

Ψυχολογία Κεφ. 2ο

- Αίσθημα- Αντίληψη- Κρίση
- Είναι γνωστικές λειτουργίες(αντίληψη, προσοχή, μνήμη, σκέψη, γλώσσα) αλληλένδετες και καθοριστικές για την ομαλή προσαρμογή του ατόμου στις απαιτήσεις του περιβάλλοντος του ήδη από τη στιγμή της γέννησης του.
- Η αντίληψη είναι η πρόσληψη ερεθισμάτων , μέσω των αισθήσεων μας και η επεξεργασία τους, ώστε αυτά να αποκτήσουν νόημα.

Αίσθημα- Αντίληψη- Κρίση

- Η κατανόηση του κόσμου στηρίζεται κατ αρχήν στην αίσθηση , δηλ στη συγκέντρωση πληροφοριών από το περιβάλλον μας δια μέσω των αισθήσεων μας.
- Τα αισθητήρια όργανα του ανθρώπου προσλαμβάνουν τα περιβαλλοντικά ερεθίσματα , τα οποία στη συνέχεια διαβιβάζονται στον εγκέφαλο και ύστερα από επεξεργασία προκαλούν την αντίδραση του ανθρώπινου οργανισμού.
- Οι αισθήσεις δίνουν πληροφορίες που, για να τα αναληφθούμε , πρέπει πρώτα να ερμηνευτούν από τον εγκέφαλο.

Αίσθημα- Αντίληψη- Κρίση

- Κρίση
- Κρίση είναι μια αξιολόγηση ή κατηγοριοποίηση που αφορά ένα αντικείμενο σκέψης. Δεν είναι δημιουργική σκέψη γιατί δεν παράγει κάποια ιδέα.
- Η αξία της κρίσης είναι τόσο θεμελιώδης , ώστε πολλοί μελετητές τη θεωρούν αφετηρία κάθε ανώτερης νοητικής λειτουργίας και του σχηματισμού οποιασδήποτε έννοιας.
- Μέσω της κρίσης συμπληρώνονται τα κενά των λογικών υπολογισμών μας, και έτσι παίρνουμε αποφάσεις ή λύνουμε καθημερινά προβλήματα.
- Η κρίση επηρεάζει κάθε τομέα και δραστηριότητα της ζωής μας.

Λήψη αποφάσεων και επίλυση προβλημάτων

- Η δυσκολία στη λήψη μιας απόφασης οφείλεται στη δημιουργία μιας σύγκρουσης, της οποίας οι κινητήριες δυνάμεις είναι ίσης σημασίας. Όταν η σημασία τους δεν είναι συγκρίσιμη, τότε η λήψη της απόφασης είναι μια σαφώς ευκολότερη κατάσταση.
- Για την επίλυση των προβλημάτων οι περισσότεροι άνθρωποι βασίζονται στην προϋπάρχουσα γνώση και στην αναπαράσταση των προβλημάτων.

Λήψη αποφάσεων και επίλυση προβλημάτων

- Η λύση του προβλήματος αφορά ακριβώς την αλλαγή της κατάστασης που χαρακτηρίζεται προβληματική.
- Οι παράγοντες που επηρεάζουν την επίλυση ενός προβλήματος είναι η προϋπάρχουσα γνώση και η αναπαράσταση του προβλήματος
- Ο άνθρωπος εφαρμόζει στην επίλυση νέων προβλημάτων την παλαιότερη γνώση και την εμπειρία κατάλληλα προσαρμοσμένες στις νέες συνθήκες του προβλήματος.
- Η αναπαράσταση του προβλήματος αποτελεί το πρώτο στάδιο, πριν την επίλυση του προβλήματος.
- Οι πιο γνωστοί τρόποι επίλυσης προβλημάτων είναι η επίλυση μέσω δοκιμής και πλάνης καθώς και η ενόραση.

