoorbeeld omdat de jongen enige tijd in een tehuis heeft gezeten, al eerder is onderzocht of al eerder met justitie in aanraking is geweest), dan kan dat dossier als aanvullende bron van informatie gebruikt worden.

De verschillende methoden van gegevensverzameling zijn nog eens weer-gegeven in figuur 1.4.

Figuur 1.4
Methoden van
gegevens-
verzameling



1.3.3 Vormen van onderzoek

Diverse vormen van onderzoek zijn te onderscheiden, zoals de gevalsstudie, het survey-onderzoek en het experiment.

Gevalsstudie

Gevalsstudie

Bij een diepgaande bestudering van een persoon, groep of organisatie wordt ook wel van een gevalsstudie gesproken. De bestudering van de jongen in de openingscasus is een gevalsstudie, evenals de bestudering van een groep of een organisatie om bijvoorbeeld te kunnen achterhalen welke problemen er zijn in de samenwerking.

VOORBEELD | Hoe kon het zo gebeuren?

Nadat Ahold bijna ten onder was gegaan aan het ongebreideld opkopen van andere supermarktketens hebben verschillende onderzoekers onderzocht hoe dit kon gebeuren. Ze bestudeerden de voorgeschiedenis, de financiële gang van zaken, de manier waarop het bedrijf werd bestuurd en de manier waarop besluiten werden genomen.

Triangulatie

Bij een gevalsstudie kunnen meerdere methoden om gegevens te verzamelen worden gebruikt, zoals observatie, interviewen, vragenlijsten en documentenstudie. Het gebruik van meerdere methoden van dataverzameling wordt triangulatie genoemd. Het voordeel hiervan is dat de gegevens uit de verschillende metingen elkaar kunnen aanvullen en kunnen leiden tot een beter beeld van wat er aan de hand is of van wat er heeft plaatsgevonden.

Survey-onderzoek

Survey-onderzoek

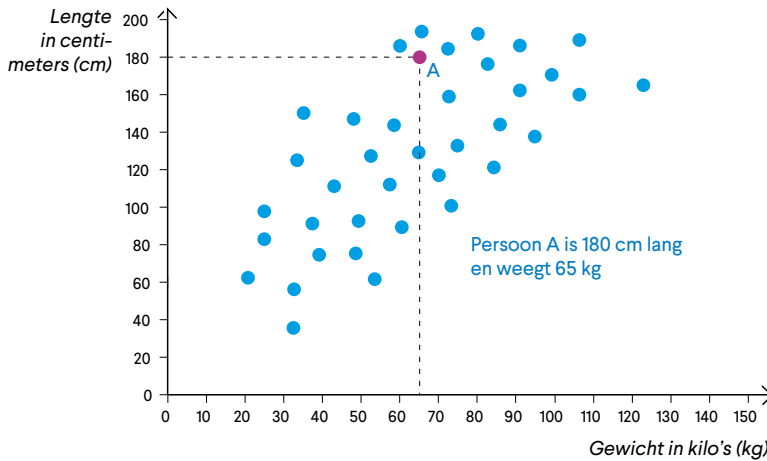
Van een survey-onderzoek is sprake als grote aantallen personen onderzocht worden met vragenlijsten, waarbij wordt nagegaan of er sprake is van een samenhang tussen bepaalde factoren, bijvoorbeeld tussen de aard van het werk en de arbeidstevredenheid.

Correlatie

De sterkte van de samenhang tussen twee verschijnselen wordt weergegeven met een maat die correlatie (r) wordt genoemd. De sterkte van de samenhang kan variëren van $r = +1.00$ tot $r = -1.00$, met in het midden $r = 0.00$. Als er een positieve correlatie (r) wordt gevonden, bijvoorbeeld $r = +0.65$ (zie figuur 1.5), dan betekent dit: als de ene factor (lengte) toeneemt, dan neemt de andere factor (gewicht) ook toe.

Figuur 1.5

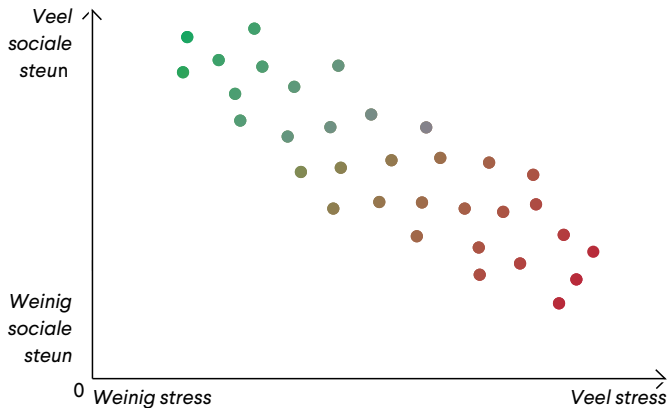
Positieve relatie
tussen gewicht
en lengte



Als er een negatieve r -waarde wordt gevonden, bijvoorbeeld $r = -0.35$ (zie figuur 1.6), dan betekent dit: als de ene factor toeneemt (sociale steun van collega's), dan neemt de andere factor af (stress op het werk).

