



Psykologia 26.3.2020

Koe pidettiin poikkeuksellisesti 19.3.2020

Psykologian näkövammaisten korvaavan kokeen hyvän vastauksen piirteet löytyvät erillisenä tiedostona Hyvän vastauksen piirteet -osiosta lautakunnan verkkosivuilta.

Tässä tiedostossa oleva taulukko (sivulla 2) ei välttämättä ole täysin saavutettava esimerkiksi ruudunlukuohjelman käyttäjille.

Lopulliset hyvän vastauksen piirteet 12.5.2020

Lopullisista hyvän vastauksen piirteistä ilmenevät perusteet, joiden mukaan koesuorituksen lopullinen arvostelu on suoritettu. Tieto siitä, miten arvosteluperusteita on sovellettu kokelaan koesuoritukseen, muodostuu kokelaan koesuorituksesta saamista pisteistä, lopullisista hyvän vastauksen piirteistä ja lautakunnan määräyksissä ja ohjeissa annetuista arvostelua koskevista määräyksistä. Lopulliset hyvän vastauksen piirteet eivät välttämättä sisällä ja kuvaa tehtävien kaikkia hyväksytyjä vastausvaihtoehtoja tai hyväksytyyn vastauksen kaikkia hyväksytyjä yksityiskohtia. Koesuorituksessa mahdollisesti olevat arvostelumerkinnät katsotaan muistiinpanoluonteisiksi, eivätkä ne tai niiden puuttuminen näin ollen suoraan kerro arvosteluperusteiden soveltamisesta koesuoritukseen.

Psykologian kokeessa arvioinnin keskeisenä perusteena on vastauksen ankkuroiminen empiiriseen, tutkimuspohjaiseen tietoon ja keskeisiin psykologian teorioihin. Ihmisen kehitystä, tiedonkäsittelyä, psyykkistä hyvinvointia ja persoonallisuutta tutkitaan psykologiassa useasta toisistaan täydentävästä näkökulmasta, kuten biologisesta, kognitiivisesta tai sosiokulttuurisesta. Kokelaan tulisi osata luontevasti hyödyntää eri näkökulmista tuotettua tieteellistä tietoa psyykkisten ilmiöiden ja prosessien erittelyssä.

Psykologian kokeessa arvioidaan kokelaiden valmiutta ymmärtää psykologisen tiedon luonnetta ja tiedonmuodostusta, mukaan lukien tutkimusten luotettavuuden ja pätevyyden arvioiminen. Tehtävä voi edellyttää ajankohtaisten psykologian tutkimustulosten arviointia tai tutkimussuunnitelman laatimista.

Psykologian tehtäviin liittyy psykologisten ilmiöiden kuvailemista, arvioimista, pohtimista ja selittämistä sekä erilaisten näkökulmien vertailua. Useassa tehtävässä on myös ainerajat ylittäviä mahdollisuuksia. Osa



tehtävistä sisältää joko kirjallista aineistoa tai videoaineistoa, joka tulee yhdistää tehtävänannon mukaisesti psykologiseen tietoon.

Digitaalisessa kokeessa tehtävät jakautuvat kolmeen osaan: I perustehtävät (esim. määrittele, kuvaile, selitä), II soveltavat tehtävät ja III kehittelytehtävät (esim. pohdi, vertaile, arvioi, suunnittele). Hyvän vastauksen kriteerit poikkeavat toisistaan osissa I, II ja III. Osan I tehtävissä kokelaalta edellytetään pääosin tiedollista osaamista, mutta osien II ja III tehtävät vaativat jo enemmän tiedonkäsittelyä. Psykologisen tiedon soveltamista vaaditaan sekä osassa II että III, mutta osassa III painotetaan erityisesti kehittelyä, jolloin vastaus voi sisältää oivaltavia tarkastelutapoja sekä tiedon ja selitystapojen arviointia.

Keskeisenä arvioinnin kohteena on se, kuinka syvällisesti kokelas ymmärtää psykologista tietoa, kuinka hän osaa soveltaa sitä ja missä määrin hän pystyy tarkastelemaan sitä kriittisesti. Pelkkä oppimateriaalin sisältöjen toistaminen ei mahdollista parhaisiin arvosanoihin pääsemistä. Osa tehtävistä edellyttää valmiutta analysoida ajankohtaisia tapahtumia ja ilmiöitä psykologisen tiedon varassa. Arvioinnissa kiinnitetään huomiota erityisesti kypsyyden osoittamiseen ja psykologisen tiedon hallintaan. Kokelaan tulisi vastata kysymyksiin tehtävänannon mukaisesti. Esitetyt asiat ja väitteet tulisi perustella vastauksessa selkeästi. Arvioinnissa kiinnitetään lisäksi huomiota siihen, kuinka jäsentynyt ja johdonmukainen kokonaisuus vastaus on.

Ohessa on arviointitaulukko, josta ilmenevät 20 ja 30 pisteen vastauksen arviointikriteerit. Taulukon alaosaan on merkitty pistemäärät, joihin hyvän vastauksen piirteet on kirjoitettu.