Μάθηση

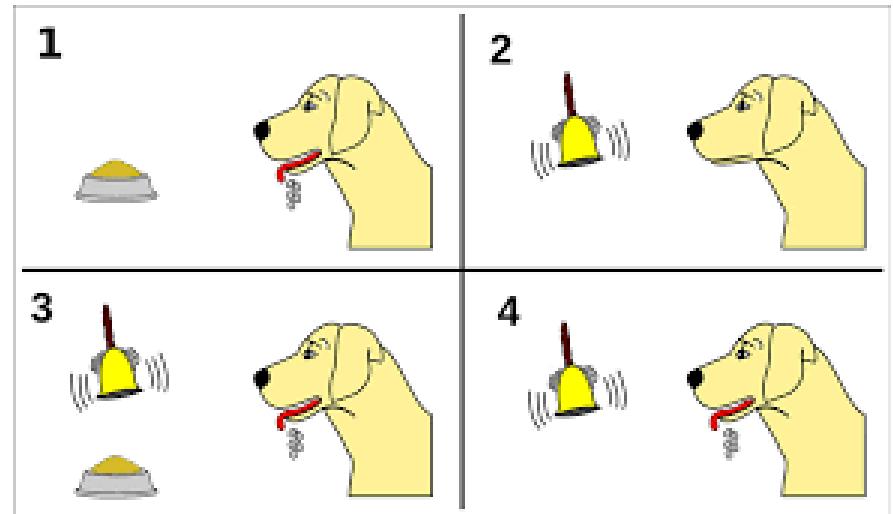
- **Μάθηση** είναι η σχετικά μόνιμη αλλαγή στη συμπεριφορά , που προκύπτει από την εμπειρία και έχει ως αποτέλεσμα την ικανότητα του ανθρώπου να προσαρμόζεται στις απαιτήσεις του περιβάλλοντος.
 - **Στάδια μάθησης:**
 - ✓ Φάση πρόσληψης του ερεθίσματος
 - ✓ Φάση απόκτησης της νέας συμπεριφοράς
 - ✓ Φάση εναποθήκευσης νεοαποκτηθέντων δεξιοτήτων
 - ✓ Φάση ανάκλησης , εφαρμογή νέας δεξιότητας.
- Οι παράγοντες που επηρεάζουν τη μάθηση εξαρτάται από την ικανότητα κάθε ατόμου αλλά και από τη φύση του ερεθίσματος.

Θεωρίες μάθησης

- Κλασική εξαρτημένη (PAVLOV)
- Πιο αναλυτικά, όταν ο Παβλόφ και οι συνεργάτες του έβαζαν κρέας σε σκόνη κοντά στο στόμα ενός πεινασμένου σκύλου, τότε ο σκύλος άρχιζε να εκκρίνει σάλιο. Αυτή η αντίδραση του σκυλιού στην εμφάνιση του κρέατος συνέβαινε αυτόματα χωρίς να χρειαστεί κάποια συγκεκριμένη εκπαίδευση. Γι'αυτό αναφέρεται ως ανεξάρτητη αντίδραση και συνεπώς το κρέας ως ανεξάρτητο ερέθισμα. Τότε ο Παβλόφ αποφάσισε να βάλει στη θέση του κρέατος ένα άλλο ουδέτερο ερέθισμα, ένα κουδούνι. Αυτό από μόνο του δε θα μπορούσε να προκαλέσει έκκριση σάλιου στο σκυλί. Όταν όμως συνδύασε το κουδούνισμα με την τροφή (κρέας) του σκυλιού, το σκυλί άρχισε να εκκρίνει σάλιο, νομίζοντας ότι ήρθε η ώρα του να φάει.

Κλασική εξαρτημένη (ΡΑΥΛΟΝ)

Αυτό σημαίνει ότι όταν παρουσιαστούν μαζί το κουδούνισμα και η τροφή, ο ήχος του κουδουνιού υποκινεί από μόνος του μια αντίδραση ίδια με εκείνη που προκαλεί από μόνη της η τροφή. Έτσι, το κουδούνισμα, από ουδέτερο γίνεται εξαρτημένο ερέθισμα, επειδή συνδέεται με τη τροφή. Η διαδικασία αυτή ονομάστηκε από τον Παβλόφ ως κλασική εξαρτημένη μάθηση.