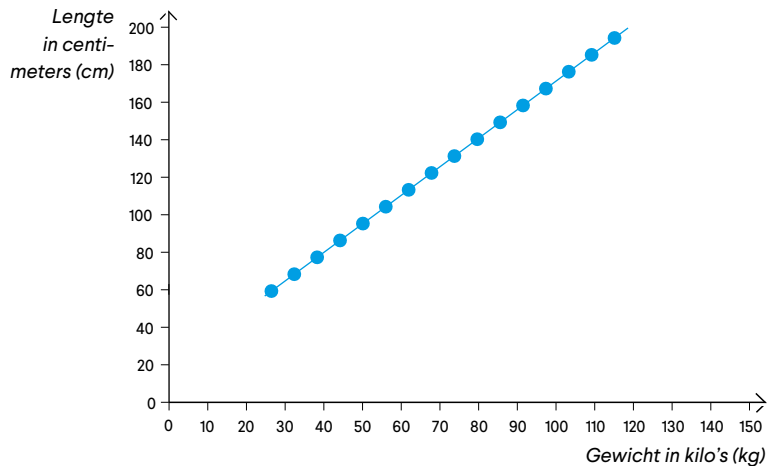
Figuur 1.6

Negatieve relatie
tussen sociale
steun en stress
op het werk



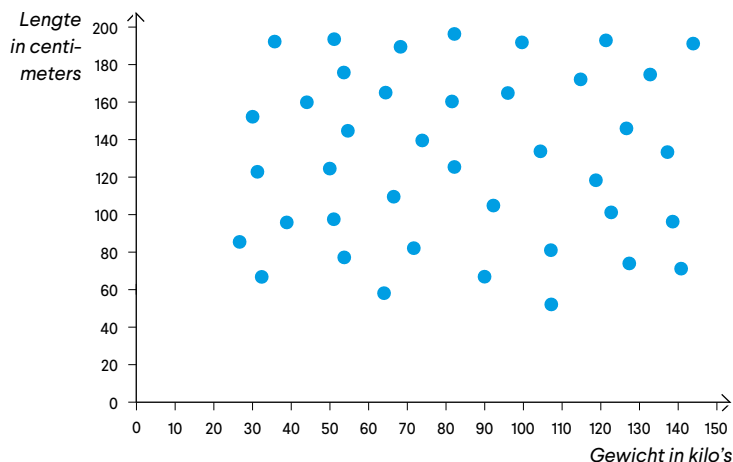
Hoe hoger de correlatie in positieve of negatieve zin, hoe sterker twee factoren met elkaar samenhangen. Bij een correlatie van $r = 1.00$ is er een perfecte en positieve samenhang tussen twee factoren (zie figuur 1.7). De perfecte correlatie tussen gewicht en lengte is te zien aan het feit dat alle meetpunten op een rechte lijn liggen. In dat geval zal uit de meting van de lengte van een persoon direct het juiste gewicht kunnen worden afgeleid.

Figuur 1.7
 Perfecte
 samenhang
 tussen gewicht
 en lengte



Er is geen samenhang als de correlatiewaarde $r = 0.00$ is (zie figuur 1.8). Het gebrek aan samenhang is te zien aan het feit dat de metingen niet meer op een rechte lijn liggen, maar willekeurig verspreid zijn. Uiteraard is er wel sprake van een zekere samenhang tussen lengte en gewicht van personen, maar deze samenhang is niet perfect. Iemand die klein is, kan behoorlijk dik zijn en net zoveel wegen als iemand die groot, maar mager is. Echter, door de bank genomen zal er, als de meting over een groot aantal personen is verricht, wel sprake zijn van een matige en positieve samenhang tussen lengte en gewicht. Dit betekent dat de r -waarde ergens tussen 0.40 en 0.60 zal liggen. Veel onderzoek is gericht op de samenhang tussen verschijnselen. Daarom is enig begrip ten aanzien van de sterkte van die samenhang vereist.

Figuur 1.8
 Geen relatie
 tussen gewicht
 en lengte



VOORBEELD | Te hoge eisen aan jezelf stellen

Er is veel onderzoek verricht naar de oorzaken van burn-out (opgebrand zijn) bij werkende mensen. Hieruit is naar voren gekomen dat mensen die hun werk erg goed willen doen en hoge eisen aan zichzelf stellen, meer risico lopen op burn-out dan mensen die niet zulke hoge eisen aan zichzelf stellen. Ook is gevonden dat de aard van het werk en de werkomstandigheden samenhangen met het ontstaan van een burn-out. Zo worden er bijvoorbeeld correlaties van 0.35 tot 0.45 gevonden tussen werkdruk en burn-out.

Twee kanttekeningen moeten worden gezet bij het gebruik van correlatie als maat voor de sterkte van de samenhang tussen verschijnselen:

- | | |
|-----------------|--|
| Significant | 1 Bij correlatieonderzoek wordt altijd aangegeven of de gevonden samenhang significant is. Dat wil zeggen: of de gevonden samenhang in het onderzoek niet op toeval berust. Een heel kleine samenhang kan echter al significant zijn, als de onderzoekspopulatie maar groot genoeg is. De significante samenhang is dan eigenlijk nietszeggend. Beter is het om te kijken naar de relevantie van de samenhang. Als er bijvoorbeeld een significant verschil tussen jongens en meisjes is gevonden op bepaalde vaardigheden (zoals ruimtelijk inzicht of leerprestaties), dan moet je de vraag stellen of dat verschil groot genoeg is om relevant te zijn. |
| Relevantie | |
| Causale relatie | 2 Bij correlatieonderzoek wordt vaak ten onrechte geconcludeerd dat er sprake is van een causale relatie (oorzakelijk verband) tussen de verschijnselen die gemeten zijn. Dit oorzakelijk verband kan echter niet worden vastgesteld door correlatieonderzoek. |

VOORBEELD | Wat is oorzaak en wat is gevolg?

In veel onderzoeken is gevonden dat er een significante positieve correlatie bestaat tussen de cohesie in een sportteam en de prestaties van dat team. Ten onrechte wordt hieruit geconcludeerd dat een hoge cohesie leidt tot hoge teamprestaties. Die conclusie mag echter niet getrokken worden. Het is immers ook mogelijk dat het succes van een sportteam leidt tot betere onderlinge relaties en tot een hogere cohesie. Zodra het wat meer tegenzit en de prestaties tegenvallen, zullen de onderlinge verwijten toenemen en zal de cohesie afnemen.