Tiedollinen osaaminen 10 (15) p.					
<i>Vastauksessa esitetty psykologinen tieto ja käsitteistö</i>					
Vastaus ei sisällä lainkaan psykologista tietoa tai käsitteistöä.	Vastaus sisältää niukasti psykologista tietoa ja käsitteistöä. Psykologisen tiedon hallinta on vain välttävää.	Vastauksessa esitetään joitakin mielekkäitä psykologiseen tietoon perustuvia ajatuksia ja käsitteitä. Tiedon hallinta on tyydyttävää.	Vastaukseen sisältyy pääosin mielekäästä psykologista tietoa ja käsitteistöä. Tiedon hallinta on hyvää, mutta osittain rajoittunutta.	Vastaukseen sisältyy monipuolista psykologista tietoa ja käsitteistöä. Tiedon hallinta on kiitettävää.	Vastaukseen sisältyy syvällistä ja monipuolista psykologista tietoa ja käsitteistöä. Tiedon hallinta on erinomaista.
Tiedonkäsittely 10 (15) p.					
<i>Tehtävänannon noudattaminen, aineiston käyttö ja vastauksen rakentaminen</i>					



Tiedollinen osaaminen 10 (15) p.																														
Vastaus ei ole tehtävänannon mukainen. Aineistoa ei hyödynnetä lainkaan tai sitä tulkitaan täysin virheellisesti. Vastaus on sekava ja jäsentymätön.	Vastaus on vain osittain tehtävänannon mukainen. Aineistoon sisältyvää informaatiota toistellaan tai sitä tulkitaan osittain väärin. Vastaus on luetteleva ja katkelmallinen.	Vastauksessa on tehtävänannon kannalta puutteita. Aineiston hyödyntäminen on kaavamaista ja mekaanista. Vastaus on paikoitellen jäsentynyt, mutta asiat jäävät irrallisiksi.	Vastaus on pääosin tehtävänannon mukainen, mutta osa tekstistä jää irralliseksi. Aineistoa on hyödynnetty melko hyvin. Vastaus on jäsentynyt.	Vastaus on pääosin tehtävänannon mukainen. Aineistoa on hyödynnetty hyvin. Vastaus muodostaa kiitettävän kokonaisuuden.	Vastaus on tehtävänannon mukainen. Aineistoa on hyödynnetty erinomaisesti. Vastaus muodostaa erinomaisesti jäsenneilyn kokonaisuuden.																									
Soveltaminen, kehittäminen ja arviointi																														
Psykologista tietoa ei sovelleta, kehitellä tai arvioida lainkaan. Asioita ei perustella, tai perustelut eivät ole päteviä.	Psykologisen tiedon soveltamisesta, kehittelystä ja arvioinnista on vähäisiä merkkejä. Perusteluja on niukasti.	Psykologisen tiedon soveltamisesta, kehittelystä ja arvioinnista on selkeitä merkkejä. Väitteitä on perusteltu, mutta osa perusteluista on puutteellisia.	Psykologisen tiedon soveltaminen, kehittely ja arviointi on hyvää. Perusteluja on useissa kohdissa ja ne ovat paikkansa pitäviä.	Psykologista tietoa sovelletaan, kehitellään ja arvioidaan kiitettävästi. Perustelut ovat selkeitä ja vakuuttavia.	Psykologisen tiedon soveltaminen, arviointi ja erityisesti kehittely on erinomaista ja johdonmukaista. Perusteluja on kattavasti ja ne ovat erittäin vakuuttavia.																									
	VÄLTTÄVÄ				TYYDYTTÄVÄ				HYVÄ				KIITETTÄVÄ				ERINOMAINEN													
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20										
Hyvän vastauksen piirteet liittyvät pistemääriin									9–11				ja				15–17													
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Hyvän vastauksen piirteet liittyvät pistemääriin									13–16				ja				22–25													



Osa I

1. Muistijärjestelmät (20 p.)

Oikeat vastaukset: 2 p. Väärät vastaukset: -1p. Ei vastausta: 0 p.

- 1.1. Semanttinen eli tietomuisti
- 1.2. Proseduraalinen eli taitomuisti
- 1.3. Episodinen eli elämäkertamuisti
- 1.4. Proseduraalinen eli taitomuisti
- 1.5. Työmuisti
- 1.6. Episodinen eli elämäkertamuisti
- 1.7. Työmuisti
- 1.8. Episodinen eli elämäkertamuisti
- 1.9. Semanttinen eli tietomuisti
- 1.10. Työmuisti