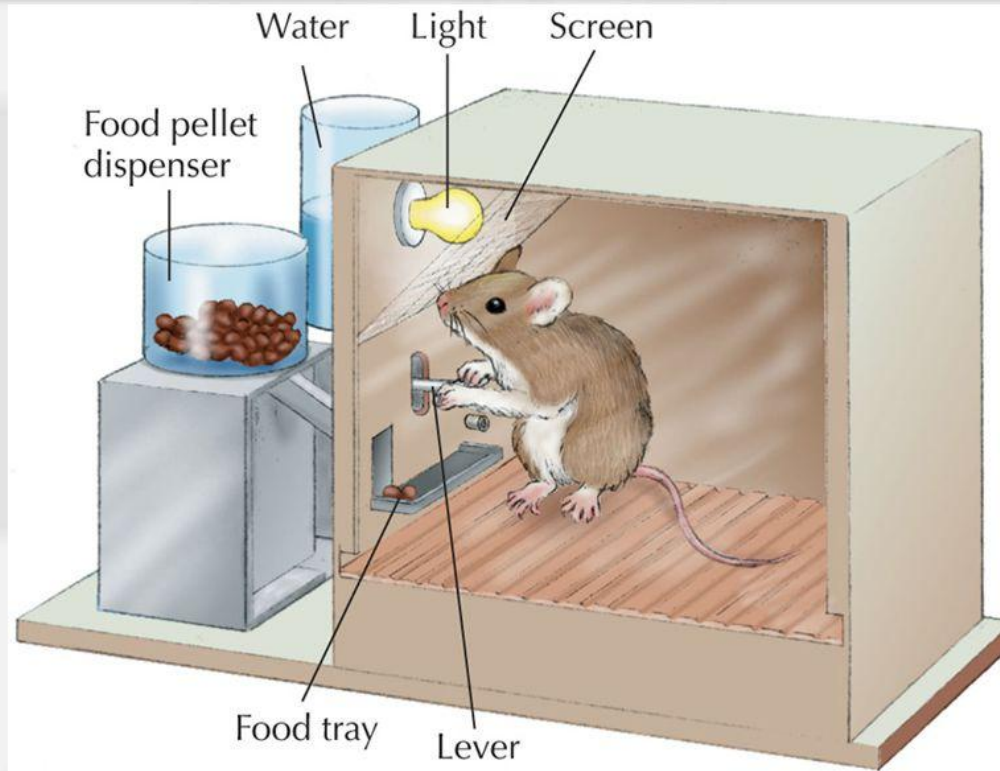


Συντελεστική μάθηση (Skinner)

- Στο πρώτο του πείραμα έβαλε έναν πεινασμένο αρουραίο μέσα στο “Skinner Box” . ο αρουραίος ήταν αρχικά αδρανής μέσα στο κουτί, αλλά σταδιακά καθώς άρχισε να προσαρμόζεται στο περιβάλλον του «κουτιού», άρχισε να το εξερευνά. Τελικά, ο αρουραίος ανακάλυψε έναν μοχλό, με το πάτημα του οποίου έπεφτε τροφή μέσα στο «κουτί». Αφού κάλυψε την πεινά του, άρχισε να εξερευνά το κουτί ξανά και μετά από λίγο πίεσε τον μοχλό για δεύτερη φορά καθώς άρχισε να πεινάει ξανά. Αυτό το φαινόμενο συνεχίστηκε για τρίτη, τέταρτη και πέμπτη φορά και μετά από λίγο ο πεινασμένος αρουραίος αφού αφέθηκε στο κουτί πίεσε αμέσως τον μοχλό. Εδώ φαίνεται ότι η πίεση του μοχλού γίνεται όλο και πιο συχνή διότι υπάρχει ανταμοιβή στην πράξη που κάνει ο αρουραίος. Το πείραμα είναι γνωστό ως Instrumental Conditioning Learning καθώς η αντίδραση είναι καθοριστική για την λήψη τροφής. Αυτό το πείραμα προσπαθεί να εξηγήσει τα αποτελέσματα της θετικής ενίσχυσης. Με το πάτημα του μοχλού, ο πεινασμένος αρουραίος έχει πρόσβαση στην τροφή, η οποία εκπλήρωσε την πεινά του. ως εκ τούτου, πρόκειται για μια θετική ενίσχυση.

