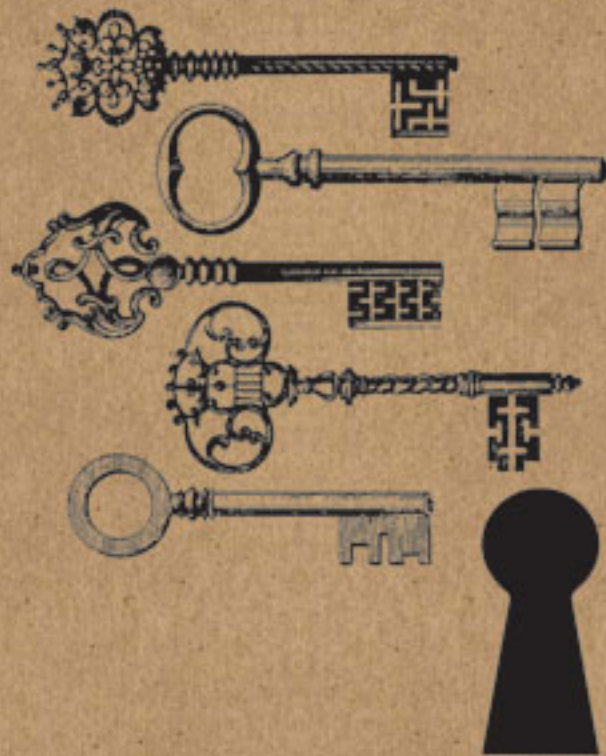


ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΚΛΕΙΔΑΡΙΘΜΟΣ

50 ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΕΣ ΘΕΩΡΙΕΣ που επηρέασαν την ανθρωπότητα



Επιμέλεια:
Christian Jarrett



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

6	Εισαγωγή	62	Η εξάντληση του εγώ του Μπαουμίστερ	112	Η προετοιμασμένη μάθηση του Σέλιγκμαν
10 Παλιές και νέες σχολές		64	Η θεωρία των προοπτικών των Κάνεμαν και Τβέρσκι	114	Η υστερία του Σαρκό
12	ΓΛΩΣΣΑΡΙ			116	Τα τρέλα μέρη του Ρόζενχαν
14	Η ενδοσκόπηση του Βουντ	66 Κοινωνική ψυχολογία		118 Άαρον Μπεκ	
16	Ο συμπεριφορισμός του Γουάτσον	68	ΓΛΩΣΣΑΡΙ	120	Το αποκλίνον αξιοπρόσεκτο αντικείμενο του Καπούρ
18	Ψυχανάλυση	70	Το φαινόμενο των παρισταμένων	122	Η ανθρωπιστική ψυχολογία του Μάσλοου
20 Σίγκμουντ Φρόιντ		72	Η ομαδοσκέψη του Τζάνις	124	Η γνωστική θεραπεία του Μπεκ
22	Η γνωστική επανάσταση	74	Η υπόθεση επαφής του Όλπορτ	126	Ο ακραίος ανδρικός εγκέφαλος
24	Εξελικτική ψυχολογία	76	Η φυλακή του Ζιμπάρντο		
26	Θετική ψυχολογία	78 Στάνλεϊ Μίλγκραμ		128 Σκέψη και γλώσσα	
		80	Η μελέτη της υπακοής του Μίλγκραμ	130	ΓΛΩΣΣΑΡΙ
28 Ανάπτυξη και αλλαγή		82	Η απειλή του στερεοτύπου	132	Το φαινόμενο πλασέμπο
30	ΓΛΩΣΣΑΡΙ	84	Ο ηγέτης	134	Τα σκυλιά του Παβλόφ
32	Τα στάδια του Πιαζέ			136	Η υπόθεση Σαπίρ-Γουόρφ
34	Η ζώνη του Βιγκότσκι	86 Τρόποι που διαφέρουμε		138	Η καθολική γραμματική του Τσόμσκι
36	Σειρά γέννησης	88	ΓΛΩΣΣΑΡΙ	140	Οι ψευδείς αναμνήσεις της Λόφτους
38 Ζαν Πιαζέ		90	Το φαινόμενο του Λέικ Γουόμπιγκον	142 Ελίζαμπεθ Λόφτους	
40	Οι πίθηκοι του Χάρλοου	92	Οι πέντε μεγάλοι παράγοντες	144	Σωματοποιημένη νόηση
42	Τα ηθικά στάδια του Κόλμπεργκ	94	Θεμελιώδες σφάλμα απόδοσης αίτιων	146	Το φίλτρο του Μπρόουντμπεντ
44	Νευροπλαστικότητα	96 Χανς Άιζενκ		148	Η επτάδα του Μίλερ
		98	Κληρονομικότητα και περιβάλλον	150	Η συνείδηση
46 Λήψη αποφάσεων και συναισθήματα		100	Το φαινόμενο Φλιν		
48	ΓΛΩΣΣΑΡΙ	102	Ο κανόνας των 10.000 ωρών του Έρικσον	152	ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ
50	Τα οικουμενικά συναισθήματα του Έκμαν	104	Ονομαστικός ντετερμινισμός	154	Πηγές
52	Η βαρετή εργασία του Φέστινγκερ			156	Συνεργάτες
54	Η θεωρία του συναισθήματος των Τζέιμς και Λάνγκε			158	Ευρετήριο
56 Γουίλιαμ Τζέιμς		106 Ο διαταραγμένος νους		160	Ευχαριστίες
58	Η συναισθηματική λήψη αποφάσεων του Νταμάσιο	108	ΓΛΩΣΣΑΡΙ		
60	Η μεροληψία επιβεβαίωσης του Γουάτσον	110	Ο διχοτομημένος εγκέφαλος του Σπέρι		

