

## **ΘΕΩΡΗΤΙΚΕΣ ΣΧΟΛΕΣ ΤΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ**

### **Ιστορία της Ψυχολογίας**

- Ebbinghaus: «έχει παρελθόν μακρινό, αλλά ιστορία σύντομη»
- Αριστοτέλης
- Ιπποκράτης – Γαληνός
- Wundt 1879 – Λειψία πρώτο ψυχολογικό εργαστήριο
- Δαρβίνος

### **Ψυχαναλυτική προσέγγιση**

- Ψυχικά συστήματα: Εγώ, Εκείνο, Υπερεγώ
- Στάδια ψυχοσεξουαλικής ανάπτυξης
  - Στοματικό (18 – 24 μηνών) - Εκείνο
  - Πρωκτικό (42 – 48 μηνών) - Εγώ
  - Φαλλικό (5 – 6 ετών) - Υπερεγώ
  - Λανθάνουσας σεξουαλικότητας (μέχρι εφηβεία)
  - Γενετικό (σεξουαλική και επιθετική ενέργεια)
- Καθήλωση
- Μηχανισμοί άμυνας του εγώ
- Επιστημολογική κριτική
- Χαρακτηριστικά παρέμβασης
  - Ελεύθερος συνειρμός
  - Όνειρα
  - Μεταβίβαση – αντιμεταβίβαση
  - Ερμηνεία
  - Σύγχρονη ψυχανάλυση

## **Συμπεριφοριστικές προσεγγίσεις**

- Ραβλον – Κλασική εξαρτημένη μάθηση
- Skinner – Συντελεστική εξαρτημένη μάθηση
- Mowrer – Θεωρία των δύο σταδίων
- Χαρακτηριστικά παρέμβασης
  - Κατευθυντική
  - Βραχεία
  - Αλλαγή όχι επίγνωση
  - Συμπεριφορά όχι εσωτερικός κόσμος
- Συστηματική απευαισθητοποίηση
- Κατακλυσμική μέθοδος
- Ανοιχτά ζητήματα (μαθησιακό ιστορικό, βιολογικά «προετοιμασμένα ερεθίσματα»)
- Κοινωνιογνωστική θεωρία μάθησης
  - Αυτεπάρκεια

## **Ανθρωπιστικές προσεγγίσεις**

- Ελεύθερη βούληση - αυτοπραγμάτωση
- Rogers: πελατοκεντρική – προσωποκεντρική θεραπεία
  - Αυτοπραγμάτωση
  - Μη κατευθυντική
  - Σημαντικά χαρακτηριστικά θεραπευτή
    - Αποδοχή άνευ όρων
    - Αυθεντικότητα
    - Ενσυναίσθηση

## **Γνωσιακές ή γνωσιακές – συμπεριφοριστικές προσεγγίσεις**

- Beck
  - Ερμηνεία ερεθισμάτων
  - Γνωσίες: αυτόματες αρνητικές σκέψεις, σχήματα
  - Σχετική ενεργοποίηση των σχημάτων
  - Εντοπισμός και αμφισβήτηση δυσλειτουργικών γνωσιών
  - Ενσωμάτωση συμπεριφοριστικών στρατηγικών