

Opetus- ja kulttuuriministeriölle

17. 01. 2014

Viite: Lausuntopyyntö 20.12.2013

ad no. 85,040, 2012

**LAUSUNTO LUKIOKOULUTUKSEN YLEISTEN VALTAKUNNALLISTEN
TAVOITTEIDEN SEKÄ TUNTIJAON UUDISTAMISTA VALMISTELLEEN
TYÖRYHMÄN EHDOTUKSISTA**

Lukion tuntijakoesityksessä (Tulevaisuuden lukio. Opetus- ja kulttuuriministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2013:14) esitetään psykologian osalta, että nykyisestä kaikille yhteisestä kurssista luovutaan (A ja B vaihtoehtoissa), ja että psykologian valtakunnallisten kurssien kokonaismäärää vähennetään yhdellä kurssilla viidestä neljään (kaikissa A, B ja C vaihtoehtoissa).

Me allekirjoittaneet psykologian ammattialan edustajat pidämme A ja B vaihtoehtoja epäonnistuneina. Kannatamme vaihtoehtoa C, kuitenkin niin, että psykologian valtakunnallisia kursseja ei vähennetä.

Meitä ihmetyttää suuresti, miksi aineeseen, joka Tulevaisuuden lukio – julkaisussakin (2013, s. 27) todetaan yhdeksi suosituimmaksi oppiaineeksi (yli 61 prosenttia nuorista oli valinnut psykologian syventäviä kursseja), edes ehdotetaan kurssivähennystä. Työryhmän ehdotus asettaa oppiaineet epätasa-arvoiseen asemaan ilman minkäänlaisia julkilausuttuja perusteluita.

Toiseksi pidämme laaja-alaisen yleissivistyksen ja jatko-opintojen kannalta keskeisenä, että jokainen opiskelija tutustuu lukio-opinnoissaan eri tieteisiin pohjautuvien oppiaineiden perusteisiin. Laaja, osittain pakollinen ainevalikoima kuuluu välttämättömänä osana lukiokoulutuksen yleissivistävyyden perustaan. Lukio-opiskelun pirstaleisuus ei synny liian monen oppiaineen opiskelusta vaan liian vähäisestä opiskelun suunnittelusta, ohjauksesta ja hajanaisista rakenteista.

Kehityopsykologisesti on kohtuutonta vaatia lukion aloittavilta nuorilta tarkkoja tulevaisuudensuunnitelmia ja lopullisia valintoja. Virheelliset valinnat voisivat kostautua kohtalokkaasti, kun lukiossa ei olekaan opiskellut aineita, joita tarvitsisi jatko-opinnoissa.

Psykologiaa ei opiskella peruskoulussa, joten pakollisen kurssin puuttuessa lukiolainen voisi käydä koko yleissivistävän koulun käymättä yhtään psykologian kurssia. Samalla lukiolaiselta evättäisiin mahdollisuus edes kiinnostua siitä. Kuitenkin jatko-opinnoissa psykologian perustiedot ja soveltaminen tulevat eteen useilla eri ammattialoilla. Psykologian opiskelu lukiossa antaa hyvät valmiudet niin tiedollisesti kuin taidollisestikin kohdata tulevaisuuden työelämän muuttuvia haasteita.

Psykologian opettajien ammattitaito ja psykologiatieteen mahdollisuudet sopivat mahdollisten kokonaisvaltaisten teemaopintojen toteuttamiseen. Yhteiset opintokokonaisuudet ovat mielestämme turhia.

Pidämme erityisen tärkeänä, että jatkossakin kaikilla lukio-opiskelijoilla on oikeus opiskella psykologiaa viisi kurssia: yksi pakollinen peruskurssi ja neljä valinnaista syventävää valtakunnallista.

Miksi mahdollisuus opiskella psykologiaa viisi valtakunnallista kurssia lukiossa on niin tärkeää?

Kaikki toimintamme ja kokemuksemme välittyvät mielen kautta ja psykologiset ilmiöt ovat taustavaikuttajina kaikessa inhimillisessä toiminnassa ja vuorovaikutuksessa. Tulevaisuuden lukio – julkaisussa (2013, 30) todetaan, että lukiokoulutuksen tulisi antaa opiskelijoille tietoja ja taitoja mm. jatko-opintoihin ja persoonallisuuden monipuoliseen kehittämiseen. Lukiolaiselle ensiarvoisen tärkeitä tietoja ja taitoja elämää varten ovat esimerkiksi psykologian opetuksen keskeiset oppisisällöt: itsetuntemus ja identiteetin kehitys, oppimisen psykologia, stressin ja tunteiden säätelyyn sekä motivaation rakentamiseen ja itsensä ohjaamiseen liittyvät taidot, perusteet mielenterveydestä sekä omana tärkeänä kokonaisuutenaan tieteellisen tutkimustiedon tunteminen, ymmärtäminen ja kriittinen käsittely.