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

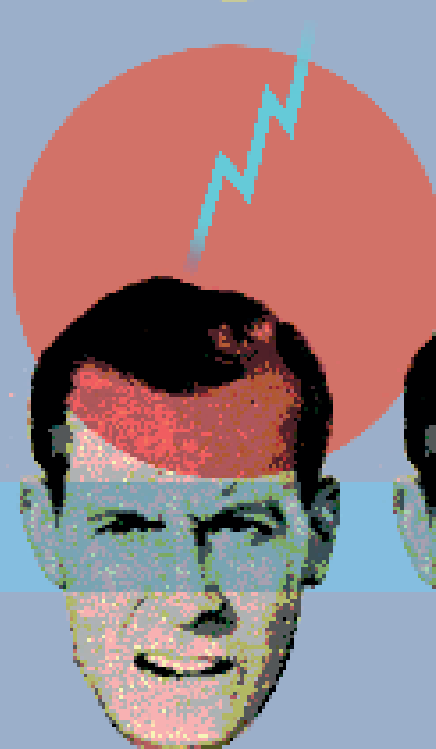
Κρίστιαν Τζάρετ

Η ψυχολογία ξεχωρίζει από τις άλλες επιστήμες, καθώς το αντικείμενό της είναι οικείο σε όλους. Μετά το σχολείο, λίγοι από εμάς θα βρεθούμε σε εργαστήριο χημείας ή θα δούμε μέσα από μικροσκόπιο, ενώ η πιο κοντινή επαφή μας με μαύρη τρύπα θα είναι σε κάποιο επεισόδιο του *Σταρ Τρεκ*. Όλοι όμως έχουμε έναν νου και αλληλεπιδρούμε καθημερινά με άλλους ανθρώπους. Έτσι, το αντικείμενο της ψυχολογίας –ο νους και η συμπεριφορά– είναι οικείο στον καθένα. Από μια άποψη, όλοι είμαστε ερασιτέχνες ψυχολόγοι.

Ωστόσο, δεν θα πρέπει να συγχέουμε την εξοικείωση με την πραγματική γνώση. Το γεγονός ότι έχουμε τις προσωπικές θεωρίες μας για τα κίνητρα και τις πράξεις των άλλων ανθρώπων δεν σημαίνει ότι ισχύουν. Η ψυχολογία μάς επιβάλλει να αφήσουμε στην άκρη τη διαίσθησή μας και να χρησιμοποιήσουμε τα αντικειμενικά εργαλεία της επιστήμης για να ανακαλύψουμε πώς λειτουργεί ο νους και γιατί οι άνθρωποι συμπεριφέρονται όπως συμπεριφέρονται.

Το εγχείρημα αυτό συνάντησε αντιδράσεις από την αρχή. Τα ερωτήματα που αφορούν τον νου ήταν αποκλειστικό προνόμιο της φιλοσοφίας. Ακόμη και αφού τα πρώτα εργαστήρια έδειξαν ότι είναι εφικτή μια ψυχολογική επιστήμη, ένα κίνημα στο εσωτερικό του κλάδου υποστήριξε ότι πρέπει να μελετάται μόνο η παρατηρήσιμη συμπεριφορά, και όχι οι εσωτερικές σκέψεις. Η πρώτη ενότητα αυτού του βιβλίου, **Παλιές και νέες σχολές**, δείχνει πώς επιλύθηκαν αυτές οι διαμάχες και πώς η ψυχολογία έγινε η ακμάζουσα και έγκυρη επιστήμη που είναι σήμερα.

Ένα θέμα στο οποίο οι μη ειδικοί έχουν ιδιαίτερα ισχυρές πεποιθήσεις είναι η ανάπτυξη του παιδιού. Με ποιον τρόπο ένα νεογέννητο, ανήμπορο πλάσμα που στριγκλίζει ωριμάζει και γίνεται ένας πλήρως διαμορφωμένος ενήλικας με αυτεπίγνωση; Η ενότητα για την **Ανάπτυξη και αλλαγή** παρουσιάζει τους πρωτοπόρους σε αυτόν τον τομέα και κλείνει με τη θεωρία της νευρο-



Ανατομία του νου

Η ψυχολογία είναι η επιστημονική μελέτη του εαυτού μας και των αιτίων της συμπεριφοράς μας. Η διαίσθηση δίνει τη θέση της στον νηφάλιο πειραματισμό.

πλαστικότητα, ως αναγνώριση του γεγονότος ότι ο εγκέφαλός μας είναι ευέλικτος και δεν σταματά να αλλάζει και να προσαρμόζεται μέχρι τον θάνατό μας.

Ένα αντικείμενο της ψυχολογίας με μεγάλη πρακτική σημασία είναι η βελτίωση των αποφάσεων που παίρνουν οι άνθρωποι προς όφελος δικό τους και της κοινωνίας γενικά. Η ενότητα **Λήψη αποφάσεων και συναισθήματα** παρουσιάζει μερικές από τις στρεβλώσεις που επηρεάζουν τη σκέψη μας. Όπως θα δείτε, τα συναισθήματα, εκτός του ότι αποτελούν το θεμέλιο της ανθρωπίνης φύσης μας, επηρεάζουν επίσης τις αποφάσεις μας, έτσι τα δύο θέματα εξετάζονται από κοινού.

Οι άνθρωποι είναι από τη φύση τους κοινωνικά όντα, καθώς συμμετέχουν σε παρέες, συλλόγους, αθλητικές ομάδες ή πολιτικά κόμματα και σχηματίζουν διαρκώς ομάδες για να ικανοποιήσουν τις ανάγκες και τα συμφέροντά τους. Η ενότητα **Κοινωνική ψυχολογία** ασχολείται με τα ζητήματα που προκύπτουν όταν συναναστρεφόμαστε και συγχρωτιζόμαστε με άλλους, όπως η ηγεσία και οι προκαταλήψεις. Παρουσιάζονται επίσης μερικά από τα πιο διάσημα πειράματα ψυχολογίας, όπως η μελέτη της τυραννίας από τον Ζιμπάρντο και η πολύκροτη έρευνα του Μίλγκραμ πάνω στην υπακοή.

Οι επόμενες δύο ενότητες, **Τρόποι που διαφέρουμε** και **Ο διαταραγμένος νους**, παρουσιάζουν τις θεωρίες που ανταποκρίνονται περισσότερο στην εικόνα που έχουν οι άνθρωποι για την ψυχολογία: από την προσωπικότητα και τη νοημοσύνη στην τρέλα και την ψυχοθεραπεία. Η τελευταία ενότητα, **Σκέψη και γλώσσα**, ασχολείται με τις θεωρίες που εξετάζουν τι συμβαίνει μέσα στο κεφάλι μας, ξεκινώντας με το φαινόμενο πλασέμπο –τη δύναμη του νου να επηρεάζει το σώμα– και τελειώνοντας με τη συνείδηση, το θαύμα και το μυστήριο του πώς η σάρκα γεννά τη νοητική ζωή. Κάθε μία από τις 50 παρουσιάσεις του βιβλίου αποτελείται από ένα απλό εισαγωγικό κείμενο σε 30 δευτερόλεπτα, μια σκέψη σε 3 δευτερόλεπτα για τους πολύ βιαστικούς και μια ανάλυση σε 3 λεπτά που εμβαθύνει λίγο περισσότερο. Ακόμη, κάθε κεφάλαιο περιλαμβάνει μια σύντομη βιογραφία μιας σημαντικής μορφής της ψυχολογίας, όπως του Σίγκμουντ Φρόιντ και του Γουίλιαμ Τζέιμς. Είτε ξεφυλλίσετε το βιβλίο είτε προτιμάτε να το μελετήσετε από την αρχή ως το τέλος, θα μάθετε για την πιο πολύπλοκη οντότητα στο σύμπαν: τον ανθρώπινο νου. Καλή ανάγνωση!



