Εισαγωγή στην Ψυχολογία

Παράδοση 3

Συμβουλευτική Υπηρεσία: https://kesypsys.uth.gr

Πού βρισκόμαστε

- Προηγούμενο μάθημα: Ορισμός Ψυχολογίας, Ιστορία της Ψυχολογίας (μέρος α')
- Σημερινό μάθημα: Ιστορία της Ψυχολογίας (μέρος β')

Προς μια επιστήμη του νου (τέλη 19ου αι.)

Εισαγωγή

- Οι πρώτες σχετικές απαντήσεις δόθηκαν από φιλοσόφους
- Η ιστορία της επιστήμης της Ψ ξεκινά πριν 150 χρόνια, όταν Γερμανοί επιστήμονες αναρωτήθηκαν πώς μπορούν να χρησιμοποιηθούν για τη μελέτη του ανθρώπινου νου οι μέθοδοι των φυσικών επιστημών
- Η πρόοδος μιας επιστήμης συχνά συνδέεται με την πρόοδο μιας άλλης επιστήμης

Δομισμός

- Ο Wilhelm Wundt (1832-1920) είναι γνωστός για τρεις παγκόσμιες πρωτιές:
    - 1867: Πρώτο μάθημα επιστημονικής ψυχολογίας (Πανεπιστήμιο Χαϊδελβέργης)
    - 1874: Πρώτο εγχειρίδιο ψυχολογίας
    - 1879: Πρώτο εργαστήριο ψυχολογίας (Πανεπιστήμιο Λειψίας)

- Όπως οι φυσικές επιστήμες είχαν καταφέρει να αναλύσουν το φυσικό κόσμο στα βασικά του συστατικά, ο Wundt επεδίωξε να κάνει το ίδιο με το νου

- Η προσέγγιση αυτή λέγεται δομισμός

- Ο Edward Titchener (1867-1927) πρότεινε μία τεχνική που ονόμασε συστηματική αυτοπαρατήρηση ή ενδοσκόπηση

- Η μέθοδος αυτή περιλαμβάνει:
    - Εκπαίδευση ατόμου να καταγράφει το περιεχόμενο των εμπειριών του σε πραγματικό χρόνο και να διαχωρίζει τις εμπειρίες του από τις ερμηνείες του
    - Έκθεση σε γκάμα ερεθισμάτων, όπως πολύχρωμα μπαλώματα και μουσικοί τόνοι
    - Καταγραφή του τι συμβαίνει στο νου

- Αλλά:
    - Η εσωτερική εμπειρία κάθε ατόμου είναι ένα ιδιωτικό γεγονός
    - Δεν γνωρίζουμε κατά πόσο η περιγραφή ενός ατόμου για την εμπειρία του είναι ακριβής ούτε και αν η εμπειρία αυτή μοιάζει ή διαφέρει από την εμπειρία ενός άλλου ατόμου

- Έτσι, ο δομισμός δεν διήρκεσε πολύ

Λειτουργισμός

- Περίπου το ίδιο διάστημα, ο William James (1842-1910) υποστήριξε ότι η ψυχολογία δεν θα έπρεπε να ασχολείται με το *πώς είναι* η νοητική ζωή αλλά με το *για ποιον λόγο υπάρχει*
- Το ερώτημα αυτό απαντά η προσέγγιση που ονομάστηκε *λειτουργισμός,* η οποία τονίζει τη σημασία των νοητικών διεργασιών για την προσαρμογή στο περιβάλλον
- Επηρεασμένος από τη θεωρία του Δαρβίνου (1809-1882), ο James υποστήριξε ότι οι ψυχολογικές διεργασίες υπηρετούν την επιβίωση και αναπαραγωγή των ανθρώπων
- Άρα αποστολή της Ψυχολογίας είναι να ανακαλύψει πώς υπηρετούν το στόχο αυτό οι ψυχολογικές διεργασίες
- Οι απόψεις του James έτυχαν μεγάλης προσοχής και ο λειτουργισμός ήταν η κυρίαρχη προσέγγιση της Ψυχολογίας στη Βόρεια Αμερική τη δεκαετία του 1920
- Το βιβλίο του *The Principles of Psychology* (1890) μελετάται ακόμα