1. Psykologia auttaa nuoria kasvamaan siihen maailmaan, mihin he ovat menossa

Tulevaisuuden lukio –julkaisun mukaan (2013, 30) lukiokoulutuksen tulisi antaa opiskelijoille työelämän tietoja ja taitoja. Psykologian opiskelu lukiossa antaa seuraavia keskeisiä taitoja toimia tehokkaasti ja taitavasti monimutkaistuvassa ja alati muuttuvassa maailmassa:

Ajattelu- ja ongelmanratkaisutaidot

Monimutkaisessa informaatioyhteiskunnassa toimiminen vaatii tehokkaita ajattelu- ja ongelmanratkaisutaitoja. Tulevaisuuden lukio -julkaisun (2013, 21) mukaan lukio-opetuksessa olisi erityisesti panostettava kriittisyyteen ja oppimaan oppimisen taitoihin sekä tietoteknisiin valmiuksiin.

Tietoyhteiskunnassa toimiminen vaatii ymmärrystä ihmisen tiedonkäsittelyn rajoitteista ja vahvuuksista. Psykologian tarjoama tieto havaitsemista ohjaavista tekijöistä, tarkkaavaisuuden suuntaamisesta, tiedonkäsittelyyn liittyvistä virhetekijöistä, tehokkaasta oppimisesta ja muistin tarkoituksenmukaisesta käyttämisestä auttavat toimiaan erilaisten medioiden virrassa tarkoituksenmukaisesti.

Ihmisen mielen toimintaan ja hyvinvointiin liittyvää varsin ristiriitaistakin informaatiota on runsaasti tarjolla eri medioissa. Sen laatu vaihtelee suuresti, jolloin kriittisen arvioinnin kyky on keskeinen kansalaistaito. Se antaa myös oivallisen mahdollisuuden harjoitella nuoria kiinnostavien ja motivoivien teemojen äärellä toimimista digitaalisissa ympäristöissä: tiedonhakua, kriittistä arviointia, analysointia ja synteessin tekemistä. Tällaiset prosessit kehittävät korkeatasoisen ajattelun taitoja, jolloin nuori oppii lähestymään maailmaa tunnistuen ongelmien monimutkaisuuden, ymmärtämään tiedon suhteellisuutta ja arvioimaan tietolähteitä kriittisesti.

Psykologian opettajat ovat erityisellä tavalla oppimisen asiantuntijoita ja kykeneviä sekä opettamaan ajatteluun liittyvää teoretietoa että samalla rakentamaan prosesseja, joissa ajattelun taidot kehittyvät. Korkeatasoisen ajattelun taitojen harjaannuttaminen vaatii reflektiivisyyttä, dialogisuutta ja kohtaamista, ja psykologia-oppiaineen keskustelevala luonne antaa tukea myös tällaiseen avoimeen innovointiin ja ideoiden kollektiiviseen arviointiin. Tulevaisuuden lukio - julkaisussa (2013, 33) kuvatuista uuden tuntijaon tavoitteista kokonaisuuksien hallinta, oppimisen taidot, tieteellinen ja siihen sisältyvä kriittinen ajattelu sekä vuorovaikutus- ja yhteistyötaidot ovat psykologia-oppiaineen peruslähtökohtia.

Sosiaaliset taidot

Tulevaisuuden lukio –julkaisussa (2013, 31) korostetaan mm. kommunikaatio- ja vuorovaikutustaitojen tärkeyttä.

Tulevaisuudessa sosiaaliset ja yhteisölliset taidot tulevat olemaan nykyistäkin keskeisemmässä asemassa. Työelämä on muuttunut suuntaan, jossa sosiaalisten taitojen, itsensä ilmaisemisen, tiimityöskentelyn ja tunneällyn merkitys on korostunut. Psykologiassa näitä taitoja sekä tarkastellaan teoreettisesti että aktiivisesti harjoitellaan useilla eri kursseilla. Sosiaalisten taitojen asiantuntijana psykologian opettajalla on erityisvalmiuksia ohjata tunnetaitojen ja vuorovaikutuksen harjoittelua.