Μια νέα επιστήμη

Η ψυχολογία είναι σχετικά νέα: τα πρώτα ψυχολογικά εργαστήρια ιδρύθηκαν μόλις στα τέλη του 19ου αιώνα. Ωστόσο, υπάρχουν ήδη πολλές σημαντικές και αμφιλεγόμενες ψυχολογικές θεωρίες. Οι καταρτισμένοι συγγραφείς μας θα σας τις παρουσιάσουν.

ΠΑΛΙΕΣ ΚΑΙ ΝΕΕΣ ΣΧΟΛΕΣ



ΠΑΛΙΕΣ ΚΑΙ ΝΕΕΣ ΣΧΟΛΕΣ ΓΛΩΣΣΑΡΙ

ανθρωπολογία (anthropology) Η μελέτη του ανθρώπου. Οι τομείς που καλύπτει περιλαμβάνουν την προέλευση και την εξέλιξη του ανθρώπινου είδους, τα βιολογικά χαρακτηριστικά του, τις πεποιθήσεις και τα κοινωνικά έθιμα. Αν και στο αντικείμενο αυτό είχε αναφερθεί ο Ηρόδοτος από το 500 π.Χ., έγινε ξεχωριστός κλάδος μόλις στην Αναγέννηση, με τα έργα του Μισέλ ντε Μοντέν, του Καρτέσιου και του Εμμάνουελ Καντ. Ο όρος, συνδυασμός των λέξεων «άνθρωπος» και «λόγος», δημιουργήθηκε στη Γερμανία τον 16ο αιώνα.

Εγώ (Ego) Σύμφωνα με τον Φρόιντ, είναι το συνειδητό, λογικό μέρος της προσωπικότητας. Θεωρούσε ότι ο ψυχισμός του ανθρώπου αποτελείται από τρία μέρη: το Εκείνο, που αναζητά άμεση ικανοποίηση, το Υπερεγώ, που κάνει ηθικές κρίσεις, και το Εγώ, που μεσολαβεί ανάμεσα στα δύο πρώτα. Αυτό το κάνει χρησιμοποιώντας την αρχή της πραγματικότητας, η οποία μας αναγκάζει να συμμορφωνόμαστε με τις εκάστοτε κοινωνικές νόρμες. Ο Φρόιντ είχε πει ότι το Εκείνο είναι το άλογο και το Εγώ είναι ο καβαλάρης που ελέγχει τα άγρια ένστικτά του.

Εκείνο (Id) Σύμφωνα με τον Φρόιντ, είναι η ενστικτώδης, ασυνείδητη πλευρά της ανθρώπινης προσωπικότητας που αναζητά άμεση ικανοποίηση. Οι πρωτόγονες παρορμήσεις του συγκρατούνται και ελέγχονται από το Εγώ. Παρόλο που το Εκείνο συχνά συνδέεται με αρνητικές και αντικοινωνικές συμπεριφορές, είναι επίσης υπεύθυνο για ένστικτα που είναι απαραίτητα για την επιβίωσή μας, όπως η πείνα και η δίψα, καθώς και η γενετήσια ορμή.

νευροεπιστήμη (neuroscience) Η μελέτη του νευρικού συστήματος, συμπεριλαμβανομένων των λειτουργιών του εγκεφάλου και του πώς συνδέονται με την ανθρώπινη συμπεριφορά. Σκοπός των νευροεπιστημόνων είναι να ανακαλύψουν τις λειτουργίες όλων των περιοχών του εγκεφάλου, ποιες νοητικές διεργασίες εκτελούν και πώς επηρεάζονται από τα εξωτερικά ερεθίσματα. Κλάδος της βιολογίας κάποτε, σήμερα θεωρείται διεπιστημονικός κλάδος που καλύπτει πολλές άλλες επιστήμες, όπως ψυχολογία, ιατρική και πληροφορική.

νεύρωση (neurosis) Ελαφριά ψυχική διαταραχή που χαρακτηρίζεται από άγχος και φοβίες, όχι όμως σε ακραίο βαθμό ώστε ο ασθενής να έχει παρλήρημα ή ψευδαισθήσεις. Σύμφωνα με τον Φρόιντ, η διαταραχή είναι μέρος του μηχανισμού αυτοάμυνας του Εγώ και προκαλείται από άλυτες εσωτερικές συγκρούσεις. Αν και κάποτε ήταν συνηθισμένη διάγνωση, ο όρος δεν χρησιμοποιείται πλέον στη γενική ψυχιατρική, εκτός από συγκεκριμένη χρήση στην ψυχαναλυτική θεωρία και πράξη.

νευρωτικός (neurotic) Κάποιος που υποφέρει από νεύρωση, ή που έχει τα συμπτώματα της νεύρωσης. Τα συμπτώματα περιλαμβάνουν υστερία, ψυχαναγκασμούς και καταναγκασμούς, και πληθώρα φοβιών, όπως αγοραφοβία (ο φόβος της κρίσης πανικού σε δημόσιο χώρο) και αραχνοφοβία.

παθογόνος (pathogenic) Που προκαλεί νόσο, ή που μπορεί να προκαλέσει νόσο. Προέρχεται από τις λέξεις «πάθος» (νόσος) και «γένεση».

πρωτευοντολογία (primatology) Η επιστήμη που μελετά τα πρωτεύοντα θηλαστικά. Παρόλο που η πρωτευοντολογία είναι ξεχωριστός κλάδος από την ψυχολογία, υπάρχει κάποια επικάλυψη στη μελέτη των κοινωνικών ομάδων και των πλευρών της προσωπικότητας.

σύγκρουση προσωπικότητας (personality conflict) Μια διαμάχη μεταξύ διαφορετικών πλευρών της προσωπικότητας κάποιου. Σύμφωνα με τον Φρόιντ, τα πρωτόγονα ένστικτα του Εκείνου είναι σε διαρκή σύγκρουση με την ενσυνείδητη ηθικολογία του Υπερεγώ και πρέπει να μεσολαβήσει ο ορθολογισμός του Εγώ. Εάν η σύγκρουση δεν λυθεί, μπορεί να οδηγήσει σε νεύρωση.