<u>Ψυχανάλυση & συμπεριφορισμός (αρχές 20ου αι.)</u>

Ψυχανάλυση

- Ενώ οι πειραματικοί ψυχολόγοι προσπαθούσαν να κατανοήσουν τον νου, οι γιατροί προσπαθούσαν να τον θεραπεύσουν
- Στην κατάσταση της *υστερίας*, το άτομο χάνει κάποιες λειτουργίες (π.χ. τυφλώνεται ή μένει παράλυτο) χωρίς εμφανή σωματική αιτία
- Ο Sigmund Freud (1856-1939) πίστευε ότι πολλά άτομα που υπέφεραν από υστερία είχαν κάποια εμπειρία κατά την παιδική τους ηλικία, η οποία ήταν τόσο οδυνηρή, ώστε να μην επιτρέπουν στον εαυτό τους να τη θυμηθεί
- Οι μνήμες αυτές κρύβονται στο *ασυνείδητο,* δηλαδή στο τμήμα του νου που περιέχει πληροφορίες για τις οποίες δεν έχουμε επίγνωση
- Σίγουρος ότι η υπόθεσή του ήταν σωστή, ο Freud αφιέρωσε πολλά χρόνια από τη ζωή του για να αναπτύξει τη θεωρία που είναι γνωστή ως *ψυχαναλυτική θεωρία*
- Η θεωρία αυτή δίνει έμφαση στην επίδραση του ασυνειδήτου στη διαμόρφωση των συναισθημάτων, σκέψεων και συμπεριφορών
- Ο Freud πίστευε ότι ο μόνος τρόπος για να ξεσκεπάσουμε το ασυνείδητό μας είναι η *ψυχανάλυση,* ένα είδος θεραπείας που έχει στόχο να μας βοηθήσει να αποκτήσουμε γνώσεις γύρω από το περιεχόμενο του ασυνειδήτου μας
- Σε μία τυπική συνεδρία, το άτομο ξαπλώνει σε έναν καναπέ και περιγράφει τα όνειρά του ή κάνει ελεύθερους συνειρμούς
- Προσοχή: *Η ψυχανάλυση είναι μία από τις πολλές διαθέσιμες μορφές ψυχοθεραπείας)*
- Οι πειραματικοί ψυχολόγοι έδωσαν ελάχιστη προσοχή στις ιδέες του Freud
- Οι ιδέες του, όμως, επηρέασαν εκτενώς την κλινική ψυχολογία, όπως επίσης και τη φιλοσοφία, τις τέχνες, τη λογοτεχνία, κλπ.
- Έτσι, ο Freud κατατάσσεται ως ο 44ος άνθρωπος με τη μεγαλύτερη επίδραση στην ανθρώπινη ιστορία

Συμπεριφορισμός

- Το ίδιο περίπου διάστημα, ο John Watson (1878-1958) υποστήριξε ότι, αν η ψυχολογία ήθελε να γίνει μία πραγματική επιστήμη, θα έπρεπε να μελετά μόνο τη συμπεριφορά και όχι τα όσα οι άνθρωποι ισχυρίζονται ότι σκέφτονται ή αισθάνονται
- Αυτή η προσέγγιση ονομάζεται *συμπεριφορισμός*

<u>Αντίσταση στο συμπεριφορισμό (αρχές 20ου αι.)</u>

Ψυχολογία Gestalt, Αναπτυξιακή Ψυχολογία

- Καθώς πολλοί Αμερικανοί ψυχολόγοι στις αρχές του 20ου αι. υποστήριζαν τον συμπεριφορισμό, λίγοι Ευρωπαίοι ψυχολόγοι έκαναν αυτό που απαγόρευε ο συμπεριφορισμός: Μελετούσαν τις αντιλήψεις, τις μνήμες και τις κρίσεις των ανθρώπων, ώστε να κατανοήσουν αυτό που ονομάζεται *νους*

- Ο Max Wertheimer (1880-1943) ενδιαφερόταν για το πώς οι άνθρωποι αντιλαμβάνονται την κίνηση
- Σε ένα πείραμα, έδειχνε στους ανθρώπους δύο φώτα που αναβόσβηναν εκ περιτροπής
- Όταν ο χρόνος ανάμεσα στο σβήσιμο του ενός και στο άναμμα του άλλου μειωνόταν περίπου στο 1/20 του δευτερολέπτου, οι άνθρωποι έλεγαν ότι έβλεπαν ένα φως να κινείται μπρος πίσω
- Εδώ βλέπουμε πώς τα άτομα βλέπουν διαφορετικά πράγματα παρά το ότι εκτίθενται στα ίδια ακριβώς φυσικά ερεθίσματα

- Ο Sir Francis Bartlett (1886-1969) μελέτησε τη μνήμη
- Σε ένα πείραμα, ζητούσε από τους ανθρώπους να διαβάσουν ιστορίες και μετά από διάφορα χρονικά διαστήματα (από 15 λεπτά ως μερικά χρόνια) να θυμηθούν τι είχαν διαβάσει
- Όσο πιο μεγάλο είναι το διάστημα που μεσολαβεί, τόσο πιο πιθανό είναι οι άνθρωποι να θυμούνται αυτό που περίμεναν να διαβάσουν και όχι αυτό που είχαν πραγματικά διαβάσει
- Έτσι, συμπέρανε ότι η μνήμη δεν είναι μία συσκευή καταγραφής της πραγματικότητας, αλλά ότι ο νους κατασκευάζει τις μνήμες για τις εμπειρίες του παρελθόντος