Experiment

- | | |
|------------|---|
| Experiment | Van een experiment is sprake als mensen of groepen in verschillende situaties worden geplaatst om te kunnen bekijken of die situaties van invloed zijn op hun gedragingen of opvattingen. Met experimenteel onderzoek is het, in tegenstelling tot correlatief onderzoek, wél mogelijk om de causale relatie tussen verschijnselen vast te stellen. |
|------------|---|

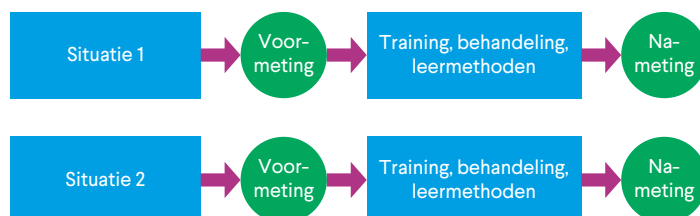
Op grond van verschillende theorieën veronderstelt men dat de klassengrootte van invloed is op de leerresultaten van leerlingen. Op basis hiervan

Hypothese

is een hypothese opgesteld. Deze hypothese luidt: 'Hoe kleiner de klassengrootte is, hoe beter het leerresultaat van de leerlingen zal zijn.' Deze hypothese kan worden onderzocht en getoetst met experimenteel onderzoek. In een experiment worden situaties (condities) zodanig opgesteld dat ze van elkaar verschillen, zodat kan worden nagegaan of die verschillen van invloed zijn op het gedrag van personen in die situaties (zie figuur 1.9).

Figuur 1.9

Opzet van experimenteel onderzoek



Vervolgens worden personen aan die verschillende situaties blootgesteld en wordt hun gedrag gemeten. Wanneer blijkt dat in de ene situatie ander gedrag wordt vertoond dan in de andere situatie, kan worden geconcludeerd dat de situatie van invloed is geweest op het gedrag van de persoon.

VOORBEELD | Doet klassengrootte ertoe?

De effecten van klassengrootte op reken- en taalvaardigheden zijn onderzocht door leerlingen in te delen in groepen van 5-9, 10-14, 15-19, 20-24, 25-29, 30-34 en 35-39 leerlingen. De leerlingen behoorden tot jaargroep 2, 4, 6 en 8. Aan het einde van het jaar werden de leerlingen getoetst op hun taal- en rekenvaardigheden. Verwacht werd dat leerlingen in kleinere klassen het beter zouden doen dan in grotere klassen. Deze verwachting kwam echter niet uit.

Een experiment moet wel zodanig worden uitgevoerd dat de kans klein is dat een gevonden verschil niet aan andere zaken kan worden toegeschreven. Was uit het klassenexperiment gebleken dat leerlingen in kleinere klassen tot betere leerresultaten kwamen, dan kon het verschil ook het gevolg zijn van een verschil in bekwaamheden van de leerkrachten die deelnamen, bijvoorbeeld omdat de kleinere klassen toevallig wat meer bekwame leerkrachten hadden dan de grotere klassen. Ook kon er verschil zijn ontstaan doordat in de kleinere klassen verhoudingsgewijs (procentueel) wat meer bekwame leerlingen zaten dan in de grotere klassen.

Een goed experiment heeft daarom de volgende drie kenmerken:

- 1 Een voormeting en een nameting. Voordat de leerlingen aan de verschillende klassen worden toegewezen, worden ze eerst getest op hun leerprestaties. Die test wordt herhaald als ze een jaar in een bepaalde klas

(groot of klein) hebben gezeten. Dit is de nameting. Het verschil tussen de voor- en de nameting is dan de vooruitgang in prestaties. Eventuele verschillen tussen de klassen in de aanvangsbekwaamheid worden hiermee geneutraliseerd.

- 2 Een zodanige toewijzing van de leerlingen aan de verschillende klassen (condities) dat in elke conditie sprake is van een gelijke verdeling van leerlingen met betrekking tot leeftijd, prestaties en sekse.
- 3 Een zodanige toewijzing van leerkrachten over de verschillende condities dat de kans klein is dat de ene conditie meer bekwame leerkrachten telt dan de andere conditie.

Randomisering

De toewijzing van leerlingen en leerkrachten aan de condities – zoals is aangegeven in de punten 2 en 3 – noemen we randomisering. Randomisering is vooral van belang op de kenmerken waarvan mag worden verondersteld dat ze van invloed kunnen zijn op de resultaten en een andere verklaring mogelijk maken.

1.4 Ontwikkelingen in de begintijd van de psychologie

Menselijke
geest

Dualisme
Immateriële
substantie

Interactief
dualisme

De Franse filosoof Descartes (1596-1650) was een van de eersten die zich bezighield met de aard van de menselijke geest. Dat er een geest moest zijn, maakte hij op uit het vermogen van de mens om over de eigen gevoelens en gewaarwordingen na te denken. Volgens Descartes zijn lichaam en geest gescheiden identiteiten. Deze opvatting wordt dualisme genoemd. De geest is een immateriële substantie die losstaat van het materiële lichaam. Ook al zijn lichaam en geest gescheiden, toch bestaat er tussen beide een uitwisseling. Die uitwisseling wordt interactief dualisme genoemd en ziet er als volgt uit:

- De lichamelijke gewaarwordingen voegen inhoud aan de geest toe, zoals kennis van de materiële dingen om ons heen.
- De geest zorgt voor rationele overwegingen die ons gedrag bepalen en die de wil aansturen om iets te doen.

De geest bevat aangeboren kwaliteiten zoals gevoel van eenheid, oneindigheid en perfectie.

Tabula rasa

Volgens Locke (1632-1704) bevat de geest geen aangeboren kwaliteiten, maar begint ieder mens als een tabula rasa, als een onbeschreven blad. Dit onbeschreven blad wordt door de gewaarwordingen van de gebeurtenissen in de buitenwereld langzaam en passief ingevuld. In het begin bestaat die invulling uit eenvoudige ideeën, maar door samenvoegingen van ervaringen ontstaan later steeds complexere ideeën.

De wetenschappelijke bestudering van de menselijke geest en daarmee het begin van de psychologie als wetenschap komt vanaf 1880 tot stand. Daarin zijn verschillende stromingen te onderscheiden, zoals het structuralisme, de gestaltbenadering, het functionalisme, de gedragsbenadering en de psychoanalyse. Hierna bespreken we deze stromingen.