2. Psykkisten toimintojen ja aivojen suhde (20 p.)

Psykkisten toimintojen ja aivojen suhteesta saadaan tietoa etenkin toiminnallisten, mutta myös rakenteellisten aivotutkimusmenetelmien avulla sekä tutkimalla aivovauriopotilaita. Toiminnallisilla aivokuvantamismenetelmillä voidaan esimerkiksi tutkia, mitkä aivoalueet ovat aktiivisimpia, kun henkilö suorittaa jotain tehtävää. Toiminnallinen magneettikuvaus (fMRI), yksifotoniemissiotomografia (SPECT), positroniemissiotomografia (PET) ja optinen kuvantaminen (NIRS) mittaavat muutoksia aivojen verenkierrossa. Elektroenkefalografia (EEG) mittaa aivojen sähköistä ja magnetoenkefalografia (MEG) niiden magneettista toimintaa. Rakenteellisilla aivokuvantamismenetelmillä voidaan puolestaan esimerkiksi tutkia aivojen rakenteita ja niiden poikkeavuuksia suhteessa siihen, miten henkilö suoriutuu tehtävistä. Näihin lukeutuvat tietokonetomografia (CT/CAT) ja magneettikuvaus (MRI). Kuvantamismenetelmien ohella aivojen toimintaan voidaan myös pyrkiä vaikuttamaan: transkraniaalinen magneettistimulaatio (TMS) mahdollistaa aivojen sähköisen toiminnan paikallisen häiritsemisen samaan aikaan, kun tutkittava suorittaa tehtävää. Ennen nykyisten aivokuvantamismenetelmien aikaa aivojen toiminnoista saatiin tietoa aivovauriopotilaiden avulla esimerkiksi niin, että tutkittiin aivovaurion paikan ja laadun sekä tehtävästä suoriutumisen välisiä yhteyksiä. On kuitenkin muistettava, että vain osa psyykkisistä toiminnoista liittyy selvärajaisen aivoalueen toimintaan ja monet psyykkiset toiminnot syntyvät useiden aivoalueiden laajasta yhteistyöstä.



9–11 p. Vastauksessa kuvataan kaksi esimerkkiä siitä, miten psyykkisten toimintojen ja aivojen suhteesta voidaan saada tietoa. Vastaukseen sisältyy pääosin mielekästä psykologista tietoa ja käsitteistöä. Tiedon hallinta on hyvää, mutta osittain rajoittunutta. Vastaus on pääosin tehtävänannon mukainen, mutta osa tekstistä jää irralliseksi.

15–17 p. Vastauksessa kuvataan kattavasti kahden esimerkin kautta, miten psyykkisten toimintojen ja aivojen suhteesta saadaan tietoa. Vastaukseen sisältyy monipuolista psykologista tietoa ja käsitteistöä. Tiedon hallinta on kiitettävää. Vastaus on pääosin tehtävänannon mukainen. Vastaus muodostaa kiitettävän kokonaisuuden.

Jos merkkejä on 50 % yli sallitun määrän, vähennetään 2 pistettä, 100 % ylityksestä vähennetään 4 pistettä.

3. Lapsen iän arvioiminen (20 p.)

Videolla esiintyy 4,5-vuotias lapsi. Lapsen ikä on selkeimmin pääteltävissä lapsen kielen ja ajattelun kautta. Yleensä lapsen puhe alkaa olla vieraille aikuiselle ymmärrettävää noin kolmen vuoden iässä. Samoihin aikoihin lapsen puheeseen tulee mm. vertailumuotoja, monikkoja sekä kysymyssanoja. Videolla tehdään klassisia määränarviointitehtäviä. Lapsi ei yleensä ymmärrä pysyvyyden käsitettä ennen viittä ikävuotta. Lapsi ei ymmärrä, että aineen ulkonäön muuttuminen ei muuta sen määrää, ja lapsen huomio kiinnittyy asian hallitsevaan ominaisuuteen. Vastauksessa voidaan hyödyntää Piaget'n ajattelun kehityksen teoriaa. Sen mukaan videon lapsi on esioperationaalisessa vaiheessa (2–7 v). Esioperationaalisen vaiheen jälkeen konkreettisten operaatioiden vaiheessa (7–12 v) lapsella on jo taito hahmottaa määrän pysyvyys. Vastauksessa voidaan huomioida myös lapsen taito keskittyä tehtävään (toiminnanohjaustaitojen kehitys) ja laskea kolikkojen määrä sekä hänen kykynsä olla vuorovaikutuksessa aikuisen kanssa. Hyvässä vastauksessa lapsen ikä arvioidaan lähelle lapsen oikeaa ikää. Arviota iästä on perusteltu kehityspsykologisen tiedon varassa: miksi lapsi ei todennäköisesti ole arvioitua ikää nuorempi tai vanhempi. Hyvässä vastauksessa huomioidaan myös se, että lasten taidoissa voi olla isojaakin yksilöiden välisiä eroja.

9–11 p. Vastauksessa lapsen ikä on arvioitu melko lähelle lapsen oikeaa ikää (3–6 v). Arviota lapsen iästä on perusteltu käyttäen pääosin mielekästä psykologista tietoa ja käsitteistöä. Tiedon hallinta on hyvää, mutta osin rajoittunutta. Aineistoa on hyödynnetty melko hyvin. Vastaus on jäsentynyt. Perusteluja on useissa kohdissa ja ne ovat paikkansa pitäviä.