συνείδηση (consciousness) Η συνολική εμπειρία που βιώνει κάποιος μια δεδομένη στιγμή. Είναι μια κατάσταση που μεταβάλλεται διαρκώς, μετακινούμενη μεταξύ των διαδικασιών σκέψης, της μνήμης, των οπτικών και ακουστικών ερεθισμάτων και των φυσικών εμπειριών εκείνης της στιγμής. Ο Αμερικανός ψυχολόγος Γουίλιαμ Τζέιμς είχε πει ότι η συνείδηση είναι σαν ένα ρυάκι, καθώς αλλάζει διαρκώς κατεύθυνση χωρίς ουσιαστικά να διακόπτεται ποτέ.

σφάλμα ερεθίσματος (stimulus error) Η τάση των ασθενών, κατά την «ενδοσκόπηση», να ονομάζουν τα αντικείμενα που φαντάζονται αντί να περιγράφουν τι σημαίνουν γι' αυτούς. Έτσι, η απλή δήλωση της παρουσίας ενός μήλου, δίνει λιγότερες πληροφορίες από την περιγραφή του σχήματος και του χρώματος του μήλου, καθώς και των συναισθημάτων που προκαλεί. Η ενδοσκόπηση χρησιμοποιούνταν στις αρχές της ψυχιατρικής για την περιγραφή του συνειδητού του ασθενούς.

Υπερεγώ (Superego) Σύμφωνα με τον Φρόιντ, το μέρος της προσωπικότητας που κάνει ηθικές κρίσεις και ενεργεί ως η συνείδησή μας. Το Υπερεγώ είναι κυρίως ασυνείδητο και διαμορφώνεται με την εσωτερίκευση των ηθικών κωδίκων των γονέων και της κοινωνίας. Οι άνθρωποι με υπερβολικά ισχυρό Υπερεγώ μπορεί να είναι ηθικολόγοι και αδιάλλακτοι απέναντι στους άλλους.

Η ΕΝΔΟΣΚΟΠΗΣΗ ΤΟΥ ΒΟΥΝΤ

η θεωρία σε 30"

Κάθεστε αναπαυτικά;

Πείτε μου λοιπόν, τι περιέχει ο συνειδητός νους σας αυτή τη στιγμή; Αυτή είναι μια μορφή της ενδοσκόπησης, του ερευνητικού εργαλείου που προτιμούσαν οι πατέρες της ψυχολογίας στα τέλη του 19ου αιώνα. Όπως σημείωνε ο Γουίλιαμ Τζέιμς στο βιβλίο του *The Principles of Psychology* (Οι αρχές της ψυχολογίας) το 1890, «η λέξη ενδοσκόπηση δεν χρειάζεται να οριστεί – σημαίνει φυσικά να κοιτάζουμε μέσα στον νου μας και να αναφέρουμε όσα ανακαλύπτουμε εκεί». Όσοι εργάζονταν στο εργαστήριο του Βίλχελμ Βουντ στο Πανεπιστήμιο της Λειψίας – που θεωρείται το πρώτο εργαστήριο πειραματικής ψυχολογίας του κόσμου – εκπαιδεύονταν για μεγάλο διάστημα στη μέθοδο αυτή. Ένας από τους στόχους ήταν ο διαχωρισμός της συνειδητής εμπειρίας στα συστατικά μέρη της. Παρόλο που η τεχνική ακούγεται αρκετά απλή, υπήρξαν μεθοδολογικές διαφωνίες μεταξύ των πρωτοπόρων. Ο Βρετανός ψυχολόγος Έντουαρντ Τίτσενερ, μαθητής του Βουντ, πρότεινε ένα ιδιαίτερα αυστηρό σύστημα με σκοπό την αποφυγή του λεγόμενου σφάλματος ερεθίσματος, όπου ο «ενδοσκόπος», όταν ήταν αντιμέτωπος με ένα ερέθισμα όπως ένα τραπέζι, ανέφερε απλώς την παρουσία του τραπεζιού και όχι τις ακατέργαστες αισθητηριακές εμπειρίες που προκαλεί το χρώμα, το μέγεθος, η θέση και η κατασκευή του.

ΣΚΕΨΗ ΣΕ 3"

Το ερευνητικό εργαλείο που προτιμούσαν οι πατέρες της ψυχολογίας ήταν η ενδοσκόπηση, δηλαδή η αναφορά των περιεχομένων της συνείδησης του ατόμου.

ΑΝΑΛΥΣΗ ΣΕ 3'

Η ενδοσκόπηση ως τυποποιημένη τεχνική έπαψε να είναι δημοφιλής με την άνοδο του συμπεριφορισμού, καθώς και με την παραδοχή από όλο και περισσότερους ότι πολλές από τις νοητικές διεργασίες μας είναι εκτός συνειδητής πρόσβασης. Ωστόσο, κάθε φορά που το υποκείμενο μιας έρευνας αναφέρει πώς αισθάνεται ή περιγράφει την αισθητηριακή του αντίληψη – όπως συμβαίνει συχνά σε πολλά πειράματα της σύγχρονης ψυχολογίας – στην ουσία κάνει ενδοσκόπηση.

ΣΧΕΤΙΚΕΣ ΘΕΩΡΙΕΣ

Δείτε επίσης
Ο ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΣΜΟΣ
ΤΟΥ ΓΟΥΑΤΣΟΝ
σελίδα 16
ΨΥΧΑΝΑΛΥΣΗ
σελίδα 18

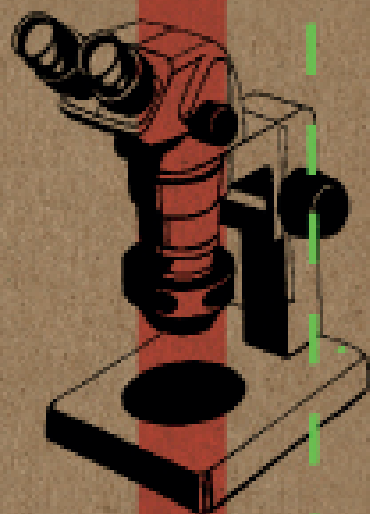
ΒΙΟΓΡΑΦΙΕΣ ΣΕ 3"

ΓΟΥΙΛΙΑΜ ΤΖΕΙΜΣ
1842–1910
ΕΝΤΟΥΑΡΝΤ ΤΙΤΣΕΝΕΡ
1867–1927
ΒΙΛΧΕΛΜ ΒΟΥΝΤ
1832–1920

ΚΕΙΜΕΝΟ ΣΕ 30"

Κρίστιαν Τζάρετ

Κανείς δεν έχει άμεση πρόσβαση στον νου σας όπως εσείς οι ίδιοι. Γι' αυτό η ενδοσκόπηση παραμένει έγκυρη τεχνική ακόμη και μετά την εμφάνιση των τομογράφων εγκεφάλου.