1.4.1 Het structuralisme

Experimentele
psychologie

Wundt (1832-1920) is een van de eersten geweest die op een systematische manier onderzocht hoe prikkels uit de buitenwereld door de geest worden ontvangen en verwerkt. Om dit onderzoek te kunnen doen, kreeg hij in 1879 de gelegenheid om in Leipzig een instituut voor experimentele psychologie op te richten. In zijn onderzoeksinstituut dienden Wundt en zijn studenten externe prikkels toe aan proefpersonen en bekeken zij hoe deze personen daarop reageerden. Daarbij werd vooral gekeken naar het verkennen van de structuur van de bewuste ervaringen. Deze gerichtheid op de structuur zorgde ervoor dat de benadering van Wundt later het structuralisme werd genoemd.

Het ontdekken van de structuur kon het best plaatsvinden door complexe gewaarwordingen uiteen te trekken in elementaire delen:

- *sensaties*: visuele beelden, geluiden, geuren, smaken en tastgevoelens
- *beelden*: ervaringen die als herinneringen zijn opgeslagen in het geheugen
- *gevoelens*: emotionele ervaringen, zoals liefde, woede, angst en jaloezie

Introspectie

Wundt was vooral geïnteresseerd in de vraag hoe bewuste ervaringen in de hersenen gevormd worden. Omdat in die tijd processen in de hersenen niet direct gemeten konden worden, nam hij zijn toevlucht tot introspectie. Dit is een onderzoeksmethode waarin aan mensen gevraagd wordt om hardop na te denken over hun eigen gedachten, gevoelens en herinneringen. Daarmee hoopte Wundt een beter beeld te krijgen van wat er in de hersenen plaatsvindt.

1.4.2 De gestaltbenadering

Gestalt

Wertheimer (1880-1943) was van mening dat onderzoek waarin reacties op afzonderlijke gewaarwordingen worden bestudeerd, zoals in het structuralisme, geen recht doet aan de manier waarop mensen omgaan met prikkels uit de buitenwereld. Mensen hebben volgens hem de neiging om de prikkels die op hen afkomen te verwerken tot een samenhangend geheel. Dit samenhangend geheel heeft een andere betekenis dan elke prikkel afzonderlijk. Het wordt ook wel een gestalt genoemd. Om aan te tonen dat mensen de neiging

hebben om in hun waarneming losse elementen tot een samenhangend en betekenisvol geheel te maken, deed hij het volgende experiment.

Experiment - Een vloeiende beweging

Wertheimer liet proefpersonen kijken naar afzonderlijke lichtpunten die kort na elkaar vertoond werden op een wand. Elk volgend lichtpunt werd een klein stukje rechts van het vorige geprojecteerd (zie figuur 1.10).

Figuur 1.10

Projectie van lichtpunten en de waarneming daarvan



Wertheimer vroeg aan de proefpersonen wat ze gezien hadden. Daaruit bleek dat ze geen afzonderlijke lichtpuntjes hadden gezien, maar een vloeiende beweging van licht dat in één lijn van links naar rechts bewoog. De neiging van mensen om losse prikkels waar te nemen en op te slaan in betekenisvolle gehelen is in veel andere experimenten aangetoond.

Gestaltbenadering

De kritiek van Wertheimer op het structuralisme leidde tot de gestaltbenadering. In deze benadering wordt benadrukt dat de mens niet te begrijpen is door naar afzonderlijke kenmerken te kijken, zoals intelligentie, motieven, gedragingen en emoties. De mens moet worden waargenomen in zijn totaliteit, als één geheel, en dat geheel is meer dan de som van de afzonderlijke delen.

1.4.3 Het functionalisme

Bij de gestaltbenadering ging het om de vraag hoe mensen prikkels uit de buitenwereld ontvangen, bewerken en van betekenis voorzien. In een later stadium kwam de vraag aan de orde welke functies mentale processen hebben voor het gedrag van mensen en voor het vermogen van mensen om zich aan te passen aan veranderende omstandigheden. Deze vragen liggen ten grondslag aan het functionalisme.

Mentale processen	De functionalisten werden beïnvloed door de evolutietheorie van Darwin. Zij vroegen zich af welke mentale processen mensen in staat stellen om zich aan te passen aan nieuwe omgevingen, welke mentale capaciteiten hiervoor nodig zijn en in welke mate mensen verschillen in hun capaciteiten. Zo werd bijvoorbeeld onderzocht hoe emoties tot stand komen en hoe die emoties mensen aanzetten tot gedrag. Volgens James (1842-1910), een belangrijke vertegenwoordiger van het functionalisme, zijn mentale processen te beschouwen als een stroom van gewaarwordingen (<i>stream of consciousness</i>) die voortdurend in beweging is. Volgens hem wordt het menselijk gedrag bepaald door: • <i>gewoonten</i>: aangeleerde gedragingen die automatisch worden vertoond • <i>emoties</i>: ervaren gevoelens • <i>de wil</i>: het ervaren van een gerichte mentale activiteit die aanzet tot gedrag
Vrije wil	James vroeg zich af of er wel een vrije wil bestaat. Is de gerichte mentale activiteit (de wil) het gevolg van denkprocessen die automatisch optreden zonder dat de mens die processen kan sturen, of heeft de mens het vermogen om denkprocessen bewust te sturen en beschikt hij daarmee over een vrije wil? Deze vraag vormt ook tegenwoordig nog steeds aanleiding voor een verwoed debat.

1.4.4 De gedragsbenadering

Black box	Volgens Watson (1878-1958) moet de psychologie de introspectieve methode, die gebruikt wordt om mentale processen te beschrijven en te verklaren, niet meer toepassen. Deze methode levert volgens hem alleen maar subjectieve en tegenstrijdige resultaten op en is wetenschappelijk niet houdbaar. Het bewustzijn is een black box waartoe we geen toegang hebben. Het gedrag is wel goed te bestuderen.
Gedragsbenadering	Watson is van mening dat psychologen zich moeten richten op directe observaties van het menselijk gedrag die door anderen herhaald en geïnterpreteerd kunnen worden. Deze opvatting heeft geleid tot de gedragsbenadering of het behaviorisme. Het doel van deze benadering is om te komen tot een beschrijving, verklaring en voorspelling van het menselijk gedrag. De behavioristen waren vooral geïnteresseerd in de manier waarop mensen leren door ervaringen. Deze vorm van leren werd in eerste instantie vooral bestudeerd bij dieren, omdat bij dieren de omgeving beter kon worden beheerst dan bij mensen.