15–17 p. Vastauksessa lapsen ikä on arvioitu hyvin lähelle lapsen oikeaa ikää (3,5–5 v). Arviota lapsen iästä on perusteltu käyttäen monipuolista psykologista tietoa ja käsitteistöä. Tiedon hallinta on kiitettävää. Vastaus on pääosin tehtävänannon mukainen. Aineistoa on hyödynnetty hyvin. Vastaus muodostaa kiitettävän kokonaisuuden. Arviota lapsen iästä on perusteltu selkeästi ja vakuuttavasti.

Jos merkkejä on 50 % yli sallitun määrän, vähennetään 2 pistettä, 100 % ylityksestä vähennetään 4 pistettä.

Osa II

4. Psykologiset ilmiöt Anna Puun *Keho puhuu* -laulun sanoissa (20 p.)

Keho puhuu -laulu kertoo tunteista ja niiden kommunikoinnista läheisessä ihmissuhteessa. Sanoituksessa tunteita kuvataan kehollisina kokemuksina, joita on usein vaikea tulkita tai kertoa sanallisesti. Vastauksessa voidaan selittää, miten emotionit syntyvät biologisten ja kognitiivisten tekijöiden vuorovaikutuksessa. Esimerkiksi suuttumus, josta laulussa kerrotaan, aiheuttaa sen, että hengitys nopeutuu ja lihakset saattavat jännittyä ja kasvot punertua verenkierron nopeutuessa. Tämän ulkopuolinen voi havaita tarkkailemalla vihaisen henkilön ”kehon kieltä”.

Vastauksessa voidaan käsitellä tunneteorioita tai tunteiden kognitiivista ja biologista perustaa. Tunteet ja niiden osuus vuorovaikutuksessa ja hyvinvoinnissa on myös yksi laulun psykologisista ilmiöistä. Tunteet ovat keskeinen osa vuorovaikutusta, ja niitä voidaan pohtia esim. empatian ja peilisolujen kautta. Laulun sanoissa ja psykologisissa tutkimuksissa painotetaan kosketuksen merkitystä ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Kosketuksen yhteydessä voidaan myös mainita sen vaikutus aivojen välittäjäaineiden tuotantoon. Omien ja muiden tunteiden tunnistaminen ja ymmärtäminen ovat osa psyykkistä hyvinvointia. Toisten tunteiden ymmärtäminen vaatii mielenteoriaa, jota on mahdollista käsitellä vastauksessa. Laulun sanoja voidaan selittää myös aikuisten välisillä kiintymyssuhteilla. Mielenterveyden häiriöistä erityisesti masentuneisuuden tai ahdistuneisuuden (paniikkikohtaukset) käsitteleminen on mahdollista. Laulun lyriikat antavat mahdollisuuksia monenlaisiin tulkintoihin.

9–11 p. Vastauksessa selitetään jokin laulun sanoista tulkittavissa oleva psykologinen ilmiö hyvin tai muutamia psykologisia ilmiöitä tyydyttävästi. Aineistoa on käytetty melko hyvin.

15–17 p. Vastauksessa on selitetty laulun sanoista tulkittavissa olevia psykologisia ilmiöitä kiitettävästi. Aineistoon viitataan usein ja sitä on hyödynnetty hyvin.



5. Kognitiivisten taitojen kehittyminen aikuisuudessa (20 p.)

Kyseessä on kognitiivisen psykologian alueelle sijoittuva tehtävä, joka mahdollistaa valittuun toimintalaajiin liittyvän tiedon soveltamisen aikuiselämän kontekstissa. Asiantuntijuuden tutkimuksessa eritellään sitä, miten erilaisiin ammatteihin tai harrastuksiin liittyvä osaaminen kehittyy. Asiantuntijuus on aina alakohtaista: se perustuu jonkin tietyn tiedon ja taidonalan hallitsemiseen. Asiantuntijoiden ja aloittelijoiden vertailut ovat paljastaneet, että asiantuntijoille on tyypillistä 1) hyvin organisoituneen ja käyttökelpoisen tietämyksen hallinta, 2) ongelmien syvälinen hahmottaminen, 3) monimutkaisten ja merkityksellisen tilanteiden tunnistaminen, 4) erittäin kehittynyt työ- ja pitkäkestoinen muisti, 5) tehokkaat ongelmanratkaisustrategiat sekä 6) valmius arvioida omaa tietoa ja ongelmanratkaisuvalmiuksia. Asiantuntijuuden kehityksen kannalta oleellista on päästä varhaisessa vaiheessa asiantuntevaan ohjaukseen; tämän takia monet aikuiset asiantuntijat ovat todennäköisesti aloittaneet harjoittelun jo nuoruudessaan. Koulutus luo perustan asiantuntijuudelle, mutta kehitys jatkuu pitkäaikaisessa toiminnassa, kuten ongelmanratkaisussa, kyseisellä alalla. Asiantuntijuuden kehityksen kannalta olennaista on pitkäjänteinen tarkoituksellinen (suorituskykyä venyttävä) harjoittelu osaavampien ohjaajien tuella. Toiminta asiantuntijayhteisössä ja -verkostossa tukee merkittäväällä tavalla asiantuntijuuden kehitystä. Hyvässä vastauksessa tuodaan esiin, etteivät kaikki aikuiset saavuta asiantuntijuuden tasoa, vaan jotkut jäävät rutiininomaisen osaamisen tasolle.