Ο ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΓΟΥΑΤΣΟΝ

η θεωρία σε 30"

Οι πρώτοι ψυχολόγοι μελετούσαν τη σκέψη εξετάζοντας τις δικές τους σκέψεις και τις αναφορές των σκέψεων των άλλων. Οι συμπεριφοριστές απέρριπταν αυτή τη μέθοδο. Η επιστήμη, υποστήριζαν, πρέπει να βασίζεται σε δεδομένα στα οποία μπορεί να συμφωνήσει ο καθένας, σε κάτι αξιόπιστο και αντικειμενικά μετρήσιμο. Αυτό σήμαινε ότι οι επιστήμονες έπρεπε να εγκαταλείψουν τη συζήτηση και τις αναφορές των σκέψεων και να επικεντρωθούν στις απλές συμπεριφορές. Αντί να βασίζονται στις υποκειμενικές εντυπώσεις, οι συμπεριφοριστές πραγματοποιούσαν πειράματα στα οποία έλεγχαν τα ερεθίσματα και μετρούσαν τις αντιδράσεις. Έλπιζαν ότι από τα πειράματα αυτά θα προέκυπτε η σχέση μεταξύ ερεθίσματος και αντίδρασης, χωρίς να χρειάζεται να προβληματιστούν για το «μαύρο κουτί» του νου που μεσολαβεί. Για παράδειγμα, ένας αρουραίος σε ένα κλουβί ανταμειβόταν με τροφή κάθε τρίτη φορά που πατούσε έναν μοχλό. Καταγράφοντας πόσες φορές πατούσε τον μοχλό, οι επιστήμονες μπορούσαν, μακροπρόθεσμα, να καταγράψουν τον ρυθμό μάθησης του αρουραίου. Όπως αυτό το παράδειγμα, τα πιο γνωστά ευρήματα του συμπεριφορισμού αφορούν θεμελιώδεις μηχανισμούς μάθησης που περιγράφουν πώς μαθαίνονται οι σχέσεις μεταξύ των ερεθισμάτων και των αντιδράσεων με την επανάληψη ή την ανταμοιβή. Η έμφαση στις απλές συμπεριφορές επέτρεψε στους συμπεριφοριστές να αναπτύξουν θεωρίες που ίσχυαν τόσο για τα ζώα όσο και για τους ανθρώπους.

ΣΚΕΨΗ ΣΕ 3"

Η μόνη αξιόπιστη μαρτυρία είναι κάτι που μπορεί να μετρηθεί απευθείας. Για την ψυχολογία, αυτό σημαίνει ότι πρέπει να μιλάμε μόνο για τη συμπεριφορά και όχι για τις ψυχικές καταστάσεις.

ΑΝΑΛΥΣΗ ΣΕ 3'

Η σύγχρονη ψυχολογία απορρίπτει τη βασική ιδέα του συμπεριφορισμού (ότι είναι αδύνατο να προσεγγιστεί επιστημονικά η δομή του νου). Ωστόσο, πολλές πλευρές του συμπεριφορισμού παραμένουν σημαντικές για τη σύγχρονη ψυχολογία. Μερικές από αυτές είναι η έμφαση στην καταγραφή αντικειμενικών μετρήσεων σε ελεγχόμενα πειράματα, η κοινή μελέτη των ψυχολογικών φαινομένων στα ζώα και στους ανθρώπους, και το έντονο ενδιαφέρον των ψυχολόγων για τη μάθηση.

ΣΧΕΤΙΚΕΣ ΘΕΩΡΙΕΣ

Δείτε επίσης
Η ΕΝΔΟΣΚΟΠΗΣΗ ΤΟΥ ΒΟΥΝΤ
σελίδα 14
Η ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΕΠΑΝΑΣΤΑΣΗ
σελίδα 22
ΤΑ ΣΚΥΛΙΑ ΤΟΥ ΠΑΒΛΟΦ
σελίδα 134

ΒΙΟΓΡΑΦΙΕΣ ΣΕ 3"

ΚΛΑΡΚ Λ. ΧΑΛ
1884–1952
ΜΠ. Φ. ΣΚΙΝΕΡ
1904–1990
ΕΝΤΟΥΑΡΝΤ ΘΟΡΝΤΑΪΚ
1874–1949
ΕΝΤΟΥΑΡΝΤ Τ. ΤΟΛΜΑΝ
1886–1959
ΤΖΟΝ ΜΠ. ΓΟΥΑΤΣΟΝ
1878–1958

ΚΕΙΜΕΝΟ ΣΕ 30"

Τομ Στάφορντ

Οι συμπεριφοριστές δεν ενδιαφέρονταν για το «μαύρο κουτί» του νου και επέλεγαν να εστιάζουν μόνο σε ό,τι μπορεί να παρατηρηθεί εξωτερικά.



ΨΥΧΑΝΑΛΥΣΗ

η θεωρία σε 30"

Ο Σίγκμουντ Φρόιντ συνέλαβε

και ανέπτυξε την ιδέα της ψυχανάλυσης στα τέλη του 19ου και στις αρχές του 20ού αιώνα ως ένα μέσο για την κατανόηση της συμπεριφοράς. Ο Φρόιντ πίστευε ότι η προσωπικότητα αποτελείται από τρία στοιχεία: το Εκείνο, το οποίο κατευθύνεται από την ηδονή και αναζητά άμεση ικανοποίηση· το Εγώ, που είναι επιφορτισμένο με τη λήψη των λογικών αποφάσεων· και το Υπερεγώ, που κάνει ηθικές κρίσεις. Το Εγώ δέχεται αντίρροπες πιέσεις από το Εκείνο και το Υπερεγώ, με αποτέλεσμα να δημιουργούνται συγκρούσεις προσωπικότητας. Όταν το Εγώ κατακλύζεται από τις απαιτήσεις του Εκείνο, γινόμαστε νευρωτικοί, ενώ όταν υποκύπτει σε αυτές, το Υπερεγώ τιμωρεί το Εγώ με ενοχές. Το Εγώ αντιμετωπίζει αυτές τις συγκρουόμενες απαιτήσεις με τις νευρώσεις και τα όνειρα, που ικανοποιούν τις καταπιεσμένες επιθυμίες του Εκείνο, και με μηχανισμούς άμυνας όπως η απώθηση και η άρνηση, οι οποίοι μειώνουν το άγχος. Ωστόσο, οι μηχανισμοί αυτοί μπορούν να γίνουν παθογόνοι και αποτελούν σημαντική αιτία της ψυχικής νόσου. Ο Άλφρεντ Άντλερ και ο Καρλ Γιουνγκ επίσης συνέβαλαν στην ψυχανάλυση, αλλά διαχώρισαν τη θέση τους από τον Φρόιντ στη δεκαετία του 1910. Ο Γιουνγκ διαφώνησε μαζί του για τη δομή της προσωπικότητας, ενώ ο Άντλερ τόνισε τη σημασία των κοινωνικών παραγόντων στην ανάπτυξη και πίστευε ότι οι άνθρωποι ωθούνται από την αυτοσυντήρηση, την επιθυμία για εξουσία και την ορμή για επιβεβαίωση της προσωπικότητάς τους. Ακόμη, και οι δύο απέρριπταν την έμφαση που έδινε ο Φρόιντ στη σεξουαλικότητα.