Συντελεστική μάθηση (Skinner)

*Psychology: A Modular Approach to Mind and Behavior, Tenth Edition, Dennis Coon
Chapter 7*



© 2006 Wadsworth - Thomson

Figure 7.9

Μνήμη- Λήθη

- **Μνήμη**
- Μνήμη είναι η ικανότητα του ανθρώπου που του επιτρέπει να διατηρεί την επαφή του με την πραγματικότητα και τον κόσμο γύρω του, αναδιοργανώνοντας και αποθηκεύοντας τις πληροφορίες που διευκολύνουν τη διατήρηση της μάθησης και της εμπειρίας.
- Συγκροτείται μέσω συμμετοχής όλων των επιπέδων οργάνωσης του ΝΣ.

Στάδιο μνημονικής λειτουργίας

- **Κωδικοποίηση.**
 - ✓ Το εισερχόμενο αισθητηριακό ερέθισμα περνά από δυο επεξεργασίες. Αρχικά από την αισθητηριακή αναπαράσταση του ερεθίσματος, κατά την οποία συγκρατούμε το ερέθισμα.
 - ✓ Ακόλουθει η κωδικοποιημένη αναπαράσταση κατά την οποία γίνεται η συμβολική αναπαράσταση του ακουστικού, οπτικού ή σημασιολογικού ερεθίσματος

Στάδιο μνημονικής λειτουργίας

- **Βραχυπρόθεσμη μνήμη.**
- Τα ερεθίσματα που προσλήφθηκαν και κωδικοποιήθηκαν συγκρατούνται μόνο , αν μεταβιβαστούν στη βραχυπρόθεσμη μνήμη.
- Η μνήμη αυτή ονομάζεται και μνήμη εργασίας γιατί είναι το είδος της μνήμης που χρησιμοποιούμε για να φέρουμε εις πέρας καθημερινές ανάγκες, εργασίες, επιλύσεις προβλημάτων.
- Η χωρητικότητα της αφορά συγκράτηση 5-9 στοιχείων , και η διάρκεια της δεν ξεπερνά τα τριάντα δευτερόλεπτα.

Στάδιο μνημονικής λειτουργίας

- **Μακροπρόθεσμη μνήμη.**
- Σε αυτήν σταθεροποιείται και συγκρατείται οποιοδήποτε είδος πληροφορίας με εννοιολογικό περιεχόμενο.
- Οι πληροφορίες που αποθηκεύονται εδώ είναι απεριόριστες και η διατήρησή τους μπορεί να αφορά ακόμα και χρονιά.
- Εδώ συναντούμε 2 τύπους μνήμης :
 - ✓ Τη μνήμη επεισοδίων (συγκράτηση προσωπικών εμπειριών).
 - ✓ Τη σημασιολογική μνήμη(συγκράτηση εννοιών και γνώσεων).

Λήθη

- Η λήθη, η σταδιακή απαλοιφή παλαιότερων μνημών ή η μη συγκράτηση αρκετών λεπτομερειών από τις τρέχουσες εμπειρίες, φαίνεται ότι είναι μια ενεργητική και οικονομική διεργασία του εγκεφάλου και μπορεί να υπηρετεί προσαρμοστικό ρόλο, με την έννοια ότι διευκολύνει την επιλεκτικότητα σε συνδυασμό με ταχεία και αποτελεσματική ανάκληση μόνο των χρήσιμων για την επιβίωση πληροφοριών που έχουν συσσωρεύει στο παρελθόν μέσω της εμπειρίας και συμβάλλουν στην ικανότητα δημιουργίας μιας προβλεπτικής εικόνας του μέλλοντος, χωρίς τη συσσώρευση επουσιώδους πληροφορίας.

Λήθη

- Η λήθη βοηθά στο να απαλλαγούμε από ξεπερασμένες πληροφορίες.
- Μας βοηθά να κινηθούμε προς το μέλλον.
- Συμβάλλει στη συνέχιση της Ζώης.
- Για τη σωστή ισορροπία της ζωής τόσο η διατήρηση της μνήμης όσο και της λήθης είναι σημαντικές.