Ongelmanratkaisulla puolestaan tarkoitetaan yksilön kognitiivista ponnistelua tilanteessa, jossa hänellä on jokin haaste tai este ylitettävänäan muttei aikaisempaan kokemukseen perustuvaa ratkaisumallia tukenaan. Aikuisuudessa ongelmanratkaisutilanteet liittyvät esimerkiksi työhön, arkielämään tai harrastuksiin. Ongelma-avaruus sisältää ne ratkaisupolut, joiden kautta on mahdollista edetä lähtötilanteesta tavoitetilanteeseen. Jotkut ongelmat on mahdollista ratkaista rutiininomaisesti nojautumalla aikaisempaan kokemukseen tai ongelmanratkaisualgoritmeihin (erilaisten ratkaisujen mekaaninen kokeileminen). Toiset ongelmat ovat niin monimutkaisia tai visaisia, ettei niitä ole mahdollista ratkaista mekaanisesti eikä ratkaisun oikeellisuutta voida välttämättä edes aukottomasti osoittaa. Tällaisessa tapauksessa ongelma-avaruus on niin laaja, ettei kaikkia kuviteltavissa olevia ratkaisuja ole mahdollista tai mielekästä käydä lävitse. Tällöin on pakko nojautua joihinkin ongelmanratkaisun heuristiikkoihin. Ne ovat ratkaisun valikoivan etsimisen menetelmiä, joiden avulla voi päästä nopeaan ratkaisuun; ne eivät kuitenkaan takaa ongelmanratkaisun onnistumista. Aikuiset ovat pitkän ajan kuluessa saaneet kokemuksia monenlaisista ongelmanratkaisutilanteista ja kehittäneet toimivia heuristiikkoja tyypillisten ongelmien ratkaisemiseen. Hyvässä vastauksessa on mahdollista pohtia sitä, että aikuiset kohtaavat muuttuvassa maailmassa koko ajan uusia ongelmia, jolloin heidän ongelmanratkaisuvalmiutensa voivat olla jatkuvasti koetuksella.



Päätöksenteko on eräs ongelmanratkaisun muoto. Päätöksenteolla tarkoitetaan kognitiivista prosessia, joka johtaa jotakin toimintaa tai asiaa koskevan päätöksen tekemiseen. Tarvitsemme päätöksentekoa silloin, kun meidän on toteutettava jokin asia, mutta emme tiedä, kuinka sen käytännössä tekisimme. Päätöksentekoon liittyy usein jonkin tietyn toimintalinjan valitseminen muiden sijasta epävarmassa tilanteessa. Aikuisen päätöksenteko tapahtuu usein aikapaineen alaisena, koska käytännön tilanteissa saattaa olla vain vähän aikaa päätöksen tekemiseen. Joissakin toisissa tilanteissa aikaa voi olla enemmän, mutta ratkaisua vaikeuttaa monien toisiinsa vaikuttavien tekijöiden huomioon ottaminen. Päätöksenteko on erityisen haastavaa, jos ongelmat on määritelty heikosti. Yksilön on valittava epätäydellisen tiedon varassa tarkoituksenmukainen vaihtoehto monista mahdollisista ratkaisuista, joiden toimivuudesta ei etukäteen voi olla varma. Psykologinen tutkimus on osoittanut monenlaisten vinoumien vaikuttavan päätöksentekoon. Esimerkkinä tästä on ihmisen taipumus etsiä tukea nykyisten uskomusten ja oletusten tueksi. Aikuisen on oleellista tunnistaa tilanteet, joissa on tärkeää tai välttämätöntä aktivoida tietoinen pohdinta (systeemi 2) sen sijaan, että nojaututaan nopeaan, automaattiseen ja intuitiiviseen (systeemi 1) päätöksentekoon. Hyvässä vastauksessa voidaan pohtia sitä, että vaikka osa aikuisista pystyy hyödyntämään kasautuvaa elämäkokemusta tehdäkseen viisaita päätöksiä, toiset eivät välttämättä kehitä päätöksentekoon liittyvää osaamistaan kokemuksesta huolimatta.

9–11 p. Vastaus on tehtävänannon mukainen, ja siihen sisältyy pääosin mielekästä psykologista tietoa valitusta aiheesta. Esimerkit ovat aiheen kannalta tarkoituksenmukaisesti valittuja. Aiheeseen liittyvää psykologista tietoa on sovellettu hyvin, ja perusteluja on useissa kohdissa.

15–17 p. Vastauksessa on monipuolista psykologista tietoa ja käsitteistöä valitusta aiheesta. Esimerkit ovat osuvia ja psykologiseen tietoon luontevasti ankkuroituja. Vastaus on hyvin jäsentynyt, ja se muodostaa kiitettävän kokonaisuuden. Perustelut ovat monipuolisia ja vakuuttavia.