Thorndike (1874-1947) was nieuwsgierig naar de manier waarop nieuw gedrag door dieren wordt aangeleerd. Hij zette het volgende experiment op.

Experiment - Ook kippen kunnen leren

Thorndike zette hongerige kippen in een kooi. De kooi was zo gemaakt dat de kippen alleen voedsel kregen als ze bijvoorbeeld met hun snavel op een knop drukten. Dan kwam er uit een gleuf in de kooi een beetje voedsel tevoorschijn. In het begin liepen de kippen betrekkelijk doel-loos rond en pikten ze hier en daar wat op de grond of tegen de wanden. Soms echter pikten ze toevallig tegen de knop en dan kwam er voedsel tevoorschijn. Thorndike nam waar dat de kippen na verloop van tijd – nadat zij enkele malen toevallig de ‘juiste handeling’ hadden verricht, namelijk tegen de knop pikken – precies wisten wat ze moesten doen om voedsel te krijgen.

Volgens Thorndike was er bij de kippen uit het experiment sprake van een leerproces, en wel zodanig dat toevallige handelingen die niets opleverden langzaam uit het gedragsrepertoire van de kip verdwenen en dat toevallige handelingen die wel wat opleverden (voedsel) steeds vaker vertoond werden. Hij noemde dit verschijnsel de wet van het effect. Later is ook bij mensen aangetoond dat de wet van het effect tot leren leidt.

Wet van het
effect

1.4.5 Psychoanalyse

Freud (1874-1947) behandelde patiënten met psychische stoornissen. Hij kwam daarbij tot de conclusie dat die stoornissen het gevolg waren van traumatische ervaringen in de vroege kindertijd die de patiënten uit hun bewustzijn hadden verdrongen. Hij veronderstelde dat het oproepen en verwerken van die ervaringen noodzakelijk was om de patiënten te kunnen genezen. Het probleem hierbij was dat die ervaringen door onbewuste verdringing niet meer toegankelijk waren voor de patiënten en dat ze daarover dus niets konden vertellen.

Vrije associatie

Droom-
interpretatie

Conflict

Psychoanalyti-
sche theorie

Freud ontwikkelde een methode om die verdrongen traumatische ervaringen toch te achterhalen. Deze methode, die hij de vrije associatie noemde, bestond eruit dat de patiënt werd aangemoedigd om zijn gedachten en gevoelens vrij te uiten en alles op te noemen wat hem op dat moment voor de geest kwam. Ook werkte Freud met droominterpretatie. Door toepassing van deze methoden kwam hij tot de conclusie dat er bij patiënten sprake is van een conflict tussen het bewuste deel van de geest, dat de traumatische ervaring onder ogen wil zien, en het onbewuste deel van de geest, dat de pijn van de traumatische ervaring wil vermijden. Freud heeft op grond van zijn ervaringen de psychoanalytische theorie over de menselijke geest opgesteld. Hierdoor was er in de psychologie sprake van een terugkeer van de aandacht voor mentale processen.

De psychoanalytische benadering riep veel weerstand op, in de eerste plaats omdat er gebruikgemaakt werd van introspectie. Over die methode was al eerder opgemerkt dat deze heel subjectief is. De uitleg van dromen en de betekenis die gegeven wordt aan de stroom van gedachten en gevoelens die door vrije associatie wordt opgewekt is niet eenduidig. De ene psychoanalyticus zal andere betekenissen en duidingen geven aan een bepaalde droom dan de andere psychoanalyticus. In de tweede plaats is gebleken dat lang niet alle psychische stoornissen het gevolg zijn van traumatische ervaringen in de vroege kindertijd.

1.5 Hedendaagse benaderingen in de psychologie

De hedendaagse psychologie richt zich op alle mogelijke aspecten van het menselijk gedrag en op alle mogelijke oorzaken van dat gedrag.

VOORBEELD | Zinloos geweld

Het is uitgaansavond en al laat. Een groepje jongens slentert naar huis. Een van de jongens ziet aan de overkant van de straat een man lopen en roept naar hem: 'Hé lullo, wat doe je nog zo laat op straat?' Die man komt op de jongen af en zegt: 'Die lullo ben je zeker zelf.' De jongen wordt kwaad en begint de man te slaan. Die wil weglopen, maar struikelt over een paaltje en valt op de grond. De jongen begint de man te schoppen en plotseling doen de andere jongens van het groepje ook mee met schoppen. Als ze ophouden, blijft de man zwaar toegetakeld op de grond liggen.

Waarom gedragen die jongens zich zo agressief? In de hedendaagse psychologie worden meerdere verklaringen voor agressief gedrag gegeven. In de eerste plaats wordt er gewezen op groepsinvloeden. Sommige jongens laten zich in de groep meeslepen en vertonen daardoor gedrag dat ze in hun eentje nooit zouden vertonen. Sommige jongens zijn agressief omdat ze een psychische stoornis hebben en daardoor van nature nogal gewelddadig zijn. Sommige jongens komen uit een gezin waarin onderlinge problemen met geweld worden opgelost. Sommige jongens zien geweld als een mogelijkheid om iets voor elkaar te krijgen, bijvoorbeeld aanzien en macht in de groep.