ΣΚΕΨΗ ΣΕ 3"

Οι ασυνείδητες κινητήριες δυνάμεις παίζουν βασικό ρόλο στη διαμόρφωση της συμπεριφοράς μας, αλλά είναι και η κύρια αιτία της ψυχικής νόσου.

ΑΝΑΛΥΣΗ ΣΕ 3'

Η βασική κριτική στις θεωρίες του Φρόιντ είναι ότι δεν μπορούν να καταρριφθούν και δεν μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να προβλεφθεί η έκβαση της θεραπείας. Οι ασθενείς του δεν ήταν αντιπροσωπευτικοί του γενικού πληθυσμού, ενώ το γεγονός ότι είχε ασχοληθεί με πολύ λίγα παιδιά ακυρώνει ως ένα βαθμό τη θεωρία του για την ανάπτυξη της προσωπικότητας. Ο Φρόιντ έχει κατηγορηθεί επίσης ότι παραποιούσε τα στοιχεία για να τα προσαρμόζει στις θεωρίες του. Παρ' όλα αυτά, η επίδραση του έργου του παραμένει μεγάλη, τόσο στην ψυχιατρική όσο και στη μαζική κουλτούρα.

ΣΧΕΤΙΚΗ ΘΕΩΡΙΑ

Δείτε επίσης
ΣΕΙΡΑ ΓΕΝΝΗΣΗΣ
σελίδα 36

ΒΙΟΓΡΑΦΙΕΣ ΣΕ 3"

ΑΛΦΡΕΝΤ ΑΝΤΛΕΡ
1870–1937

ΣΙΓΚΜΟΥΝΤ ΦΡΟΪΝΤ
1856–1939

ΚΑΡΛ ΓΙΟΥΝΓΚ
1875–1961

ΚΕΙΜΕΝΟ ΣΕ 30"

Μοχέμπ Κοστάντι

Όλα είναι στο ασυνείδητο. Το γεγονός ότι συχνά στα όνειρά σας βλέπετε ένα κρεβάτι θα μπορούσε να είναι φροϊδικό σημάδι σεξουαλικών απωθημένων;