Oppimisen ja itsensä motivoimisen taidot

Tulevaisuuden lukio –julkaisussa (2013, 21,33) todetaan, että lukioissa olisi erityisesti panostettava mm. kriittisyyteen ja oppimaan oppimisen taitoihin. Psykologianopettaja on nimenomaan oppimisen asiantuntija.

Elinikäinen oppiminen on nykyihmisen elämänkaaren kannalta välttämätöntä monenlaisiin ennakoimattomiin tieto- ja taitovaatimuksiin valmistautumisessa. Tehokkaiden opiskelutaitojen omaksuminen edellyttää psykologista tietoa ja metakognitiivisten taitojen harjoittelua. Oppimisen ja opiskelun psykologiaan liittyvät sisällöt auttavat tulemaan tietoisemmaksi omista vahvuuksista ja heikkouksista sekä kehittämään parempia oppimistaitoja ja –valmiuksia. Motivaatiopsykologian tuntemus tukee opiskelua ja työelämässä tarvittavaa itsensä johtamisen taitoa - itseään voi oppia motivoimaan eri tavoin.

Työelämässä edellytetään paitsi hyviä vuorovaikutustaitoja myös stressinsietokykyä ja kykyä oppia uusia ja muuttuvia toiminta- ja tietokäytäntöjä. Psykologisen tietämyksen ydintä on auttaa nuoria ymmärtämään tällaisten haasteiden yksilön kehitykselle asettamia vaatimuksia.

Tulevaisuuden lukio –julkaisussa (2013, 33) esitetään tuntijakoesityksen lähtökohdaksi opiskelijan tulevaisuuden hallinta- ja valintataidot sekä valmiudet ura- ja elämänsuunnittelun parantamiseen. Psykologian opiskelu auttaa nuoren uranvalintapohdintoissa lisäämällä käsitteellisiä valmiuksia pohtia omaa persoonallisuuttaan ja motivaatiota ja tavoitteiden merkitystä toiminnanohjauksessa. Esimerkiksi kehityspsykologian elämänläheiset opetussisällöt luovat hyvän pohjan kasvatus- ja sosiaalialoille pyrkiville ylioppilaille. Perustiedot esimerkiksi temperamentista, psyykkisestä hyvinvoinnista tai tiedonkäsittelystä ovat hyödyllisiä alalla kuin alalla. Monille lukio on ensimmäinen ja myös viimeinen paikka, jossa näiden tieteellisen psykologian käsitteiden kanssa pääsee kosketuksiin. Kyse ei ole vain oman itsensä kehittämisestä ja reflektiosta vaan myös tulevaisuuden yhteiskunnan rakentamisesta.

Monikulttuurisuus ja kansainvälisyys

Psykologianopetus rakentaa pohjaa suvaitsevamalle ja tasa-arvoisemmalle yhteiskunnalle tarkastelemalla esimerkiksi stereotyyppien, asenteiden ja ennakkoluulojen, sukupuoliroolien, ryhmien välisten konfliktien, konformisuuden ja kulttuurierojen vaikutusta ihmisten toimintaan. Kulttuurien välisen tai kulttuurieroja valottavan psykologian tarjoama tutkimustieto edesauttaa hahmottamaan, mikä on ihmisille yhteistä universaalisti ja mikä kulttuurisidonnaista, mikä puolestaan edesauttaa kulttuurierojen ymmärtämistä, hyväksymistä ja huomioon ottamista. Etenkin tilanteissa, jossa kulttuuriset stereotypit ja joidenkin vähemmistöryhmien alhaiset statukset

houkuttelevat syrjivään käyttäytymiseen, psykologinen tieto ja toiminnalliset harjoitukset auttavat ymmärtämään erilaisuutta ja asettumaan toisen ihmisen asemaan.

2. Psykologian opiskelulla on merkitystä hyvinvoinnin edistämisessä tulevaisuudessa

Tulevaisuuden lukio –julkaisussa (2013, 31) korostetaan opiskelijoiden valmiuksia huolehtia omasta psyykkisestä hyvinvoinnistaan.

Psykologian opiskelu lisää henkistä koherenssia.

Henkisen hyvinvoinnin kehitys on huolestuttavaa. Nuorten nukahtamis- ja unihäiriöt ovat kasvaneet jatkuvasti, samoin psyykenlääkkeiden käyttö. Noin 15-25 % nuorista kärsii jostakin mielenterveyden häiriöstä ja koko väestössäkkin joka viidennellä on jokin psykiatrinen diagnoosi. Yksi viidesosa lukiolaistytöistä on uupuneita, ja lukion aikana poikien kyynistyminen lisääntyy. Yksilön elämönhallintataidot ovat yhä tärkeämpiä tulevaisuuden yhteiskunnassa ja niiden riittämättömyys tulee meille kalliiksi.