De verklaringen die voor het agressieve gedrag worden gegeven zijn ruwweg te verdelen in drie categorieën:

- 1 biologische verklaringen
- 2 sociale verklaringen
- 3 psychologische verklaringen

1.5.1 Biologische verklaringen

Centraal
zenuwstelsel

Nagenoeg alle gedragingen en gevoelens worden op de een of andere manier beïnvloed of gestuurd door het centraal zenuwstelsel, dat bestaat uit de hersenen en het ruggenmerg. Zo laten we in hoofdstuk 2 zien dat stress-situaties leiden tot reacties in dit stelsel, waardoor we alerter zijn, meer energie hebben en die energie gedurende langere tijd vasthouden.

Storingen in het functioneren van dit stelsel hebben gevolgen voor het psychologisch functioneren. Storingen kunnen optreden door beschadigingen of afwijkingen in de hersenen. Zo is gebleken dat beschadigingen in de frontale hersenen agressief gedrag kunnen oproepen. Kinderen met zo'n beschadiging stelen en liegen vaker en vertonen een gebrek aan moreel besef (Bechara et al., 1999). Depressieve mensen hebben afwijkingen in de frontale hersenen. De rechterhelft van hun hersenen vertoont meer activiteiten dan bij personen die niet depressief zijn, terwijl de linkerhelft minder activiteiten vertoont. Door een ongeval, een bloeding of ouderdom kan een verminderd functioneren van de hersenen ontstaan. Dit leidt onder andere tot gebreken in de spraak, het geheugen of de aandacht. Bij mensen die ouder worden is een afname van de intellectuele vermogens (dementie) waar te nemen.

Depressieve mensen hebben afwijkingen in de frontale hersenen.

Hormoon-
productie

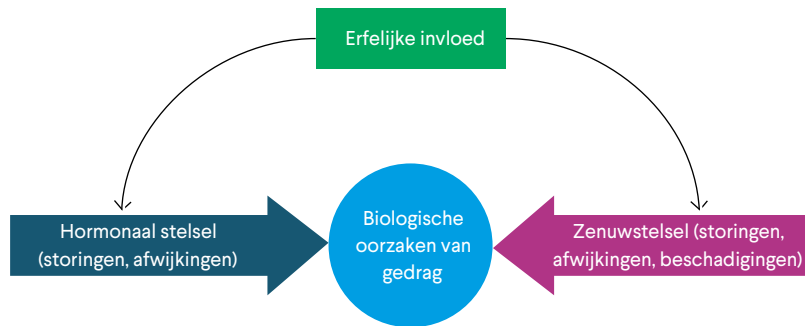
Verstoringen in de hormoonproductie kunnen eveneens tot gedragsafwijkingen leiden. Zo is geconstateerd dat agressie samenhangt met een verhoogd testosteronniveau. Ook wordt gedrag beïnvloed door de werking van de informatieoverdracht tussen de zenuwcellen (neuronen). Deze overdracht vindt plaats door middel van zogenoemde neurotransmitters. Er zijn meer dan vijftig soorten neurotransmitters, die allemaal een specifieke rol spelen in die informatieoverdracht. Om de overdracht op de juiste manier te laten verlopen zijn er weer andere stoffen die deze neurotransmitters activeren of juist afremmen. Wanneer deze stoffen hun werk niet goed doen, verloopt de overdracht te snel of te traag. Bij agressieve mensen is een te trage terugvoer van de neurotransmitter serotonine van de ontvangende naar de zendende zenuwcel geconstateerd. Ook bij depressieve en schizofrene mensen zijn dergelijke verstoringen in de afgifte en opname van neurotransmitters gevonden.

Ongeval
Erfelijkheid

Verstoren en beschadigen in de hersenen, in de overdracht van neurotransmitters en in de hormoonproductie kunnen diverse oorzaken hebben. Er is al geconstateerd dat hersenen beschadigd kunnen worden door een ongeval. Er kan ook sprake zijn van erfelijkheid. Van de ene op de andere generatie worden eigenschappen overgedragen. Zo blijken agressieve kinderen vaak ouders te hebben die ook agressief zijn. Van diverse eigenschappen staat vast dat ze erfelijk bepaald zijn.

Wanneer we terugkeren naar de oorzaken van het gewelddadige gedrag van de jongens, dan kunnen we constateren dat er verschillende biologische factoren zijn aan te wijzen die met het gebruik van geweld samenhangen, namelijk een hormonale factor, een beschadiging in de frontale hersenen en afwijkingen in de overdracht van neurotransmitters in het zenuwstelsel. Storingen of afwijkingen kunnen erfelijk bepaald zijn. In figuur 1.11 zijn de biologische oorzaken van gedrag nog eens weergegeven.

Figuur 1.11
Biologische oorzaken van gedrag



1.5.2 Sociale verklaringen

Opvoeding

In de verklaringen voor de oorzaken van het gewelddadige gedrag van jongens die schoppen tegen iemand die op de grond ligt, kan gewezen worden op zaken als de gezinssituatie en de opvoeding, de buurt waarin de jongens zijn opgegroeid en de invloed van vrienden met wie zij veel optrekken. Zo blijkt bijvoorbeeld dat kinderen die een opvoeding krijgen waarin regelmatig geweld wordt gebruikt, later zelf ook vaak geweld gaan gebruiken om hun zin te krijgen. De vraag is daarom of de erfelijke factor – die we eerder hebben aangewezen als oorzaak van agressief gedrag – eigenlijk een opvoedingsfactor is. Gedrag wordt van generatie op generatie door opvoeding overgedragen op kinderen.

Sociale
omgeving

Gedragingen en opvattingen worden voor een deel ontleend aan de sociale omgeving waarin men zich beweegt. In de loop van de tijd, wanneer het individu opgroeit, bestaat die sociale omgeving uit steeds meer personen en groepen. Zijn dat in eerste instantie nog de opvoeders, later breidt die

omgeving zich uit tot familie, vrienden, klasgenoten, docenten, buurtgenoten en collega's op het werk. Jongens tussen de 14 en 20 jaar laten zich gemakkelijk beïnvloeden door hun sociale omgeving, zoals de eigen leeftijds- of vriendengroep. Als in zo'n groep vandalisme en geweld als 'normale' uitingen worden beschouwd, of als uitingen waarmee status in de groep kan worden verkregen, dan zal dat gedrag door nieuwe groepsleden snel worden overgenomen. Wie immers niet meedoet, valt buiten de boot.

