

Hva har jeg lært av phd arbeidet?

LST samling

4.12.2014

Michael de Vibe

Konklusjon

- Ydmykhet
- Tålmodighet
- Tidsplanlegging
- Samarbeid

Personlighetsutvikling hos voksne -hvordan kan betegnelsen forstås og måles med en vitenskapelig tilnærming til personlighetsbegrepet?

Prøveforelesning 9.9.2014

Michael de Vibe

Hva er personlighet?



- Persona - maske
- Relativt varige psykologiske trekk og mekanismer som påvirker samhandling og tilpasning til omgivelsene (Larsen & Buss 2012)
- Måten vi tenker, føler og handler på i en rekke situasjoner over en lengre tidsperiode (Torgersen 2008)

Elementer i personlighet

- Trekk – vedvarende mønstre av atferd
- Motivasjon– atferd er rettet mot mål, og avhenger av motivasjon, omstendigheter, muligheter og hindringer
- Kognisjoner – oppbygning og funksjon (selvet)
- Den sosiale kontekst
- Biologisk grunnlag (forbindelse kropp-sinn, gener)

Biologi og evolusjon

**Humanisme
/fenomenologi**

**Sosial
læring**

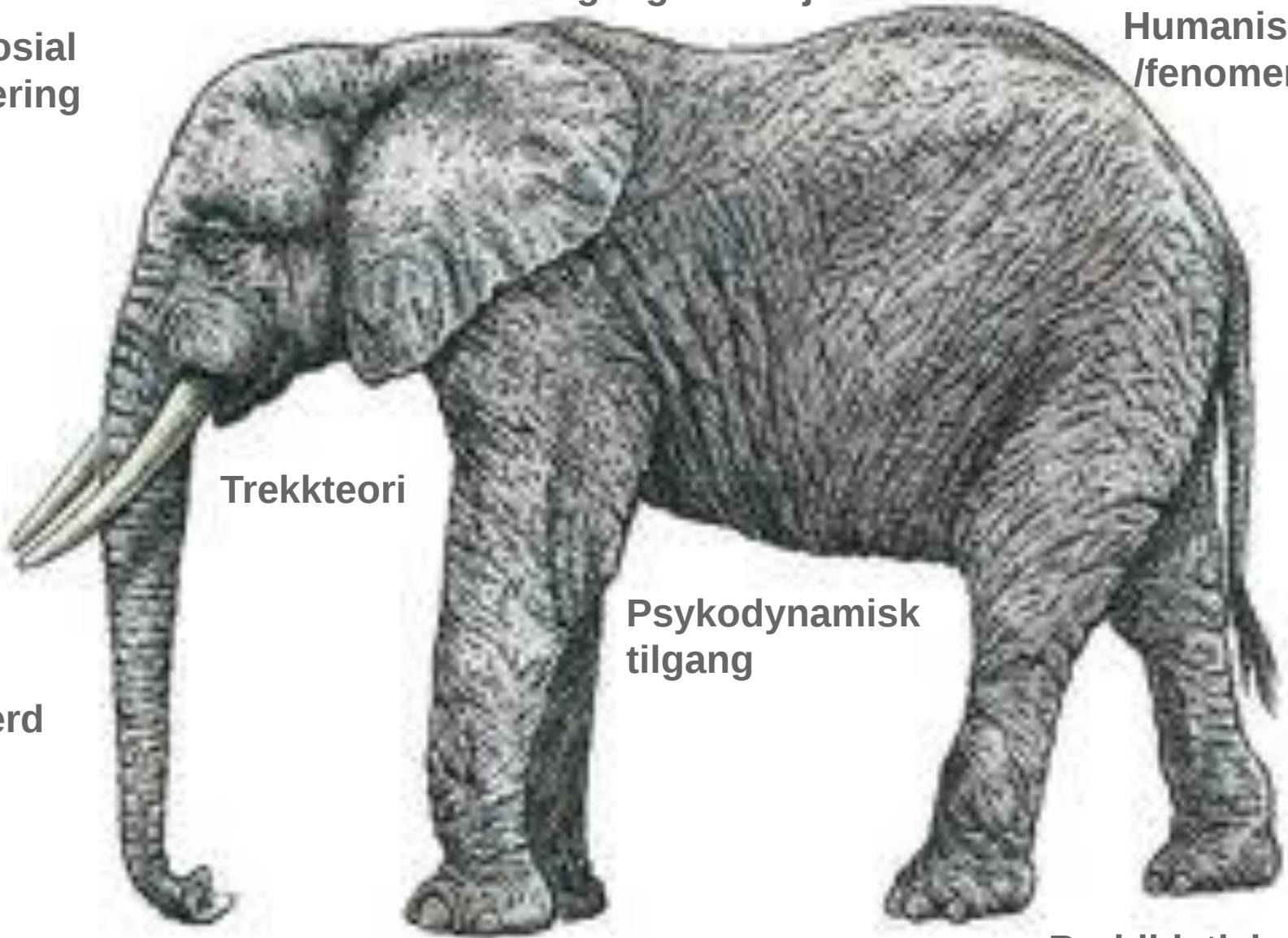
Trekkteori

**Psykodynamisk
tilgang**

Atferd



**Buddhistisk
psykologi**



Dilemmaer - født sånn eller blitt sånn?

- Biologi-miljø
- Person-Situasjon



Måling av personlighet

- Personlighet er et abstrakt begrep og kan ikke måles direkte. Måles kun indirekte gjennom kjennetegn/trekk