Työelämä edellyttää yhä pitenevää työuraa ja tässä kehityksessä yksilö on lopulta vastuussa itse omasta hyvinvoinnistaan. Psykologian avulla ihminen voi lisätä monipuolisesti itsetuntemustaan ja tuntemalla omat vahvuudet sekä kehittämisen kohteet ihminen voi itseohjautuvasti säädellä toimintaansa niin että voi hyvin ja pystyy myös tukemaan lähipiirinsä hyvinvointia. Lukion psykologian opetuksessa annetaan myös tietoa yhteiskunnan erilaisista psykologisista palveluista.

Lukion psykologian tarjoama psykoedukatiivinen tieto (esimerkiksi stressistä, unesta, psyykkisen itsesäätelyn keinoista, optimistisesta ajattelusta ja mielenterveydestä) tukee nuoren itsetuntemusta ja kasvua kohti aikuisuutta. Psykologia antaa välineitä arjen hallittavuuteen ja ongelmien varhaisempaan tunnistamiseen sekä suhteellisuudentajua ymmärtää moninaisia ihmisen elämään kuuluvia vaikeuksia oikeassa mittakaavassa.

3. Psykologian opetus on kutsuva portti tieteen maailmaan

Tulevaisuuden pedagogiikassa korostuu entisestään opetuksen ja tutkimuksen lähentäminen. Tulevaisuuden lukio –julkaisussa (2013, 30) todetaan, että lukiokoulutuksen tulee tukea opiskelijoiden kasvamista yhteiskunnan jäseniksi. Nuorten kasvattaminen tietoa luovan yhteiskunnan kansalaisiksi, jossa kaikki ihmiset ovat tavalla tai toisella osallisia uuden tiedon ja innovaatioiden luomisessa, edellyttää sitä, että heillä olisi henkilökohtaisia kokemuksia tutkimusten suunnittelusta ja toteutuksesta.

Psykologiatieteen perustana on empiirinen kokeellinen tutkimus. Psykologianopetuksen ydinsisältöä on tieteellisiin tutkimuksiin tutustuminen ja niiden kriittinen arvioiminen. Psykologiassa harjoitellaan arvioimaan esimerkiksi tutkimusten metodologisia vahvuuksia ja heikkouksia, eettisyyttä ja mahdollisia puutteita sukupuolten tai kulttuurien välisten erojen huomioon ottamisessa. Lukion psykologian opiskelun kautta nuoret voivat saada voimaannuttavia kokemuksia tutkimusten suunnittelusta ja toteutuksesta. Psykologian merkitystä korostaa se, että monet tytöt kokevat psykologian itselleen luonnontieteitä läheisemmäksi, ja saattavat psykologian opiskelun kautta saada tutkimuksellisen kipinän.

Lukiolaisen on helppo ottaa ensi askeleita tieteen teon maailmaan psykologiassa: psykologian kokeet ja muut tutkimukset eivät välttämättä vaadi kallista välineistöä tai erityistiloja ja psykologian

aihepiirit herättävät luonnostaan lukioikäisen uteliaisuuden. Oman tutkimuksen suunnittelu ja toteuttaminen rakentavat myös aloitteellisuutta, oman toiminnan ohjausta, tiedonhallintaa, luovuutta ja ongelmanratkaisutaitoja sekä kriittistä ajattelua. Psykologian opiskelun kautta monet nuoret saavat identiteettiä rakentavan kokemuksen itsestään mahdollisina tiedon rakentajina ja luojina.

Psykologia on laaja-alainen ja kehittyvä tiede, jonka eri osa-alueisiin ei ehdi paneutua riittävästi, jos lukion oppimäärä rajataan maksimissaan neljään kurssiin. Lukiolaisella tulee olla jatkossakin oikeus syventyä psykologian opiskeluun riittävästi. Aineen nykyinen suosio todistaa, että opiskelijat ovat kokeneet sen opiskelun tärkeäksi.

