

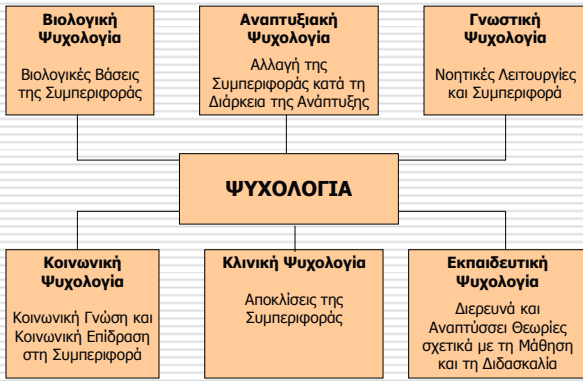
## Εισαγωγή στην Ψυχολογία

Δρ Λυράκος Γεώργιος  
Ψυχολόγος Υγείας MSc. PhD  
Φυσιοθεραπεία  
Μάθημα 1<sup>ο</sup>

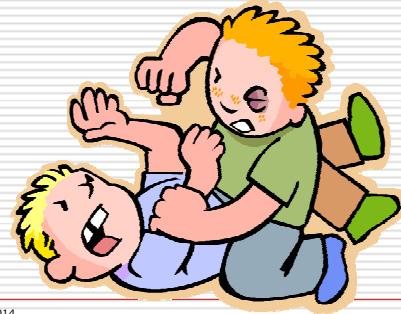
## ΟΡΙΣΜΟΙ ΤΟΥ ΟΡΟΥ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ

- Είναι η επιστήμη που σκοπό έχει να περιγράψει και να εξηγήσει την συμπεριφορά και τις νοητικές και συναισθηματικές διεργασίες κυρίως των ανθρώπων αλλά και των άλλων έμβιων όντων.
- Είναι μία εμπειρική επιστήμη που χρησιμοποιεί τη μεθοδολογία των εμπειρικών επιστημών (την παρατήρηση και το πείραμα) για να μελετήσει την ανθρώπινη συμπεριφορά και νόηση.
- Ο προβληματικός ρόλος των νοητικών φαινομένων και της υποκειμενικής εμπειρίας στην ψυχολογία.

## Τομείς έρευνας της ψυχολογίας



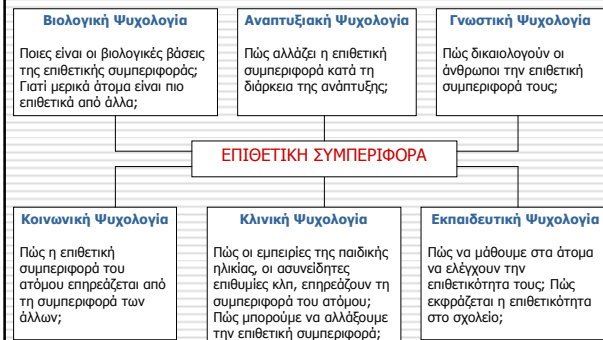
## Ας δούμε ένα παράδειγμα...



21/03/2014

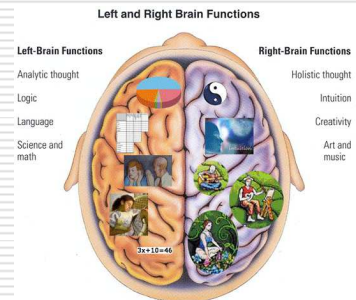
4

## Η επιθετική συμπεριφορά μέσα από τους διαφορετικούς τομείς της ψυχολογίας



## Βιολογική Ψυχολογία

- Εξετάζει τις σχέσεις ανάμεσα στην συμπεριφορά και τη λειτουργία κυρίως του νευρικού συστήματος και του ενδοκρινολογικού συστήματος