Måling av personlighet

- I dag mer enn 200 måleinstrumenter
 - Selvrappport-metoder (95%)
 - Projektive tester (Rorschach)
 - Observatørbaserte metoder; komparent, intervju og atferdsobservasjon
 - Livshistorie-metoder, narrativer
 - Psykofysiologiske-, hjerne- og genetiske metoder



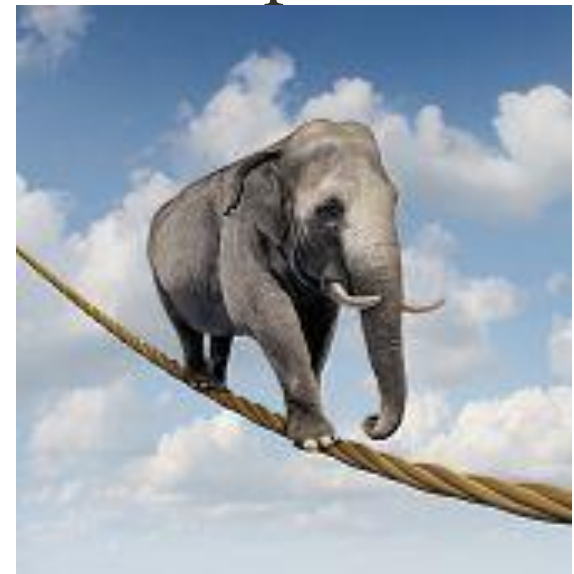
Personlighetstrekk - Torgersens modell

- Bygget på psykoanalysen (Lazaar), sammen med trekk fra Eysenck og forløpere til 5-faktor-modellen
1. Intensitet-ekstraversjon
 2. Sårbarhet-nevrotisme
 3. Kontroll-samvittighetfull
 4. Realitetssvak
- 
- A portrait of a middle-aged man with short, light-colored hair and glasses. He is wearing a dark suit jacket over a white shirt. The background is blurred, showing what appears to be an indoor setting with other people.



Pålitelighet i måledata

- Pålitelige data - en forutsetning for gyldige slutninger
 - Tilfeldige feil
 - Systematiske feil (responsbias)
 - føyelighet og sosial ønskverdighet
 - avhenger av 1)kognitiv belastning, 2) hvor 'privat' spørsmålene oppfattes og 3) hvilken legitimitet us har
- Pålitelighet testes ved test-retest, inter-bedømmer, samt konsistens (hvor samstemte er svarene fra spørsmålene i skjema)