6. Psykologiset näkökulmat Positiiviseen CV:hen (20 p.)

Positiivisella CV:llä lapset ja nuoret harjoittelevat itsestään ja omista taidoistaan kertomista ja niiden arvioimista. Kertominen ja arvioiminen kehittävät metakognitiota omista taidoista, ja samalla lapsen tai nuoren minäkäsitys tarkentuu. Prosessi voi myös tukea nuoren identiteetin kehitystä konkretisoimalla omaa osaamista ja mielenkiinnon kohteita. Toinen keskeinen näkökulma Positiiviseen CV:hen on motivaatio. Kun omat taidot ja kiinnostuksen kohteet hahmottuvat paremmin, saattaa myös motivaatio niiden kehittämiseen kasvaa. Taitojen listaaminen voi kehittää lapsen tai nuoren minäpystyvyyden kokemusta. Myös persoonallisuuspsykologia tarjoaa näkökulmia kysymykseen vastaamiseen. Positiivinen CV tarjoaa



mahdollisuuden ilmaista omaa persoonallisuutta ja tavan tulkita omia mielenkiinnon kohteita ja taitoja. Kognitiivisen psykologian näkökulmasta Positiivista CV:tä on mahdollista tarkastella esimerkiksi havaintokehän kautta. Sisäiset mallit ohjaavat havaitsemista: asiat, joihin kiinnittää itsessään huomiota, havaitsee, ja näin Positiivisesta CV:stä voi tulla itseään toteuttava ennuste. Selittämiseen voi käyttää myös selviytymisennusteen käsitettä, jonka mukaan positiivinen minäkuva ja usko omaan pärjäämiseen lisää motivaatiota ja sitä kautta onnistumisen kokemuksia. Positiivisen CV:n psykologisia vaikutuksia voi tarkastella myös kriittisesti.

9–11 p. Vastauksessa on erilaisia psykologisia näkökulmia Positiivisen CV:n vaikutuksista. Psykologisen tiedon ja käsitteistön hallinta on hyvää.

15–17 p. Vastauksessa on monia psykologisia näkökulmia Positiivisen CV:n vaikutuksista. Psykologista tietoa sovelletaan kiitettävästi vastauksen perusteluissa ja pohdinnassa.

Osa III

7. Harhojen seuraukset (30 p.)

Hyvä vastaus perustuu ymmärrykseen siitä, että psykoosi on vakava tila, johon vaikuttavat usein biologiset, jopa perinnölliset tekijät. Ansiokkaassa vastauksessa hyödynnetään hyvin haastateltujen ihmisten kokemusmaailman kuvauksia, joissa keskeistä on pelon tai jopa kauhun tunteen kokeminen. Molemmat haastatellut kertovat näköharhojen äärimmäisestä pelottavuudesta. Koska pelot eivät liity ympäristön todellisiin ja muiden kanssa jaettavissa oleviin uhkiin, niitä voi olla vaikea tietoisesti säädellä. Vastauksessa on mahdollista käyttää tietoa siitä, miten nämä emootiot syntyvät psykoosissa verrattuna normaalitilanteeseen. Myös tietoa pelon neuraalisesta perustasta voidaan hyödyntää vastauksessa. Niin ikään saatetaan pohtia, mitä seurauksia voi liittyä jatkuvan pelon kanssa elämiseen. Kokelas voi myös käsitellä tietoisuuden ja havaitsemisen luonnetta prosessina, jonka aivot tuottavat ja joka ei välttämättä ole luotettava kuvaus ympäröivästä maailmasta.

Myös äänen kuuleminen (tässä esimerkissä toisen ajatusten) voi olla pelottavaa. Davidin kuvaamassa esimerkissä vainoharhaisuus yhdistyi tunteeseen, että toinen haluaa hänelle paha. Sosiaalisten suhteiden ylläpitämisen kannalta on haastavaa, mikäli muut ihmiset koetaan vakavaksi uhkaksi. Myös käsitys siitä, etteivät perustavanlaatuiset, ympäristöä koskevat aistikokemukset ole jaettuina, saattaa vaikeuttaa sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä. Yksinäisyys ja eristäytyminen voi puolestaan lisätä oireita. Rachel kuvasi



havaintoiaan vääristyneestä peilikuvastaan. Hyvässä vastauksessa tätä voidaan pohtia esimerkiksi siltä kannalta, miten psyykkisen ja fyysisen minäkokemuksen hajoaminen vaikuttaa yksilöön ja sosiaalisiin suhteisiin. Vastauksessa tulisi kehitellä ajatuksia siitä, mistä asioista on yleensä hyötyä psyykkisen tasapainon ylläpitämisessä ja miten harhat tai vainoharhaisuus vaikeuttavat tasapainon löytymistä. Vastauksessa tuodaan esille, että psykoosissa tasapainon menettämisen kokemus on vallitseva, jolloin yksilön omien valintojen vaikutus ei ole välttämättä kovin suuri. Esimerkiksi lääkkeet voivat auttaa tasapainon löytymisessä, koska tavalliset hallinta- ja puolustuskeinot eivät ehkä ole kovin tehokkaita. Haastattelut osoittivat, että sairastuneet pystyivät kertomaan harhoistaan tarkasti. He myös ymmärsivät harhojen liittyvän sairauteen. Jaettu kokemus sairauden aiheuttamista oireista turvallisesti koetussa ympäristössä, kuten psykiatrisessa hoidossa, voi auttaa. Tällöin harhojen pelottavuus saattaa vähentyä ja niitä voi kokea hallitsevansa paremmin.