4. Psykologia antaa aineksia sivistykselle – nyt ja tulevaisuudessa

Lukion uudistamisen tavoitteena on yleissivistyksen vahvistaminen (Tulevaisuuden lukio 2013, 39). Psykologia on filosofian ohella ainoa reaaliaine, johon opiskelijalla ei ole ollut aiemmin mahdollisuutta tutustua yläkoulussa. **Yksi pakollinen kurssi** psykologiaa mahdollistaa uuteen tieteenalaan tutustumisen ja kuuluu jokaisen ylioppilaan yleissivistykseen. Pakollisen kurssin lisäksi **neljä syventävää valtakunnallista kurssia** antavat hyvän valmiuden jatko-opinnoille niin psykologiassa kuin vaikkapa kognitio- tai kasvatustieteessäkin. Psykologia on yleissivistyksen osa-alue, joka mahdollistaa muun yleissivistyksen syvemmän henkilökohtaisen merkityksen ymmärtämisen.

Helsingissä 15.1.2014

Tommi Aho, puheenjohtaja, Suomen Psykologian Opiskelijain Liitto

Laura Hokkanen, professori, Psykonet yliopistoverkoston puheenjohtaja

Minka Kallio, puheenjohtaja, Psykologianopettajat PSOP ry

Tuomo Tikkanen, puheenjohtaja, Suomen Psykologiliitto

Lähde: Tulevaisuuden lukio. Valtakunnalliset tavoitteet ja tuntijako. Opetus- ja kulttuuriministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2013:14. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Koulutuspolitiikan osasto. 2013.

LAUSUNNON KESKEINEN SISÄLTÖ

Lukion tuntijakovaihtoehtoisissa A ja B reaaliaineiden pakollisista peruskursseista luovutaan uskontoa/elämäkatsomustietoa ja terveystietoa lukuun ottamatta. Kaikissa vaihtoehtoisissa A, B ja C psykologian valtakunnallisten kurssien kokonaismäärää ehdotetaan vähennettäväksi yhdellä kurssilla viidestä neljään. Me psykologian ammattialan edustajat pidämme A ja B vaihtoehtoja epäonnistuneina. Ne asettavat reaaliaineet keskenään erilaiseen asemaan. Kannatamme tuntijakovaihtoehtoa C, kuitenkin niin, että psykologian syventäviä valtakunnallisia kursseja ei vähennetä.

Lukion uudistamisen tavoitteena on yleissivistyksen vahvistaminen. Pidämme laaja-alaisen yleissivistyksen ja jatko-opintojen kannalta keskeisenä, että jokainen opiskelija tutustuu lukio-opinnoissaan eri tieteisiin pohjautuvien oppiaineiden, kuten psykologian, perusteisiin. Laaja, osittain pakollinen ainevalikoima kuuluu välttämättömänä osana lukiokoulutuksen yleissivistävään perustaan.

Kehityopsykologisesti on kohtuutonta vaatia lukion aloittavilta nuorilta tarkkoja tulevaisuudensuunnitelmia ja lopullisia valintoja.

Psykologia ja filosofia ovat ainoita reaaliaineita, joihin ei ole mahdollista tutustua peruskoulussa. Niinpä pakollisten kurssien puuttuessa koko yleissivistävän koulutuksen voisi läpäistä opiskelematta lainkaan näitä aineita. Samalla lukiolaisilta evättäisiin mahdollisuus edes kiinnostua niistä.

Uuden tuntijaon tavoitteita ovat mm. kokonaisuuksien hallinta, oppimisen taidot, tieteellinen ja siihen sisältyvä kriittinen ajattelu sekä vuorovaikutus- ja yhteistyötaidot. Nämä ovat psykologia-oppiaineen peruslähtökohtia. Tehokkaiden opiskelutaitojen omaksuminen edellyttää psykologista tietoa. Psykologian opettajat ovat oppimisen asiantuntijoita, ja kaikille yhteinen psykologian peruskurssi antaa arvokasta valmennusta oppimisen taitoihin, joista on hyötyä kaikessa opiskelussa.

Työelämässä sosiaalisten taitojen, itsensä ilmaisemisen, tiimityöskentelyn ja tunneälyn merkitys on korostunut. Psykologiassa näitä taitoja sekä tarkastellaan teoreettisesti että aktiivisesti harjoitellaan useilla eri kursseilla. Sosiaalisten taitojen asiantuntijana psykologian opettajalla on erityisvalmiuksia ohjata tunnetaitojen ja vuorovaikutuksen harjoittelua.

Lukion psykologian tarjoama psykoedukatiivinen tieto (esimerkiksi stressistä, unesta, psyykkisen itsesäätelyn keinoista, optimistisesta ajattelusta ja mielenterveydestä) tukee nuoren itsetuntemusta ja kasvua kohti tervettä aikuisuutta. Psykologia antaa välineitä arjen hallintaan ja ongelmien tunnistamiseen. Elämänhallintataidot ovat yhä tärkeämpiä tulevaisuuden yhteiskunnassa ja niiden riittämättömyys tulee meille kalliiksi.