1856

Γεννιέται ο Σίγκισμουντ Φρόιντ στο Φράιμπεργκ της Μοραβίας

1859

Η οικογένειά του μετακομίζει στη Βιέννη

1881

Παίρνει πτυχίο ιατρικής από το Πανεπιστήμιο της Βιέννης

1886

Παντρεύεται τη Μάρτα Μπέρναϊς

1900

Δημοσιεύει την *Ερμηνεία των ονείρων*

1902

Διορίζεται καθηγητής νευροπαθολογίας στο Πανεπιστήμιο της Βιέννης

1905

Δημοσιεύει τις *Τρεις μελέτες για τη θεωρία της σεξουαλικότητας*

1910

Ιδρύεται η Διεθνής Ψυχαναλυτική Εταιρεία

1923

Προσβάλλεται από καρκίνο

1932

Κερδίζει το βραβείο Γκέτε

1933

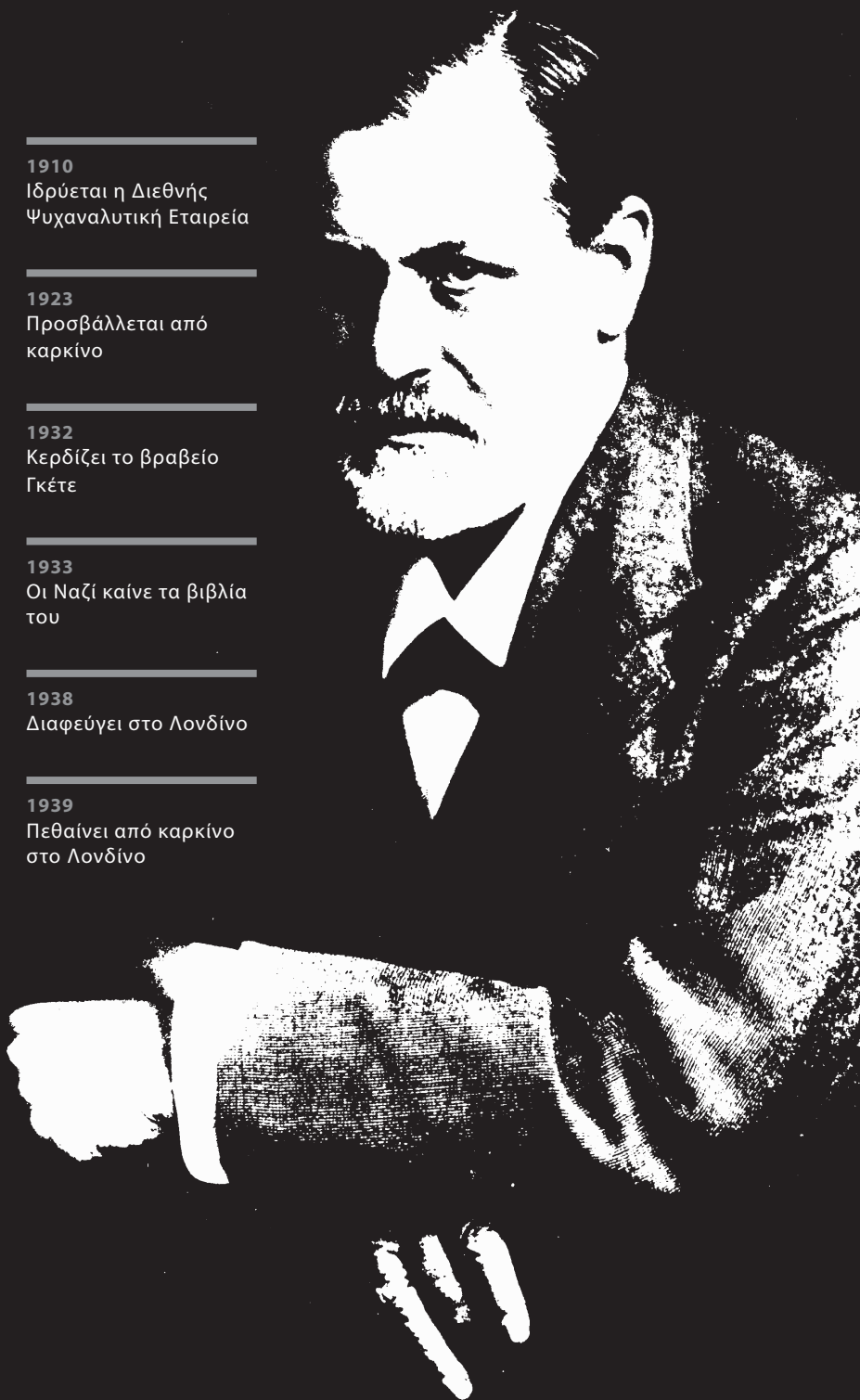
Οι Ναζί καίνε τα βιβλία του

1938

Διαφεύγει στο Λονδίνο

1939

Πεθαίνει από καρκίνο στο Λονδίνο



ΣΙΓΚΜΟΥΝΤ ΦΡΟΪΝΤ

Όποιος λέει ότι το σεξ δεν υπήρχε πριν από τη δεκαετία του 1960 προφανώς δεν έχει διαβάσει Σίγκμουντ Φρόιντ. Πιθανότατα ο ψυχολόγος με τη μεγαλύτερη επιρροή που έζησε ποτέ, ο Φρόιντ έγινε διάσημος, αν όχι περιβόητος, σε όλο τον κόσμο για τις θεωρίες του οι οποίες βασίζονται στην ιδέα ότι το σεξ είναι η κινητήρια δύναμη της ανθρώπινης συμπεριφοράς. Όχι η τροφή, ούτε τα χρήματα, ούτε η αγάπη, αλλά πρώτα απ' όλα το σεξ.

Σύμφωνα με τον Φρόιντ, η σεξουαλική ανάπτυξη των παιδιών έχει τρεις διακριτές φάσεις οι οποίες καθορίζονται από τις ερωτογενείς ζώνες του σώματος: τη στοματική, την πρωκτική και τη φαλλική. Ένα παιδί μόλις τριών ετών, υποστήριζε, έχει σεξουαλικά συναισθήματα για τον γονέα του αντίθετου φύλου, το οποίο μεταφράζεται σε ζήλια για τον γονέα του ίδιου φύλου, ως οιδιπόδειο σύμπλεγμα ή ως σύμπλεγμα της Ηλέκτρας. Στην περίπτωση των αγοριών, αυτό απωθείται από τον φόβο του ευνουχισμού, ο οποίος οδηγεί το αγόρι να ταυτιστεί με τον πατέρα. Τυχόν προβλήματα σε αυτή την πορεία θα οδηγήσουν σε καθηλώσεις που θα επηρεάσουν το άτομο στην ενήλικη ζωή.

Όταν ο Φρόιντ δημοσίευσε τις θεωρίες του για τη σεξουαλικότητα το 1905, ξέσπασε σάλος και κατηγορήθηκε, όπως ήταν αναμενόμενο, για σεξουαλικές εμμονές.

Όμως ο Φρόιντ έγραψε βέβαια για πολλά άλλα πέρα από το σεξ. Η μελέτη του ασυνείδητου ήταν ίσως η μεγαλύτερη συμβολή του στον χώρο της ψυχολογίας. Παρόλο που άλλοι φιλόσοφοι και ψυχολόγοι, όπως οι μέντορες του Φρόιντ Γιόζεφ Μπρόιερ και Ζαν-Μαρτέν Σαρκό, ερευνούσαν το ασυνείδητο μέσω της ύπνωσης, η ανάπτυξη της έννοιας της ψυχανάλυσης (της «θεραπείας μέσω του λόγου») από τον Φρόιντ πραγματικά αποκάλυψε τα μυστικά του ασυνείδητου νου. Ακόμη, η χρήση των ονείρων από τον Φρόιντ για τη διερεύνηση αυτών των ασυνείδητων επιθυμιών οδήγησε σε έναν νέο κλάδο, την ερμηνεία των ονείρων. Ωστόσο, η εικόνα του «βρωμόγερου της ψυχολογίας» παραμένει στο μυαλό του κόσμου. Δεν είναι τυχαίο ότι, ενώ οι άνθρωποι θυμούνται τον Παβλόφ για τα σκυλιά του και τον Μίλγκραμ για τα πειράματα υπακοής, ο πατέρας της ψυχανάλυσης έχει συνδεθεί με το φροϊδικό ολίσθημα.

Σκυλιά του Παβλόφ, ψυχανάλυση, πείραμα υπακοής του Μίλγκραμ, γνωστική θεραπεία του Μπεκ; Είναι πολύ πιθανό να τις ξέρετε αυτές τις ψυχολογικές θεωρίες. Δηλαδή, σίγουρα θα τις έχετε όλες ακουστά. Γνωρίζετε, όμως, αρκετά γι' αυτές ώστε να μπορείτε να πάρετε μέρος σε μια συζήτηση ή να εντυπωσιάσετε την παρέα σας με τις γνώσεις σας;

Το βιβλίο **50 Ψυχολογικές Θεωρίες που επηρέασαν την ανθρωπότητα** προσεγγίζει με πρωτότυπο τρόπο τις 50 σημαντικότερες θεωρίες της συναρπαστικής επιστήμης της Ψυχολογίας και τις εξηγεί στον αναγνώστη μέσα σε μισό λεπτό, χρησιμοποιώντας μόλις δύο σελίδες, 300 λέξεις, και μία μεταφορική εικόνα. Περιγράφει με απλό τρόπο τους μηχανισμούς του ανθρώπινου νου, παρουσιάζοντας παράλληλα πολλές από τις σημαντικότερες μορφές της ψυχολογίας, όπως τον Γουίλιαμ Τζέιμς, τον Άαρντ Μπεκ και, φυσικά, τον Σίγκμουντ Φρόιντ. Από τον συμπεριφορισμό μέχρι τον γνωστικισμό, δεν υπάρχει καλύτερος τρόπος να γνωρίσετε τους εσωτερικούς σας δαίμονες.