Måleskjemaets gyldighet



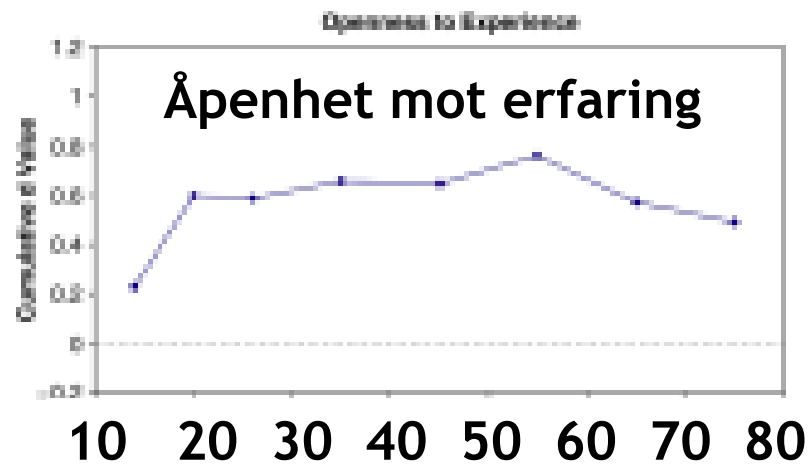
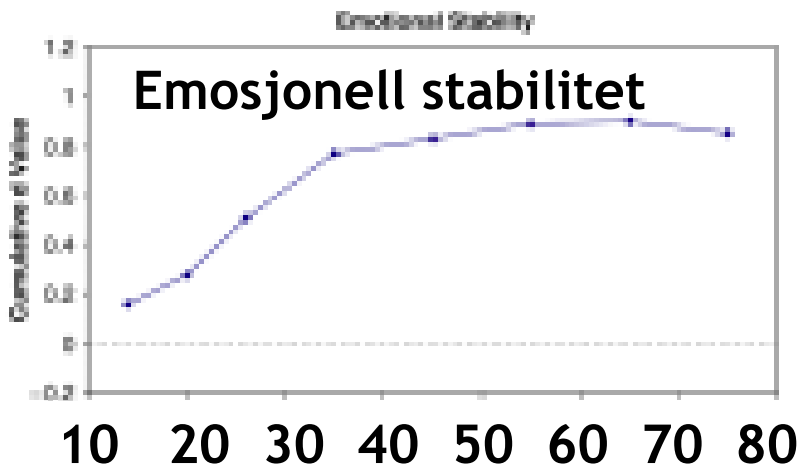
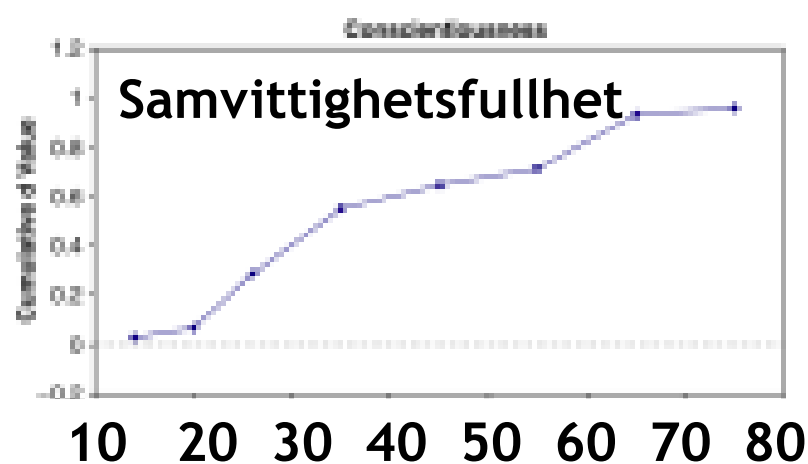
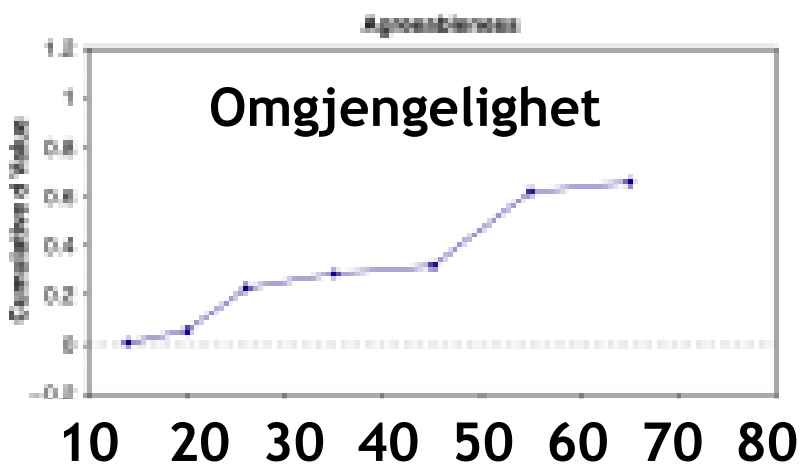
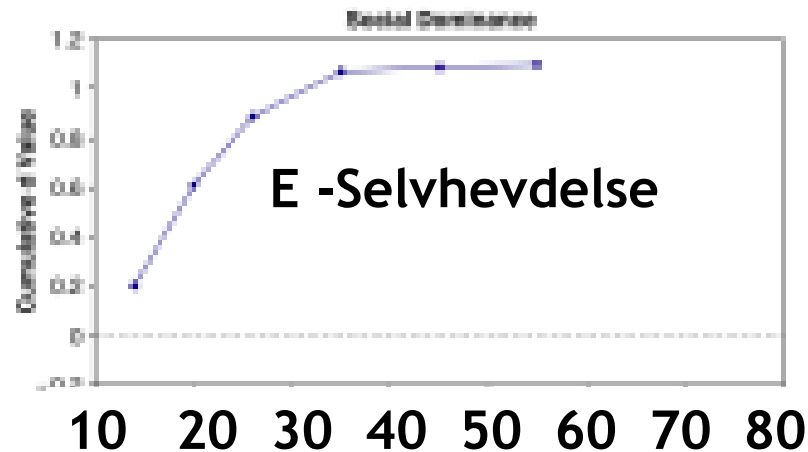
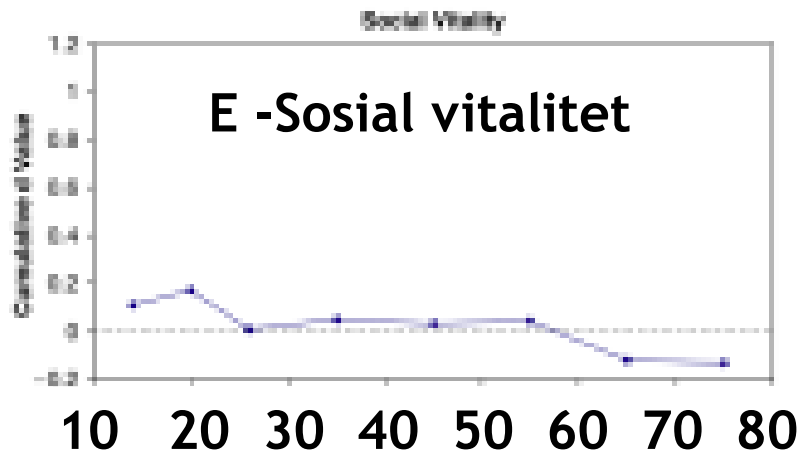
www.bigstock.com · 42115963