13–16 p. Tiedon hallinta on hyvää ja aineistosta on poimittu olennaisia asioita, kuten pelon kokemus, joka liittyi molempien haastateltavien harhoihin. Psykologisen tiedon käsittely on hyvää: vastauksessa pohditaan molempia kysytyjä vaikutusalueita (yksilö, sosiaaliset suhteet) ja kehitetään joitakin ajatuksia psyykkisen tasapainon ylläpitämisen haasteista psykoosissa.

22–25 p. Tiedon hallinta ja psykologisen tiedon kehittäminen on erinomaista. Kokelas osoittaa syvällistä tietämystä aiheesta ja käsittelee aineistoa oivaltavasti. Vastauksessa pohditaan hyvin jäsentyneesti kysytyjä vaikutusalueita (yksilö, sosiaaliset suhteet) ja kehitetään oivaltavasti ajatusta psyykkisen tasapainon ylläpitämisen merkittävistä haasteista psykoosissa.

8. Yksinäisyys ja sosiaalinen media (30 p.)

Kyseessä on kehittelytehtävä, jossa voi soveltaa nuorten kehitykseen ja vertaissuhteisiin liittyvää psykologista tietoa nuorten arkielämään läheisesti liittyvässä aihepiirissä. Tehtävässä tulee käsitellä sekä yksinäisyyden kokemusta vähentäviä että sitä lisääviä sosiaaliseen mediaan liittyviä tekijöitä. Vastauksessa voidaan pohtia, kuinka sosiaalinen media mahdollistaa ajan viettämisen laajassa sosiaalisessa verkossa, johon kuuluvat myös aikaisempien koulujen ja naapurustojen kaverit. Vuorokaudenajasta ja paikasta riippumatta on mahdollista olla suorassa yhteydessä kavereiden kanssa sekä jakaa sosiaalisia ja emotionaalisia kokemuksia. Sosiaalinen media voi myös tukea sellaisten nuorten verkostoitumista, jotka eivät halua tai kykene siihen muussa vuorovaikutuksessa. On myös mahdollista löytää vähemmistön edustajana vertaisryhmä, vaikka sellaista ei olisi fyysisessä ympäristössä. Sosiaalinen media kuitenkin rohkaisee valikoimaan, muokkaamaan ja parantamaan itsestä annettua vaikutelmaa. Seurauksena tästä se



tarjoaa kiiltokuvamaisia näkymiä hyvin menestyneiden ja suosittujen kavereiden elämään. Siten heikossa asemassa olevat, itseluottamukseltaan hauraat ja epävarmat nuoret, saattavat kokea, etteivät he kuulu muiden nuorten joukkoon. Toisaalta yksinäisyyttä voivat kokea myös sosiaalisessa mediassa suositut nuoret, jos heillä ei ole tarpeeksi ihmissuhteita, joissa he voivat olla oma itsensä sosiaalisessa mediassa suosiota saavan ”roolihahmon” sijaan. Jotkut nuoret saattavat korvata sosiaalisen median avulla kasvokkaista vuorovaikutusta, mikä voi johtaa vastavuoroisten sosiaalisten kontaktien vähenemiseen. Virtuaalisessa kanssakäymisessä ei myöskään ole fyysistä läheisyyttä. Kaverit ovat tärkeä nuoren kehitystä välittävä vertaisryhmä. Ulospäinsuuntautuneilla ja sosiaalisilla nuorilla voi olla kokonainen joukko kavereita, mutta toisilla vain muutama. Jotkut nuoret kokevat jo koulun varhaisista vaiheista alkaen yksinäisyyttä, eikä heillä juuri ole kavereita. Sosiaalinen media ylikorostaa näennäisten ystävyysuhteiden määrää, ja siten se ruokkii yksinäisyyden kokemusta. Yksinäiset nuoret saattavat tämän seurauksena kokea itsensä entistä yksinäisemmiksi. Nettikiusaaminen voi pahentaa yksinäisyyttä tai johtaa ryhmistä eristämiseen. Psykososiaalisen kehityksen kannalta olennaista ei kuitenkaan ole kaverisuhteiden määrä vaan laatu; yksikin hyvä kaveri saattaa tarjota merkittävää sosiaalista tukea.

13–16 p. Vastaukseen sisältyy pääosin mielekästä tietoa sosiaalisen median vaikutuksesta nuorten yksinäisyyden kokemuksen lisääntymiseen ja sen vähenemiseen. Myös käsitteistö on enimmäkseen mielekästä. Vastauksessa hyödynnetään nuorten kehitykseen ja vertaissuhteisiin liittyvää tietoa, ja tiedon hallinta on joistakin rajoituksista huolimatta hyvätasoista. Vastaus on suhteellisen hyvin jäsentynyt, vaikka osa tekstistä saattaa jäädä irralliseksi. Psykologista tietoa sovelletaan, kehitellään ja arvioidaan hyvin. Perusteluja on useissa kohdissa, ja ne ovat paikkansa pitäviä.