Psykologiatieteen perustana on empiirinen kokeellinen tutkimus, ja psykologianopetuksen ydinsisältöä on tieteellisiin tutkimuksiin tutustuminen ja niiden kriittinen arvioiminen. Lukiolaisen on helppo ottaa ensi askeleita tieteen teon maailmaan psykologiassa: psykologian kokeet ja muut tutkimukset eivät välttämättä vaadi kallista välineistöä tai erityistiloja ja psykologian aihepiirit herättävät luonnostaan lukioikäisen uteliaisuuden.

Psykologia on laaja-alainen ja kehittyvä tiede, jonka eri osa-alueisiin ei ehdi paneutua riittävästi neljässä kurssissa. Pidämme erityisen tärkeänä, että jatkossakin kaikilla lukio-opiskelijoilla on oikeus opiskella psykologiaa viisi kurssia: yksi pakollinen peruskurssi ja neljä valinnaista syventävää valtakunnallista kurssia. Aineen suosio todistaa, että opiskelijat kokevat psykologian opiskelun tärkeäksi.

LIITE 1.

Abiturienttien kommentteja psykologiasta (syksy 2013):

"Lukiolaiselle psykologia antaa keinoja itsetuntemukseen. Monet lukiolaiset ovat elämänvaiheessa, jossa he etsivät itseään ja identiteettiään. Kun ymmärtää ihmismieltä ja ihmisen toimintaa yleensä, ymmärtää itseäänkin paremmin."

"Kaikilla ihmisillä on omat käsityksensä siitä, miten ihmiset toimivat yksin ja ryhmässä. Monet "baaripsykologian" päätelmät ovat kuitenkin virheellisiä, yksinkertaistettuja tai median värittämiä. Psykologian opiskelu on ainakin itselle antanut työkaluja oman ajattelun ajatusvirheiden tunnistamiseen ja muuttamiseen."

"Psykologia auttaa ymmärtämään erilaisia ihmisiä esim. vauvoja, lapsia, nuoria, omia vanhempia(!), vanhuksia jne. Antaa keinoja selittää ja ymmärtää ilmiöitä, joiden tiedosta on hyötyä oman opiskelun kehittämiseksi sekä selittää ilmiöitä, joiden ymmärtämisestä on hyötyä arkipäiväisessä elämässä. Yleissivistävä oppiaine."

"Sosiaalipsykologian opiskelu auttaisi tulevia poliitikkoja tajuamaan, miksi ihmiset käyttäytyvät siten miten he käyttäytyvät eivätkä tuomitsisi köyhiä tyhmiksi ja heikommaksi aineeksi tuntematta ihmisten taustoja."

"Lukiolaisten on myös hyödyllistä oppia tuntemaan omaa oppimistaan ja hahmottamaan, miksi opiskelu ei motivoi."

"Psykologia auttaa pohtimaan asioita kriittisemmin, kaikkea hyväksymättä."

"Psykologian tietojen ja teorioiden kautta olen oppinut paremmin hallitsemaan itseäni, kuten tunteitani ja tekojani. Osaan myös paremmin auttaa ja neuvoa ystäviäni heidän ongelmissaan."

"Oppimismekanismeja ja muististrategioita ei muissa opeteta."

"Psykologia voi auttaa ymmärtämään jokapäiväisiä ilmiöitä ja antaa keinoja käsitellä ja selvittää ongelmia."

"Auttaa toimimaan yhteiskunnan jäsenenä erilaisissa vuorovaikutustilanteissa erilaisten ihmisten kanssa mm. masennuksesta, ahdistuneisuushäiriöistä ja syömishäiriöistä puhuminen on erittäin tärkeää tapausten lisääntyessä."

"Arkielämän hallinta tuntuu helpottuvan ja ihmissuhdeongelmiin etsitään selityksiä psykologian teorioista ja tutkimuksista."

"Psykologian opiskelu antaa hyvän pohjan kaikille, jotka aikovat opiskella jotakin terveyteen liittyvää."

"Opiskelija ymmärtää paremmin oman hermostonsa, aivojen toimintaa sekä oppimisen hermostollista perustaa."

"Psykologiassa opitut ilmiöt voi liittää itseensä eli ne tulevat omakohtaisiksi."