**Το μοντέλο Wernicke-Geschwind**

- Τα **αριστερό σχήμα** απεικονίζει την ακολουθία των γεγονότων όταν μια λέξη εκφωνείται και το άτομο επαναλαμβάνει τη λέξη σε φωνηματική μορφή.
- Νευρικές ώσες στέλνονται από το αυτί στην κύρια ακουστική περιοχή, αλλά η λέξη δεν μπορεί να γίνει κατανοητή πριν μεταφερθεί το σήμα στην περιοχή του Wernicke.
- Στην περιοχή του Wernicke η ακουστική μορφή της λέξης αναγνωρίζεται και μεταφέρεται μέσω μιας δεσμής νευρικών ινών στην περιοχή του Broca.
- Στην περιοχή του Broca ενεργοποιείται ένας αρθρωτικός κώδικας για τις λέξεις, ο οποίος με τη σειρά του καθοδηγεί την κίνησιαι περιοχή.
- Η κίνησιαι περιοχή οδηγεί τα χείλη, τη γλώσσα και το λάρυγγα να παράγουν τη φωνομένη λέξη.
- Στο **δεξί σχήμα**, μια γραμμική λέξη παρουσιάζεται και το άτομο εκφωνεί τη λέξη.
- Το οπτικό ερέθισμα εισέρχεται στο μάτι, μεταφέρεται στην κύρια οπτική περιοχή και μετά μεταβιβάζεται στη γωνιώδη έλικα.
- Η γωνιώδης έλικα συνδυάζει την οπτική μορφή της λέξης με τον ανάλογο ακουστικό κώδικα στην περιοχή του Wernicke.
- Μόλις ο ακουστικός κώδικας ανευρίσκεται και η σημασία της λέξης αναγνωρίζεται, η εκφώνηση της λέξης επιτυγχάνεται μέσω της ίδιας ακολουθίας γεγονότων όπως και προηγουμένως.

**Vision (150 ms)**

- Arabic Digits
- Arabic Digits, Spelled Numbers
- Comparison (190 ms)
- Movement (330 ms)
- Error correction (470 ms)

21/03/2014 8

### Αναπτυξιακή Ψυχολογία

- Αλλαγές στην συμπεριφορά και νόηση με την ηλικία
- Πώς αναπτύσσεται μία συμπεριφορά;
- Πώς επηρεάζεται από το περιβάλλον;

### Κινητική ανάπτυξη

Η κινητική ανάπτυξη των παιδιών ακολουθεί μια καλά καθορισμένη πορεία.

### Εξελικτική Ψυχολογία

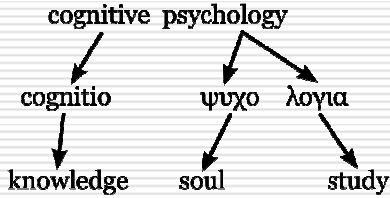
- Μελετά την αλλαγή της συμπεριφοράς στα έμβια όντα κατά τη διάρκεια της φυλογενετικής εξέλιξης του είδους.
- Οι εξελικτικοί ψυχολόγοι πιστεύουν ότι η συμπεριφορά των ανθρώπων είναι το αποτέλεσμα μιας μακράς περιόδου εξέλιξης μέσω της φυσικής επιλογής.
- Δίνει ιδιαίτερη σημασία στον προσαρμοστικό χαρακτήρα της συμπεριφοράς.

### Φυσική παρατήρηση

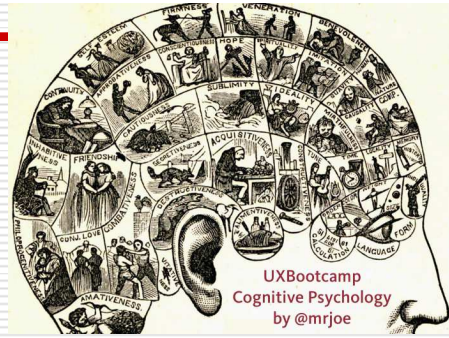
Η φυσική παρατήρηση είναι ένας εξαιρετικός τρόπος για να μελετήσουμε τη συμπεριφορά των ζώων. Σε αυτή την εικόνα η Jane Goodall παρατηρεί μια ομάδα χιμπατζήδων για να συγκεντρώσει πληροφορίες για τη ζωή τους στη ζούγκλα.

## Γνωστική Ψυχολογία

- Μελετά τις νοητικές διεργασίες της αντίληψης, της μνήμης, της λύσης προβλημάτων, της γλώσσας.



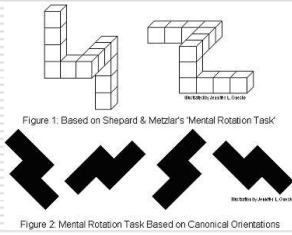
## Βασίζεται στη μελέτη του γνωστικού χάρτη



21/03/2014

14

## Παραδείγματα ...



21/03/2014

15

This is a test of your ability to look at a drawing of a given object and find the same object within a set of dissimilar objects. The only difference between the original object and the chosen object will be that they are presented at different angles. An illustration of object is given below, where the same shape is shown at three to satisfy yourself that they are only presented at different angles from one another.