- Ο Jean Piaget (1896-1980) μελέτησε το νου των παιδιών, εξετάζοντας τα λάθη τους
- Σε μία από τις μελέτες του, έδειξε σε δύο τρίχρονα παιδιά δύο ίδιου μεγέθους σωρούς από πηλό και στη συνέχεια έσπασε τον έναν σωρό σε μικρά κομμάτια και ρώτησε τα παιδιά ποιος σωρός έχει τώρα περισσότερο πηλό
- Τα παιδιά συνήθως απαντούσαν ότι περισσότερο πηλό έχει ο σωρός που δεν είναι σπασμένος
- Έτσι συμπέρανε ότι τα παιδιά βλέπουν τον κόσμο με θεμελιωδώς διαφορετικούς τρόπους σε σχέση με τους ενήλικες

- Ο Piaget συνέβαλε στη δημιουργία της *αναπτυξιακής ψυχολογίας*, που μελετά τους τρόπους με τους οποίους τα ψυχολογικά φαινόμενα αλλάζουν κατά τη διάρκεια της ζωής μας

Κοινωνική Ψυχολογία

- Άλλοι ερευνητές ενδιαφέρθηκαν για αυτό που ονομάζουμε *κοινωνική ψυχολογία*, δηλ. για τον κλάδο της ψυχολογίας που μελετά τα αίτια και τις συνέπειες της κοινωνικής συμπεριφοράς
- Για παράδειγμα, ο Solomon Asch (1907-1996) μελέτησε το πώς η σειρά των λέξεων με τις οποίες περιγράφουμε έναν άνθρωπο επηρεάζει τα συμπεράσματα που βγάζουμε για τον άνθρωπο αυτό
- Για παράδειγμα, έστω ότι μας λένε ρωτούν αν πιστεύουμε ότι θα βρούμε πιο συμπαθητικό τον άνθρωπο Α ή τον άνθρωπο Β, ξέροντας ότι ο άνθρωπος Α είναι ζηλιάρης, πεισματάρης, επικριτικός, παρορμητικός, εργατικός και ευφυής και ο άνθρωπος Β είναι ευφυής, εργατικός, παρορμητικός, επικριτικός, πεισματάρης και ζηλιάρης, τότε είναι πιο πιθανό να απαντήσουμε ότι θα βρούμε πιο συμπαθητικό τον άνθρωπο Β

Η γνωστική επανάσταση (τέλη 20ου αι.)

Γνωστική Ψυχολογία

- Ο γλωσσολόγος Noam Chomsky (1928) υποστήριξε ότι ο συμπεριφορισμός δεν μπορεί με κανέναν τρόπο να εξηγήσει πώς τα παιδιά μαθαίνουν γραμματική
- Για παράδειγμα, τα παιδιά μπορούν να δημιουργήσουν νέες, γραμματικά σωστές, προτάσεις, στις οποίες δεν έχουν εκτεθεί ποτέ

- Σημαντικό ρόλο στη μελέτη των νοητικών διεργασιών έπαιξε η ανακάλυψη του ηλεκτρονικού υπολογιστή (δεκαετία του ‘50)
- Οι άνθρωποι και οι υπολογιστές διαφέρουν σε πολλούς τομείς, αλλά και οι δύο καταγράφουν, αποθηκεύουν και ανακαλούν πληροφορίες
- Αυτή η ομοιότητα οδήγησε κάποιους ψυχολόγους να δουν τον υπολογιστή σαν ένα μοντέλο του ανθρώπινου νου

- Η μετατόπιση του ενδιαφέροντος της ψυχολογίας σε διεργασίες όπως η προσοχή και η μνήμη ονομάστηκε *γνωστική επανάσταση*, και οδήγησε στην ανάδειξη του κλάδου της *Γνωστικής Ψυχολογίας*, που μελετά την επεξεργασία πληροφοριών από τους ανθρώπους

Εξελικτική Ψυχολογία

- Εκτός από το νου, ο συμπεριφορισμός παραμέρισε από το ενδιαφέρον της ψυχολογίας και το παρελθόν μας
- Κάποια ψυχολογικά φαινόμενα δεν μπορούν να εξηγηθούν αν δεν τα ανάγουμε στο εξελικτικό παρελθόν μας