Experiment - **Voordat je het weet lig je eruit!**

Schachter (1951) stelde discussiegroepen van tien personen samen. In elke groep moest besproken worden hoe men een jeugdige delinquent het best zou kunnen straffen voor een klein vergrijp. Men kon daarbij als groep kiezen uit zeven mogelijkheden, variërend van een zeer lichte straf tot een zeer zware straf. In elke groep werden drie personen vooraf door de leider van het experiment geïnstrueerd. De eerste persoon moest een zeer afwijkend standpunt innemen en dat gedurende de gehele discussie volhouden. De tweede moest ook sterk afwijken, maar in de loop van de discussie moest hij zijn standpunt veranderen in de richting van de overige groepsleden, en de derde moest een middenpositie innemen. Na de discussie werd aan alle groepsleden de vraag voorgelegd met welke groepsleden ze bij een volgende taak wilden samenwerken en wie geschikt zou zijn om in een bepaalde commissie plaats te nemen. Uit de antwoorden bleek dat het extreme groepslid dat bij zijn standpunt bleef het minst vaak gekozen werd.

Uit de observatie van de discussie in de groepen uit dit experiment blijkt dat er eerst veel pogingen werden gedaan om de afwijkende groepsleden van standpunt te laten veranderen. Lukte dat niet, dan gingen de groepsleden de afwijkende persoon na enige tijd negeren en kwam die persoon buiten de discussie te staan. De pogingen van de sociale omgeving om een persoon zover te krijgen dat hij de geldende oordelen, opvattingen en gedragingen overneemt, wordt socialisatie genoemd.

Socialisatie

De oordelen, opvattingen en gedragingen die in groepen gelden zijn niet op willekeurige wijze tot stand gekomen, maar zijn grotendeels ontleend aan de plaatselijke cultuur. Het kan nogal wat uitmaken in welke cultuur een persoon opgroeit. Zo blijkt bijvoorbeeld uit onderzoek van Hofstede (1991) naar verschillen in cultuur tussen landen dat een bescheiden opstelling in Nederland het meest op prijs wordt gesteld in vergelijking met dertien andere landen waar dit is onderzocht. Deze conclusie sluit aan bij het gezegde 'doe maar gewoon, dan doe je al gek genoeg'.

Cultuur

Het nature-nurture-debat

De discussie over de vraag in welke mate biologische en sociale factoren van invloed zijn op het menselijk gedrag wordt wel het nature-nurture-debat genoemd. Daarbij staat 'nature' voor de aangeboren eigenschappen en hun invloed op het functioneren van een persoon, en 'nurture' voor de invloed die de sociale omgeving daarop heeft.

Nature-
standpunt

Psychologen die vooral benadrukken dat de ontwikkeling van mensen grotendeels afhankelijk is van erfelijke of biologische factoren nemen het nature-standpunt in. Deze factoren bepalen de mogelijkheden en onmogelijkheden in het gedrag van een persoon. Iemand die bijvoorbeeld met weinig intellectuele mogelijkheden geboren wordt, zal nooit hoog scoren op een intelligentietest.

VOORBEELD | Genetische achtergrond

Erfelijkheidsonderzoek toont aan dat er behoorlijke verbanden zijn tussen iemands genetische achtergrond en zijn fysieke, emotionele en gedragskenmerken. De kinderen van kleine ouders blijven kleiner dan kinderen van grote ouders. Kinderen van intelligente ouders zullen gemiddeld hoger scoren op een IQ-test (intelligentietest) dan kinderen van minder intelligente ouders. Kinderen van ouders die gewelddadig zijn, zullen meer gewelddadig gedrag vertonen dan kinderen van ouders die zachtvaardig zijn. Toch is de samenhang tussen de genetische achtergrond en de eigen kenmerken niet 100%. Over het algemeen kan daaruit slechts gedeeltelijk verklaard worden waarom iemand is zoals hij is.

Nurture-
standpunt

Psychologen die vooral benadrukken dat de ontwikkeling van mensen grotendeels bepaald wordt door de omgeving waarin ze leven en de opvoeding die ze krijgen, nemen het nurture-standpunt in. Mensen komen als een onbeschreven blad ter wereld en de omgeving bepaalt hoe het wordt ingevuld. Wat door de voorstanders van de nature-verklaring wordt beweerd, zou weleens verklaard kunnen worden door omgevingsfactoren. Immers, het hebben van ouders die veel geweld gebruiken om hun zin te krijgen, vergroot de kans dat zij als voorbeeld dienen voor de manier waarop hun kinderen geweld gebruiken. Het is dan niet meer een kwestie van genetische invloed, maar van omgevingsinvloed.

Het nature-nurture-debat woedt al meerdere decennia in de psychologie en zal ook wel altijd blijven voortduren. Het is moeilijk om precies wetenschappelijk vast te stellen in welke mate beide factoren een rol spelen. De meeste eigenschappen en kenmerken van mensen kunnen pas gemeten worden als nurture al geruime tijd heeft plaatsgevonden, waardoor beide invloeden niet meer onafhankelijk van elkaar kunnen worden vastgesteld.

Nature vs. Nurture: wat is aangeboren en wat is aangeleerd?

Het nature-nurture-debat houdt (neuro)wetenschappers al jaren bezig. Onderzoek naar de ontwikkeling van de hersenen en naar invloed van de epigenetica geven ons meer inzicht in het debat. Tegenwoordig komt er steeds meer bewijs voor beide kanten van het debat, en lijkt het er dus op dat er een theorie gevormd moet worden die stelt dat het 'een beetje van beide' is. Een combinatie van nature en nurture lijkt vooralsnog het meest geloofwaardig.