Below are two drawings of new objects. They cannot be made to match the above five drawings. Please note that you are not told over the objects. Satisfy yourself that they are different from the above.

For each problem there is a primary object on the far left. You are to determine which two of four objects on the right are the same object given on the far left. In each problem always two of the four drawings are the same object as the one on the left. You are to put ticks in the boxes below the correct ones, and leave the incorrect ones blank. The first problem has been done for you.

You are to do the problems on the next page by yourself.

21/03/2014

16

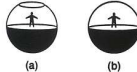
Σφαίρα



Πεπλατυσμένη σφαίρα



Κοίλη σφαίρα



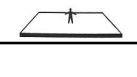
Διπλή Γη



Γη δίσκος



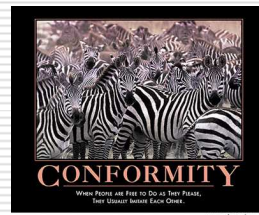
Γη ορθογώνιο

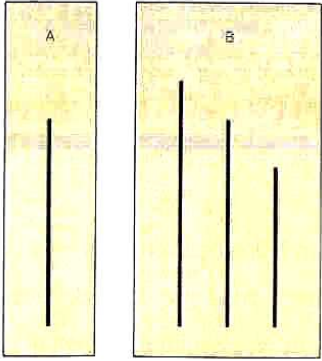


Νοητικά μοντέλα της γης παιδιών ηλικίας 6 έως 11 ετών (από Vosniadou & Brewer, 1992). Όλα τα μοντέλα, αλλά κυρίως το μοντέλο της γης-ορθογώνιο, αναπαριστούν τις προσπάθειες των παιδιών να συμβιβάσουν τον ισχυρισμό των ενηλίκων ότι η γη είναι στρογγυλή με αυτό που παρατηρούν γύρω τους (κυρίως στην Champaign Urbane του Illinois όπου διεξήχθη η έρευνα).

## Κοινωνική Ψυχολογία

- Μελετά τη συμπεριφορά των ανθρώπων μέσα σε ένα κοινωνικό σύνολο και πώς η κοινωνία επηρεάζει την συμπεριφορά των ανθρώπων







**Αντιπροσωπευτικό  
ερέθισμα στη μελέτη του  
Asch (Asch, 1958)**

Αφού παρατηρούσαν την κάρτα Α εζητείτο από τα άτομα να επιλέξουν από την κάρτα Β τη γραμμή που είχε το ίδιο μήκος με τη γραμμή στην κάρτα Α. Οι εικόνες που απεικονίζονται εδώ είναι χαρακτηριστικές ως προς το ότι η σωστή απάντηση είναι προφανής.

## Social Psychology




Attitude



Attraction



Aggression



Group Behavior

Study of how our thoughts, feelings and behaviors are influenced by others.

Or

How people influence each other.

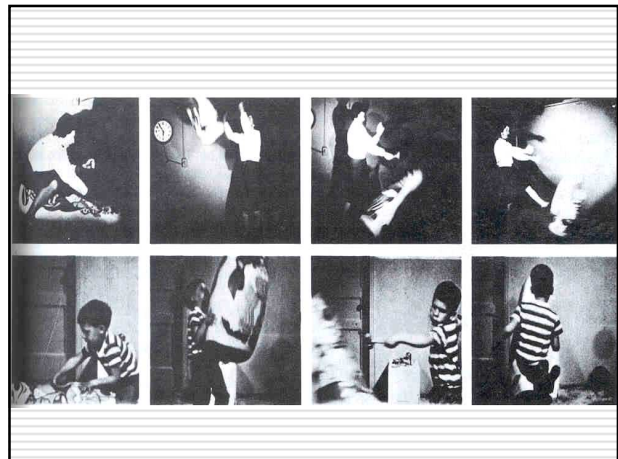


**Αντίσταση στη γνώμη της πλειοψηφίας**

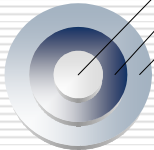
(Επάνω): Όλα τα μέλη της ομάδας, εκτός από τον έκτο από τα αριστερά άνδρα, είναι συνεργάτες του ερευνητή που έχουν λάβει την οδηγία να δώσουν σταθερά λανθασμένες απαντήσεις σε 12 από τις 18 δοκιμές. Ο υπό αριθμόν 6, στον οποίο έχει ειπωθεί ότι θα συμμετάσχει σε ένα πείραμα όσον αφορά στην οπτική αντίληψη είναι επόμενο να βρίσκει τον εαυτό του ως το μοναδικό διαφωνών εφόσον δίνει τις σωστές απαντήσεις.