- Begrep
- Innhold
- Kriterie (Samtidig og prediktiv gyldighet)

Gyldighet i tolkning av dataene

- Intern gyldighet: kan vi stole på funnene?
 - Seleksjon i utvalg
 - Utenom-eksperiment hendelser og konfundering
 - Modning
 - Gjentatt testing
 - Diffusjon mellom gruppene
 - Forskerbias
- Ekstern gyldighet: generalisere til andre?





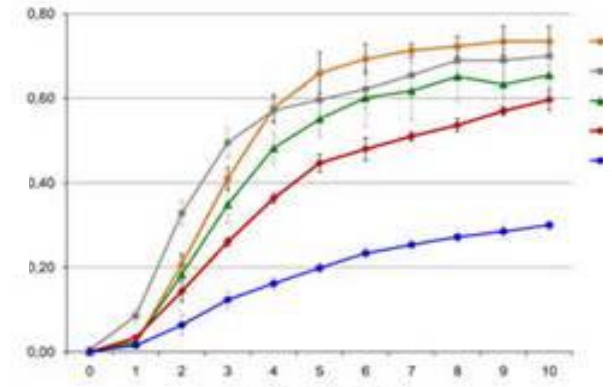
Personlighetsutvikling hos voksne (Roberts 06, 08)