Gen-
omgevings-
correlatie

De opvatting dat nature en nurture elkaar beïnvloeden bij de ontwikkeling van het gedrag van opgroeiende kinderen en volwassenen wordt weergegeven met het begrip gen-omgevingscorrelatie. Er zijn drie typen gen-omgevingscorrelaties die op verschillende leeftijden een rol spelen (Berk, 2014):

- 1 Het *passieve* gen-omgevingsverband. Hiervan is sprake als een kind opgroeit in een omgeving die bij de eigen aanleg past, waardoor die aanleg gemakkelijk tot ontplooiing komt, zonder druk van de omgeving. Te denken valt aan een kind met muzikale aanleg dat opgroeit in een gezin waarin veel muziek gemaakt wordt. De aanleg van het kind zal in zo'n omgeving gemakkelijk en 'natuurlijk' tot bloei komen.
- 2 Het *evocatieve* gen-omgevingsverband. Hiervan is sprake als de aangeboren eigenschappen van het kind en het gedrag dat daaruit voortvloeit door de omgeving worden versterkt. Een kind met aanleg voor sport laat zien dat het goed is in bijvoorbeeld voetballen. Dat lokt positieve reacties van de omgeving uit, die daardoor de sportieve ontwikkeling van het kind versterken.
- 3 Het *actieve* gen-omgevingsverband. Hiervan kan sprake zijn bij oudere kinderen en volwassenen die actief een omgeving opzoeken die bij hun aanleg past. Die aanleg kan dan beter tot ontwikkeling komen.

1.5.3 Psychologische verklaringen

Ook al groeien kinderen op in hetzelfde gezin, in dezelfde buurt en op dezelfde school, toch gaan ze daar op verschillende manieren mee om. Het ene kind loopt levenslang schade op van geweld in het gezin, terwijl het andere kind in dezelfde omstandigheden minder getraumatiseerd wordt. De menselijke geest is geen tabula rasa die passief wordt ingevuld door prikkels uit de omgeving. Mensen zijn in staat om selectief om te gaan met wat ze ervaren en wat ze daarvan leren.

VOORBEELD | Wat zou je je nog druk maken

Een leerling op een basisschool krijgt steeds een nogal slechte beoordeling op de uitgevoerde leertaken. Diverse pogingen van de leerling om zich wat meer in te spannen hebben geen succes. Hij blijft lage cijfers halen. De leerling komt tot de conclusie dat het leerresultaat niet te beïnvloeden is omdat hij er gewoon te dom voor is. Dit negatieve zelfbeeld zorgt ervoor dat nieuwe pogingen om zich meer in te zetten achterwege blijven, want het zal toch niet helpen. Het loont meer om de aandacht en energie aan andere dingen te besteden, zoals dagdromen over leuke dingen of een beetje lol maken in de groep.

Niet elke leerling die met slechte leerresultaten wordt geconfronteerd geeft het snel op. Sommigen houden langer vol en ervaren daardoor dat inzet en volhouden soms kunnen lonen. Zij voelen zich minder hulpeloos en staan actiever in het leven. Iemand die slecht is in leren op school kan ook een andere strategie hanteren. Hij kan later een omgeving opzoeken waarin het hebben van een diploma niet zo belangrijk is, waardoor hij in staat is om andere capaciteiten – dingen waarin hij beter is – te ontplooiën.

Psychologische
factoren

Hoe een persoon zich ontwikkelt wordt niet alleen bepaald door biologische en sociale factoren, maar ook door de manier waarop het individu ermee omgaat: door psychologische factoren. Mensen scheppen door hun aard en karakter voor een gedeelte hun eigen omgeving en bepalen daarmee ook hun eigen ervaringen. Een actief kind ontlokt andere reacties aan de sociale omgeving dan een passief kind. Een kind dat steeds op zoek is naar nieuwe uitdagingen zal een andere omgeving verkennen dan een kind dat bangig is en dicht bij huis blijft. De ervaringen die daardoor worden opgedaan, worden in het geheugen opgeslagen. Deze opgeslagen kennis wordt in toekomstige situaties gebruikt om daaraan betekenis te geven en om vervolgens te bepalen welk gedrag in een bepaalde situatie het best vertoond kan worden.

Biopsychosoci-
aal model voor
gedrag

In het biopsychosociaal model voor gedrag (Richter, 2022), wordt ervan uitgegaan dat alle genoemde factoren in wisselwerking met elkaar van invloed zijn op de manier waarop het individu zich ontwikkelt (zie figuur 1.12).

Figuur 1.12
Het biopsycho-
sociaal model
voor gedrag



Bron: Richter (2022)

Samenvatting

- De psychologie richt zich op het bestuderen van de aard en oorzaken van gevoelens, opvattingen, wensen en gedragingen van mensen.
- In de psychologie zijn diverse specialisaties ontstaan, met onder andere de volgende gebieden: klinische psychologie, ontwikkelingspsychologie, sociale psychologie, arbeids- en organisatiepsychologie, sociale psychologie en functieleerpsychologie.
- Onderzoek in de psychologie richt zich op het beschrijven, classificeren, verklaren en voorspellen van menselijk gedrag. Bovendien kan onderzoek bedoeld zijn om het effect van ingrepen te achterhalen.
- In het onderzoek worden verschillende methoden van gegevensverzameling gehanteerd, zoals observeren, ondervragen (interviewen), vragenlijsten en tests afnemen, fysiologische metingen verrichten en documenten bestuderen. Het toepassen van een combinatie van methoden van gegevensverzameling wordt triangulatie genoemd.
De volgende methoden van onderzoek worden toegepast: gevalsstudie, survey-onderzoek en experimenteel onderzoek.
- In de begintijd van de psychologie zijn verschillende benaderingen te onderscheiden:
 - het structuralisme
 - het functionalisme
 - de gestaltbenadering
 - de gedragsbenadering
 - de psychoanalytische benadering
- De huidige psychologie gaat ervan uit dat oorzaken van gedragingen en gevoelens gelegen kunnen zijn in drie factoren:
 - 1 biologische factoren
 - 2 sociale factoren
 - 3 psychologische factoren:
- In welke mate het gedrag van personen biologisch of juist door de omgeving bepaald wordt, is al decennialang het onderwerp van het nature-nurture-debat.