(Κάτω αριστερά): Το άτομο δείχνοντας την πίεση της επαναλαμβανόμενης διαφωνίας με την πλειοψηφία, γέρνει μπροστά αγωνιωδώς για να μελετήσει την ερώτηση.

(Κάτω Δεξιά): Αυτό το συγκεκριμένο άτομο επιμένει στη γνώμη του, λέγοντας ότι "πρέπει να λέω αυτό που βλέπω".



## Το μοντέλο επίδρασης




Πολιτισμικό πλαίσιο και περιβάλλον  
Οι άλλοι  
Ο εαυτός μας

21/03/2014 23

### Κλινική Ψυχολογία

- Μελετά τις αποκλίσεις και τις διαταραχές της συμπεριφοράς και προσπαθεί να τις εξηγήσει και να τις αντιμετωπίσει.
- Φυσιολογικό – Μη φυσιολογικό





## Σε αυτή ανήκουν και οι ψυχοθεραπείες

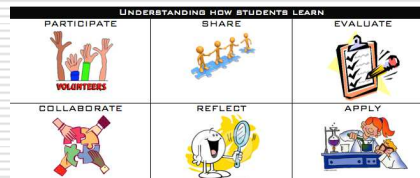


### Ψυχανάλυση

Το γραφείο του Sigmund Freud. Για να βοηθήσει τους ασθενείς του να ηρεμήσουν, ο Freud τους ξάπλωνε σε αυτό τον καναπέ και μιλούσαν για τον εαυτό τους και τα συναισθήματά τους, ενώ εκείνος καθόταν σε κάποιο σημείο του δωματίου έτσι ώστε να μην τον βλέπουν.

## Εκπαιδευτική Ψυχολογία

- Αναπτύσσει θεωρίες σχετικά με τη μάθηση και τη διδασκαλία



<b>ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ</b>	Βελτιώνοντας τη μνήμη σας	
Τομέας	Βοηθητικές Τεχνικές	
<b>Λίστες αντικειμένων</b>	Χρησιμοποιήστε μνημονικές στρατηγικές. Ψάξτε για ακρώνυμα που έχουν νόημα. Δοκιμάστε τη μέθοδο των θέσεων.	
Ανάγνωση βιβλίων	Ακολουθήστε το σύστημα SQ3R. Καταμερίστε το χρόνο σας ώστε να σας αφηρεί περιθώριο για κατανεμημένη εξάσκηση. Διαβάστε ενεργητικά και όχι παθητικά.	
Διαλέξεις	Κρατήστε σημειώσεις αλλά καταγράψτε μόνο τα κύρια σημεία. Σκεφτείτε σχετικά με την όλη οργάνωση του υλικού. Κοιτάξτε τις σημειώσεις σας αμέσως μετά τη διάλεξη για να συμπληρώσετε τα κενά.	<b>Στρατηγικές για την βελτίωση της μνημονικής ικανότητας.</b>
Μελέτη για διαγωνίσματα	Κάντε ένα λεπτομερές διάγραμμα των σημειώσεων σας από κάποια διάλεξη αντί να τις διαβάζετε παθητικά.	

## Η Ψυχολογία της υγείας



- Αποτελεί κλάδο της εφαρμοσμένης ψυχολογίας.
- Ο κλάδος αυτός περιλαμβάνει την έρευνα και την πρακτική αναφορικά με το ρόλο της ψυχολογίας στην υγεία και την ασθένεια.
- Κεντρικό αντικείμενο της ψυχολογίας της υγείας είναι η κατανόηση του τρόπου επίδρασης των ψυχολογικών, βιολογικών, περιβαλλοντολογικών και πολιτισμικών παραγόντων στην ατομική υγεία και ασθένεια.
- Οι ψυχολόγοι της υγείας εργάζονται παράλληλα με άλλα ιατρικά επαγγέλματα σε κλινικές, σε προγράμματα προώθησης της δημόσιας υγείας και στη διεξαγωγή επιστημονικής έρευνας (Marks et al, 2011).

## Τι είδαμε;

- Κλάδοι ψυχολογίας
- Παραδείγματα για τον κάθε κλάδο
- Ψυχολογία της υγείας με μια ματιά