



## Inteligentní test osobnosti IES



\* hodnotí 14 klíčových lidských vlastností

\* podrobné vyhodnocení bez čekání, ihned

[www.psychnet.cz](http://www.psychnet.cz)

## Stáhněte si relaxaci v mp3

\* relaxační metody pomáhají proti úzkosti, stresu, při potížích se spánkem a jiných problémech

[www.relaxace.psychoweb.cz](http://www.relaxace.psychoweb.cz)

## Online programy proti úzkosti a depresi

\* zbavte se svých potíží z pohodlí svého domova  
\* zcela anonymní  
\* potřebujete jen zájem a internet



[www.velka.zlutasova.cz](http://www.velka.zlutasova.cz)

## Test duševního zdraví - MENFIT

\* posuzuje pozitivní i negativní vlivy na vaši psychiku

\* zjišťuje možný výskyt nejčastějších psychických poruch

[www.psychnet.cz](http://www.psychnet.cz)

# Metody v psychologii - pozorování, experiment...

PhDr. Michaela Peterková, [www.psyx.cz](http://www.psyx.cz)

## Pozorování, experiment, testy, kazuistika, projektivní metody

### Pozorování

Základní metodou sběru dat je pozorování. V zásadě se rozlišuje pozorování zaměřené na sebe, vlastní prožívání (tzv. introspekce) a zaměřené na druhé (extraspekce).

Introspekce byla hodně používána v minulosti a vysloužila si mnoho kritiky. Již Kant prohlašoval, že pozorováním nějakého vnitřního dění toto dění vlastně měníme. Další námitky se týkaly zejména subjektivity takto získaných výpovědí. Introspekce se v psychologii nicméně udržela, protože popis prožívání jedince je mnohdy velmi užitečný, a je spíše snaha co nejvíce omezit subjektivismus (srovnáváním výpovědí více osob). Tuto metodu používají hlavně humanisté a kognitivisté; představitelé behaviorismu ji naopak zcela odmítají.

Extraspekce je pozorováním druhých. Jedním možným dělením je rozlišení nezúčastněného pozorování (badatel je mimo pozorovanou skupinu) a pozorování zúčastněného (badatel funguje jako člen skupiny - např. výzkumy mezi vězni). Dále se rozeznává pozorování zjevné a skryté (podle toho, jak badatel ne/narušuje průběh děje). Hlavním problémem extraspekce je rozpoznat v situaci to podstatné a opatřit to správným a co nejobjektivnějším výkladem, prostým osobních domněnek pozorovatele.

### Experiment

Za nejcennější metodu je považován experiment, jelikož umožňuje nalezení příčin sledovaných jevů. Experiment lze uspořádat v laboratorních podmínkách, nebo v přirozeném prostředí. Podle množství proměnných se rozlišuje experiment jednoduchý a multivariační. Experimentátor vždy mění hodnotu nezávisle proměnné a sleduje, jak se v té souvislosti mění závisle proměnná.

Ilustrovat to lze na následujícím příkladě: Bylo zkoumáno, zda a případně jaký vliv má velikost skupiny lidí na ochotu jednotlivých členů pomoci někomu potřebnému. Ukázalo se, že čím je osob ve skupině více, tím menší je pravděpodobnost zásahu. Jednotlivec pomůže v 80% případů, s rostoucím počtem lidí pravděpodobnost klesá až k pouhým 7% (Cumminsová, Záhady experimentální psychologie, 1998).

Nezávisle proměnnou je zde počet osob ve skupině (určena experimentátorem), provedení zásahu je pak závisle proměnná, protože její hodnota přímo závisí na hodnotě nezávisle proměnné.

V případě, že nezávisle proměnná má hodnotu ano/ne, tedy že buď je, nebo není přítomna, pak je vedle experimentální skupiny zapotřebí ještě skupina kontrolní. Např. má se potvrdit hypotéza, že hlasitá hudba negativně ovlivňuje kvalitu řízení automobilu - osoby z experimentální skupiny jezdí s hudbou (nezávisle proměnná), zatímco osoby z kontrolní

## Online testy na

[www.psychotesty.psyx.cz](http://www.psychotesty.psyx.cz)

### EQ-TEST



**Test emoční inteligence** Dokážete komunikovat s druhými, umíte správně odhadnout, jak se cítí? Vládnete svým emocím nebo ony ovládají vás?