Gjennomsnitt på alle trekk forandrer seg signifikant, men på ulike alderstrinn

- Størst endring 20 - 40 år, men fortsetter hele livet
- Tiden har effekt.
- Endringer har tendens til å vare.
- Positiv retning (økt selvtillit, varme, ansvarlighet og ro)



Personlighetsutvikling hos voksne (Roberts 06, 08)



Individuelle endringer over tid

- Reelle eller målefeil?
 - Sikker variasjon i retning og grad av endring
 - Påvirkes av betydningsfulle livs- og arbeidsopplevelser
 - Økt samvittighetsfullhet og redusert nevrotisme hos unge voksne med gode jobbkarriærer
 - Nedgang i nevrotisme hos menn som gifter seg igjen midt i livet
- Konsekvens
 - Personlighet som resultat av endringsprosesser?
 - Økt Interesse for hva som skaper endringer

Personlighetsutvikling og bevissthet

- Har kvaliteten på vår bevissthet betydning for utvikling av vår personlighet?
- Kan psykologiske intervensjoner forandre personlighet?



Mindfulness trening for 70 primærleger

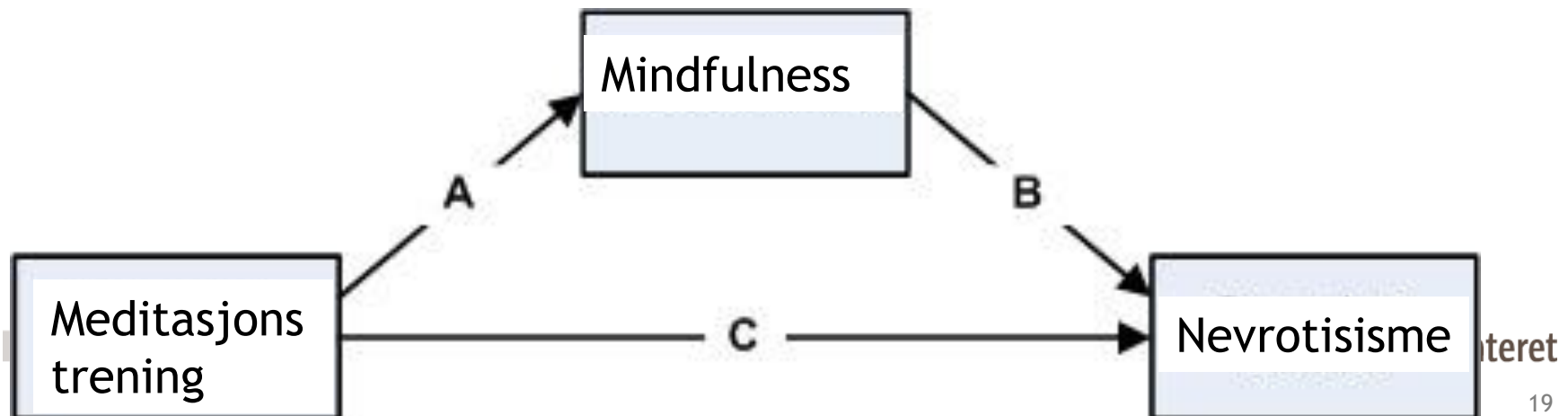
(Krasner, JAMA 2009)

- 8 ukers kurs + månedlig oppfølging i 10 mdr
- Etter 15 måneder (Goldbergs 5-faktor-modell)
 - Økt emosjonell stabilitet, Cohens d 0.45 (0.25-0.66)
 - Økt samvittighetsfullhet økt, Cohens d 0.29 (0.13 - 0.45)
 - Endringene samsvarte med økning i mindfulness



Intens meditasjonstrening i 3 måneder hos 30 voksne vs 30 venteliste (Jacobs 2010)

- Nevrotisisme (fra 5-faktor-modellen) redusert $p < 0.001$
- Nedgang i nevrotisisme kom via økning i mindfulness



Mindfulness trening i behandling av personlighetsforstyrrelse og depresjon

- DBT : dialektisk atferdsterapi
- MBCT: mindfulness based cognitive therapy



- 