    - Γιατί οι άνθρωποι φοβούνται τα φίδια και τις αράχνες ακόμα κι αν δεν έχουν κινδυνεύσει ποτέ από αυτά;
    - Γιατί οι γονείς είναι συχνά έτοιμοι να θυσιάσουν και τη ζωή τους για να σώσουν τη ζωή των παιδιών τους;

- Τέτοιου είδους ερωτήματα απαντά ο κλάδος της *εξελικτικής ψυχολογίας*, που μελετά τη διαμόρφωση του ανθρώπινου νου μέσα από τη διαδικασία της φυσικής επιλογής
- Η εξελικτική ψυχολογία δεν είναι ένα συγκεκριμένο υποπεδίο της ψυχολογίας, αλλά ένας τρόπος σκέψης που μπορεί να εφαρμοστεί στη μελέτη πλήθους ψυχολογικών φαινομένων

<u>Νέα σύνορα (αρχές 21ου αι.)</u>

Νευροεπιστήμη

- Ο νους είναι αυτό που κάνει ο εγκέφαλος, αλλά πώς μπορούμε να μελετήσουμε τι κάνει ο εγκέφαλος;
- Για χρόνια, οι σχετικές έρευνες βασίζονταν στη μελέτη εγκεφάλων οι οποίοι είχαν υποστεί βλάβη από φυσικά αίτια ή στους οποίους οι ερευνητές προκαλούσαν βλάβες

- Για παράδειγμα, ο γιατρός P. Broca (1824-1880) βρήκε ότι ένας άντρας που μπορούσε να κατανοήσει αλλά όχι να παράγει λέξεις είχε μία βλάβη σε μια συγκεκριμένη περιοχή του εγκεφάλου, ενώ ο ψυχολόγος K. Lashley (1890-1958) προκάλεσε βλάβη σε διάφορα σημεία του εγκεφάλου αρουραίων και συμπέρανε ότι η μάθηση δεν εντοπίζεται σε μια συγκεκριμένη περιοχή του εγκεφάλου

- Τις τελευταίες δεκαετίες, υπάρχουν τεχνολογίες που μας επιτρέπουν να μελετάμε τους ανθρώπινους εγκεφάλους σε δράση
- Για παράδειγμα, η λειτουργική απεικόνιση μαγνητικού συντονισμού (fMRI) σαρώνει τον εγκέφαλο και δείχνει την ποσότητα του αίματος που διαρρέει τις διάφορες περιοχές του σε κάθε χρονική στιγμή

- Η έλευση αυτών των τεχνολογιών δημιούργησε δύο νέους κλάδους της ψυχολογίας: τη *γνωστική νευροεπιστήμη*, που μελετά τη σχέση μεταξύ εγκεφάλου και νου, και τη *συμπεριφορική νευροεπιστήμη, που* μελετά τη σχέση μεταξύ εγκεφάλου και συμπεριφοράς

Πολιτισμική Ψυχολογία

- Η πολιτισμική ψυχολογία μελετά τους τρόπους με τους οποίους ο πολιτισμός επηρεάζει το νου

- Για παράδειγμα, σε μία έρευνα, ζητήθηκε από άτομα από τις ΗΠΑ και από την Ιαπωνία να εντοπίσουν διαφορές ανάμεσα σε δύο ζωγραφιές

- Βρέθηκε ότι τα πρώτα ήταν πιο πιθανό να εντοπίσουν διαφορές στο προσκήνιο, ενώ τα δεύτερα διαφορές στο παρασκήνιο
- Ως μία πιθανή ερμηνεία προτάθηκε ότι
    - Στις ΗΠΑ, που είναι μία ανεξάρτητη και ατομιστική κοινωνία, τα άτομα μαθαίνουν να βλέπουν τα πράγματα αναλυτικά, εστιάζοντας την προσοχή τους σε αυτό που βλέπουν
    - Στην Ιαπωνία, όπου οι αλληλεξαρτώμενες σχέσεις και το πλαίσιο είναι στο επίκεντρο, τα άτομα μαθαίνουν να βλέπουν τα πράγματα ολιστικά, εστιάζοντας στο παρασκήνιο

- Η πολιτισμική ψυχολογία:
    - Αμφισβητεί την παλιότερη άποψη ότι τα ψυχολογικά φαινόμενα είναι οικουμενικά
    - Μελετά τη σημασία των πολιτισμικών παραδόσεων, δηλ. των αξιών, των παραδόσεων και των πεποιθήσεων που μοιράζονται συγκεκριμένες ομάδες ανθρώπων (π.χ. με βάση την εθνικότητα, το φύλο, την ηλικία, τη σεξουαλικότητα, το επάγγελμα, την κοινωνική τάξη, κλπ.)