### OSPAT



**Test typů a poruch osobnosti** Jaké je celkové zaměření vaší osobnosti? Nemáte některé vlastnosti příliš silně nebo naopak příliš slabě vyvinuté?

### BITEPT



**Test psychických poruch** Dělá vám starosti vaše psychika? Chcete pomoci odhadnout, jak jste na tom s duševním zdravím?

### FULJOB



**Test profesní orientace** Na jakou školu nebo práci se hodíte? S jakou profesí ladí vaše osobnost?

### MEMREX/COGIT



**Test paměti a test mentálního výkonu.** Jak funguje vaše paměť? Jak dobří jste v zapamatování a vybavení? Myslí vám to pružně, rychle a bezchybně? Neselháváte v pozornosti?

## Online testy na

[www.psychotesty.psyx.cz](http://www.psychotesty.psyx.cz)

skupiny bez ní. Pokud se prokáže, že osoby z experimentální skupiny dělají signifikantně\* více chyb (závisle proměnná), než osoby z kontrolní skupiny, je výchozí hypotéza potvrzena jako pravdivá.

### Další metody

Pomocí různých testů výkonu a schopností lze získat velké množství údajů při relativně malé námaze. Dotazníky mapují sféru hodnot, zájmů, postojů atp. Výhodou testů a dotazníků je jejich přesné vyhodnocování a potlačení subjektivity experimentátora, jejich nevýhoda spočívá v tom, že téměř neumožňují postihnout individualitu testovaných osob.

Studiu jedinečných případů slouží metoda zvaná kazuistika. Údaje se získávají zpravidla rekonstrukcí životopisu zkoumaného jedince. Zjištění individuálního vývoje a průběhu života jedince - anamnéza - probíhá většinou jako tzv. anamnestický rozhovor, někdy se používá dotazník.

Metoda sémantického diferenciálu slouží k měření a srovnávání významu určitých objektů.

Obsahová analýza zkoumá témata vyskytující se ve sdělovacích prostředcích, uměleckých dílech aj.

Na výzkum vztahů mezi členy malých skupin se zaměřuje metoda zvaná sociometrie.

Psychologové mají k dispozici rovněž celou řadu tzv. projektivních metod, které jsou založeny na předpokladu, že jedinec do veškeré své činnosti a do vnímání nejednoznačných podnětů promítá cosi ze své psychiky. Analýze slouží deníky, školní sešity a jiné produkty; projektivní metody se používají rovněž při zkoumání, jak jedinec vnímá neúplné a nejednoznačné útvary - má např. doplnit chybějící text ke comicsovému obrázku nebo komentovat nějakou vyobrazenou situaci. Nejznámější je Rohrschachův test - zkoumaná osoba sděluje, co ji napadá při pohledu na různé inkoustové skvrny. Achillovou patou projektivních metod je jejich vyhodnocování - interpretace získaných informací, kde existuje velké riziko zatížení výsledků subjektivitou badatele.

\* Signifikantní

Významný, rozhodující, objektivně potvrzený. Statisticky signifikantní rozdíl je takový rozdíl, který vznikl působením nezávisle proměnné a je tedy nenáhodný a opakovatelný.

autor: PhDr. Michaela Peterková, [www.psyx.cz](http://www.psyx.cz)

otestujte svou PAMĚŤ a své IQ v akci

psychologické testy duševního výkonu

[www.vykonove-testy.psyx.cz](http://www.vykonove-testy.psyx.cz)

### Psychologie na internetu:

[www.psychotesty.psyx.cz](http://www.psychotesty.psyx.cz) > online psychologické testy

[www.psychoweb.cz](http://www.psychoweb.cz) > články z psychologie, výtahy z knih

[www.psychonet.cz](http://www.psychonet.cz) > inteligentní testy osobnosti

[www.profi.psychonet.cz](http://www.profi.psychonet.cz) > psychologické testy pro firmy a personalistiku

[www.velka.zlutasova.cz](http://www.velka.zlutasova.cz) > online programy proti depresi a úzkosti

[www.chytra.zlutasova.cz](http://www.chytra.zlutasova.cz) > kurzy základů psychologie přes internet

[www.relaxace.psychoweb.cz](http://www.relaxace.psychoweb.cz) > relaxace v mp3 ke stažení

[www.psyx.cz](http://www.psyx.cz) > testy, poradna, hypnóza