

PSYCHOLOGIE

EENVOUDIG UITGELEGD

Geschreven door
Lara Bryan, Rose Hall en Eddie Reynolds

Illustraties van
Tim Bradford



Psychologie-experts:
Jake Reynolds en Jenny Toal

Ontworpen door
Freya Harrison

DELTA

Inhoud

Wat is psychologie?	4
Zoveel te ontdekken...	6
Op zoek naar antwoorden	8
Nauwe verwanten	10

Hoofdstuk 1: experimenten 13

Psychologen stellen vragen over hoe mensen denken, zich voelen en zich gedragen. Daarna proberen ze om mogelijke antwoorden te testen.

Hoofdstuk 2: de kerntaken van de geest 23

Hoe nemen we onze omgeving waar,
leren we een taal of onthouden we dingen?

Hoofdstuk 3: over dingen nadenken 45

Hoe vormen we oordelen en nemen we beslissingen?
En zijn die altijd logisch?

Hoofdstuk 4: verschillen tussen mensen 59

We zijn allemaal uniek, maar lijken ook heel erg
op elkaar. Hoe omschrijven psychologen de verschillen
tussen ons?



Hoofdstuk 5: blijven opgroeien 79

Van een piepkleine cel veranderen we in een baby, een kind en een volwassene. Psychologen noemen dat ontwikkeling.

Hoofdstuk 6: we zijn sociale wezens 89

Ontdek hoe ons gedrag wordt beïnvloed door de mensen om ons heen.

Hoofdstuk 7: hersenen en mentale gezondheid 109

Maak kennis met je hersenen, en kom meer te weten over hersenziekten, hersenletsel en andere mentale-gezondheidsproblemen.

Banen in de psychologie 125

Verklarende woordenlijst 126

Register 127

Ik ben een van je gidsen in de wereld van de menselijke psychologie. Je komt er snel achter hoe BOEIEND mensen eigenlijk zijn.



Wat is psychologie?

Psychologie is een wetenschap die onderzoekt hoe we de wereld om ons heen ervaren, en waarom we ons op bepaalde manieren voelen, gedragen en op bepaalde manieren denken. Wil je weten wat dat inhoudt? Denk dan eerst eens na over hoe jij het ervaart om iemand te zijn.

Wat gebeurt er met je terwijl je dit boek leest? Een heleboel dingen, en allemaal tegelijkertijd.

Gedachten die door je hoofd gaan.

Een herinnering aan iets waar dit boek je aan doet denken.

De geur van avondeten.

Je kleren die je lichaam aanraken.

Je hebt het misschien warm of koud, of iets daartussenin.

Symbolen die je ontcijfert om de woorden in dit boek te lezen.

Misschien voel je je blij, nieuwsgierig of opgewonden.

Blijf even zitten. Wat merk je nog meer op?

Wat je weet van de wereld om je heen, komt voor een deel voort uit je vijf zintuigen: voelen, zien, ruiken, proeven en horen. Je hersenen gebruiken de informatie van je zintuigen om op alles om je heen te reageren.



Hahaha, stop!
Dat kietelt!



Eh. Het is te donker.
Ik zie niets.



Heb je die knal
gehoord?



Maar niet alleen je zintuigen spelen een rol.
Je ervaring wordt ook gevormd door je...

... gevoelens



... herinneringen



... voor- en afkeuren



... dromen



... beslissingen

Doen

Niet doen

... en nog veel meer. Al deze dingen
ontstaan door je hersenen, en samen
vormen ze wat mensen je **geest**
noemen.

Mensen die psychologie
bestuderen, proberen om
onze geest te begrijpen: hoe hij
samenwerkt met ons lichaam, en
hoe hij ons gedrag bepaalt.



Zoveel te ontdekken...

Mensen die voor hun werk met psychologie bezig zijn, noemen we **psychologen**. Er zijn veel verschillende vragen die een psycholoog kan bestuderen of onderzoeken.

Ze passen in vijf hoofdcategorieën.

1 De kerntaken van de geest

Hoe je geest informatie opneemt en opslaat uit wat je ervaart

Waarom herinneren we ons sommige dingen wel en andere niet?

Hoe leren we een taal als baby?

Hoe kan iemand beter presteren op een test?

Beïnvloeden emoties wat er zich afspeelt in onze geest?

2 Denken en doen

Hoe je de wereld begrijpt en beslissingen neemt

Waarom nemen we soms foute beslissingen?

Verschillende vragen

Er bestaan veel verschillende soorten psychologen. Velen onderzoeken eigenlijk dezelfde gebieden van de psychologie, maar stellen gewoon *andere* vragen. Hier vind je wat vragen die psychologen zouden kunnen stellen over het geheugen...

Hoe kan hersenletsel je geheugen beïnvloeden? Ik ben een COGNITIEF NEUROWETENSCHAPPER. Ik kijk hoe ons lichaam, vooral onze hersenen, onze geest en handelingen beïnvloedt.

Kan je ratten trainen met snoepjes? VERGELIJKENDE PSYCHOLOGEN leren over mensen door ze met dieren te vergelijken.



3 Waarnemen

Hoe je de wereld waarneemt met je vijf zintuigen

Hoe verandert de ervaring van iemand die een van zijn of haar zintuigen verliest?

Moeten we alles geloven wat we zien?

Waarom zijn sommige mensen goed in wiskunde, en anderen in kunst?

4 Uniek zijn

Op welke manier en waarom mensen van elkaar verschillen



Wat zegt een rommelige kamer over iemands persoonlijkheid?



5 Omgaan met anderen

Hoe je je gedraagt bij andere mensen, relaties aangaat en meningen over anderen ontwikkelt

Beïnvloeden onze verwachtingen van iemand zijn of haar gedrag?

Gedragen mensen zich anders in een groep?

Wat maakt mensen racistisch?



Wanneer beginnen baby's gezichten te herkennen? ONTWIKKELINGSPSYCHOLOGEN zijn geïnteresseerd in hoe mensen veranderen als ze ouder worden.



Verandert het opnieuw vertellen van een verhaal je herinnering ervan? Ik ben een SOCIAAL PSYCHOLOOG. Ik richt me op welke invloed het heeft om bij anderen te zijn.



De vragen die psychologen stellen, kunnen lijken op vragen die je jezelf al hebt gesteld. Maar hoe gaan psychologen een stap verder en vinden ze de antwoorden?

Op zoek naar antwoorden

Psychologen kunnen op veel verschillende manieren zoeken naar antwoorden. Welke methode een psycholoog kiest, hangt af van de vraag. Hier volgen een paar voorbeelden.

Vraag

Wie zijn gelukkiger:
mensen op
het platteland,
of mensen
in de stad?

Methode: vragen

Een snelle manier om de meningen en gevoelens van mensen te weten, is om ze een **vragenlijst** te laten invullen. Dan vraag je mensen hoe gelukkig ze zijn met waar ze wonen. Of je kan mensen interviewen, voor gedetailleerdere antwoorden.



Vraag

Hoe vaak helpen
jonge kinderen
elkaar zonder dat
iemand het ze
vraagt?

Methode: kijken

In een zogenoemd **observatie-onderzoek** kijkt een psycholoog hoe mensen zich in dagelijkse situaties gedragen, zoals kinderen in een kinderopvang.

Zoek je dit?

Ja, dank je!