22–25 p. Vastaukseen sisältyy monipuolista psykologista tietoa sosiaalisen median vaikutuksesta nuorten yksinäisyyden kokemuksen lisääntymiseen ja sen vähenemiseen. Myös käsitteistö on monipuolista. Vastauksessa sovelletaan psykologista tietoa luontevasti nuorten arkikokemukseen liittyvän ilmiön analyysiin, ja siinä tarkastellaan aihetta useasta psykologian näkökulmasta. Vastaus osoittaa kiitettävää psykologisen tiedon hallintaa. Vastaus muodostaa ehyen ja kiitettävästi jäsenneilyn kokonaisuuden. Psykologista tietoa sovelletaan, kehitellään ja arvioidaan kiitettävästi. Perustelut ovat selkeitä ja vakuuttavia.

9. Salaisuuksien jakaminen (30 p.)

9.1. (15 p.)

Hyvässä vastauksessa kokelas osoittaa tunnistaneensa tutkimusasetelman poikittaistutkimukseksi. Tutkimuksessa käytetyt tiedonkeruumenetelmät – haastattelu – osataan nimetä tekstin perusteella.



Aineiston otantamenetelmäksi tunnustetaan mukavuusotanta. Otantamenetelmää ei tarvitse nimetä, mutta hyvässä vastauksessa käy ilmi, että tutkittavien valintaa ei ole tehty esim. satunnaisotannalla. Tutkimuksen tulos on myös ymmärretty ja selitetty oikein. Molemmat tutkimuksen osiot osoittivat, että kuuteen ikävuoteen mennessä lapset alkavat olettaa salaisuuden jakamisen kertovan lasten välisestä ystävydestä. Tämä käsitys vahvistui iän myötä. 3–5-vuotiaat eivät pitäneet salaisuuden jakamista osoituksena ystävyssuhteesta. Tutkimuksessa osoitettiin, että salaisuuden jakaminen on vahvempi viesti ystävydestä kuin keksin antaminen (tutkimus 1) tai tiedon jakaminen (tutkimus 2). Osatehtävä 9.1. arvioidaan askeleittain pisteillä 0, 3, 6, 9, 12, 15.

6 tai 9 p. Vastaukseen sisältyy pääosin mielekästä psykologista tietoa ja käsitteistöä. Tiedon hallinta on hyvää, mutta osittain rajoittunutta.

12 tai 15 p. Vastaukseen sisältyy monipuolista psykologista tietoa ja käsitteistöä. Tiedon hallinta on kiitettävää tai erinomaista.

9.2. (15 p.)

Hyvässä vastauksessa pohdinta tutkimuksen tuloksesta kytketään tietoon siitä, miten sosiaalinen kognitio kehittyy lapsuudesta varhaisnuoruuteen. Vastauksessa tarkastellaan mm. sitä, missä iässä lapsi ymmärtää, että toisella ihmisellä on omat tunteet ja ajatukset (mielenteoria) ja miten tämä voi vaikuttaa salaisuuden merkityksen arviointiin. Vastaukseen voi sijoittaa myös lapsen ajattelun kehitystä koskevaa tietoa, joka liittyy egosentrisyyteen tai moraalien kehitykseen. Vastauksessa pohditaan myös ystävyssuhteiden merkityksen ja roolin muuttumista kolmesta ikävuodesta kahteentoista ikävuoteen. Vastauksessa voidaan pohtia myös sitä, miten keksin antaminen tai tiedon jakaminen saattavat poiketa toisistaan arvioitaessa ystävyssuhdetta. Hyvässä vastauksessa on niin ikään mahdollista arvioida tutkimuksen tuloksia suhteessa tutkimusasetelmaan ja -menetelmiin.

7–8 p. Vastaukseen sisältyy pääosin mielekästä psykologista tietoa ja käsitteistöä. Vastaus on enimmäkseen tehtävänannon mukainen, mutta osa tekstistä jää irralliseksi. Aineistoa on hyödynnetty melko hyvin. Vastaus on jäsentynyt. Psykologisen tiedon soveltaminen, kehittäminen ja arviointi on hyvää. Perusteluja on useissa kohdissa, ja ne ovat paikkansa pitäviä.

11–13 p. Vastaukseen sisältyy monipuolista psykologista tietoa ja käsitteistöä. Tiedon hallinta on kiitettävää. Vastaus on tehtävänannon mukainen. Aineistoa on hyödynnetty hyvin. Vastaus muodostaa kiitettävän



YLIOPPILASTUTKINTOLAUTAKUNTA
STUDENTEXAMENSNÄMNDEN

kokonaisuuden. Psykologista tietoa sovelletaan, kehitellään ja arvioidaan kiitettävästi. Perustelut ovat selkeitä ja vakuuttavia.