Ο επιμελητής **Κρίστιαν Τζάρετ** είναι βραβευμένος δημοσιογράφος και αρθρογράφος στο περιοδικό *The Psychologist*, το οποίο εκδίδει η Βρετανική Ψυχολογική Εταιρεία. Επίσης, είναι επιμελητής και αρθρογράφος του διεθνούς φήμης ιστολογίου της εταιρείας, *Research Digest*. Ο Κρίστιαν έχει γράψει το βιβλίο *The Rough Guide to Psychology* (2011), ήταν ένας από τους συγγραφείς των βιβλίων *This Book Has Issues* και *Adventures in Popular Psychology* (2008), και έχει συνεργαστεί στη συγγραφή του βιβλίου *50 Επιστημονικές Θεωρίες που επηρέασαν την ανθρωπότητα*, το οποίο κυκλοφορεί από τις Εκδόσεις Κλειδάριθμος.



ΕΚΔΟΣΕΙΣ
ΚΛΕΙΔΑΡΙΘΜΟΣ

Δομοκού 4, Σταθμός Λαρίσης, 10440 ΑΘΗΝΑ, Τηλ. 210-5237635
www.klidarithmos.gr info@klidarithmos.gr

ISBN 978-960-461-467-7



9 789604 614677

Η ΕΝΔΟΣΚΟΠΗΣΗ ΤΟΥ ΒΟΥΝΤ
Ο ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΓΟΥΑΤΣΟΝ
ΨΥΧΑΝΑΛΥΣΗ
Η ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΕΠΑΝΑΣΤΑΣΗ
ΕΞΕΛΙΚΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ
ΘΕΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ
ΤΑ ΣΤΑΔΙΑ ΤΟΥ ΠΙΑΖΕ
Η ΖΩΝΗ ΤΟΥ ΒΙΓΚΟΤΣΚΙ
ΣΕΙΡΑ ΓΕΝΝΗΣΗΣ
ΟΙ ΠΙΘΗΚΟΙ ΤΟΥ ΧΑΡΛΟΥΥ
ΤΑ ΗΘΙΚΑ ΣΤΑΔΙΑ ΤΟΥ ΚΟΛΜΠΕΡΓΚ
ΝΕΥΡΟΠΛΑΣΤΙΚΟΤΗΤΑ
ΤΑ ΟΙΚΟΥΜΕΝΙΚΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΤΟΥ ΕΚΜΑΝ
Η ΒΑΡΕΤΗ ΕΡΓΑΣΙΑ ΤΟΥ ΦΕΣΤΙΝΓΚΕΡ
Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΟΥ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ ΤΩΝ ΤΖΕΙΜΣ ΚΑΙ
ΛΑΝΓΚΕ
Η ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΛΗΨΗ ΑΠΟΦΑΣΕΩΝ ΤΟΥ
ΝΤΑΜΑΣΙΟ
Η ΜΕΡΟΛΗΨΙΑ ΕΠΙΒΕΒΑΙΩΣΗΣ ΤΟΥ ΓΟΥΑΤΣΟΝ
Η ΕΞΑΝΤΛΗΣΗ ΤΟΥ ΕΓΩ ΤΟΥ ΜΠΑΟΥΜΑΪΣΤΕΡ
Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΩΝ ΠΡΟΟΠΤΙΚΩΝ ΤΩΝ ΚΑΝΕΜΑΝ ΚΑΙ
ΤΒΕΡΣΚΙ
ΤΟ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ ΤΩΝ ΠΑΡΙΣΤΑΜΕΝΩΝ
Η ΟΜΑΔΟΣΚΕΨΗ ΤΟΥ ΤΖΑΝΙΣ
Η ΥΠΟΘΕΣΗ ΕΠΑΦΗΣ ΤΟΥ ΟΛΠΟΡΤ
Η ΦΥΛΑΚΗ ΤΟΥ ΖΙΜΠΑΡΝΤΟ
Η ΜΕΛΕΤΗ ΤΗΣ ΥΠΑΚΟΗΣ ΤΟΥ ΜΙΛΓΚΡΑΜ
Η ΑΠΕΙΛΗ ΤΟΥ ΣΤΕΡΕΟΤΥΠΟΥ
Ο ΗΓΕΤΗΣ
ΤΟ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ ΤΟΥ ΛΕΪΚ ΓΟΥΟΜΠΓΚΟΝ
ΟΙ ΠΕΝΤΕ ΜΕΓΑΛΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ
ΘΕΜΕΛΙΩΔΕΣ ΣΦΑΛΜΑ ΑΠΟΔΟΣΗΣ ΑΙΤΙΩΝ
ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ
ΤΟ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ ΦΛΙΝ
Ο ΚΑΝΟΝΑΣ ΤΩΝ 10.000 ΩΡΩΝ ΤΟΥ ΕΡΙΚΣΟΝ
ΟΝΟΜΑΣΤΙΚΟΣ ΝΤΕΤΕΡΜΙΝΙΣΜΟΣ
Ο ΔΙΧΟΤΟΜΗΜΕΝΟΣ ΕΓΚΕΦΑΛΟΣ ΤΟΥ ΣΠΕΡΙ
Η ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΜΕΝΗ ΜΑΘΗΣΗ ΤΟΥ ΣΕΛΙΓΚΜΑΝ
Η ΥΣΤΕΡΙΑ ΤΟΥ ΣΑΡΚΟ
ΤΑ ΤΡΕΛΑ ΜΕΡΗ ΤΟΥ ΡΟΖΕΝΧΑΝ
ΤΟ ΑΠΟΚΛΙΝΟΝ ΑΞΙΟΠΡΟΣΕΚΤΟ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ
ΤΟΥ ΚΑΠΟΥΡ
Η ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ ΜΑΣΛΟΟΥ
Η ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΤΟΥ ΜΠΕΚ
Ο ΑΚΡΑΙΟΣ ΑΝΔΡΙΚΟΣ ΕΓΚΕΦΑΛΟΣ
ΤΟ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ ΠΛΑΣΣΕΜΠΟ
ΤΑ ΣΚΥΛΙΑ ΤΟΥ ΠΑΒΛΟΦ
Η ΥΠΟΘΕΣΗ ΣΑΠΙΡ-ΓΟΥΟΡΦ
Η ΚΑΘΟΛΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΙΚΗ ΤΟΥ ΤΣΟΜΣΚΙ
ΟΙ ΨΕΥΔΕΙΣ ΑΝΑΜΝΗΣΕΙΣ ΤΗΣ ΛΟΦΤΟΥΣ
ΣΩΜΑΤΟΠΟΙΗΜΕΝΗ ΝΟΗΣΗ
ΤΟ ΦΙΛΤΡΟ ΤΟΥ ΜΠΡΟΟΥΝΤΜΠΕΝΤ
Η ΕΠΤΑΔΑ ΤΟΥ ΜΙΛΕΡ
Η ΣΥΝΕΙΔΗΣΗ