

# Η ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΑΤΟΜΟΥ

- ◉ Η έννοια της προσωπικότητας.
- ◉ Η ψυχολογία με τον όρο ψυχολογία αναφέρεται σε όλα εκείνα τα χαρακτηριστικά τα οποία επηρεάζουν τον τρόπο που αισθανόμαστε, σκεπτόμαστε και συμπεριφερόμαστε και που μπορεί να βλέπουν οι άλλοι ή μπορεί να θέλουμε να τα κρύψουμε.
- ◉ Χαρακτηριστικά που είναι παγιωμένα και που κάνουν τη συμπεριφορά μας προβλέψιμη, ανάλογα με την περίπτωση.
- ◉ Αυτά τα χαρακτηριστικά δεν είναι μοναδικά. Ο συνδυασμός τους κάνει το άτομο μοναδικό.

# ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ ΨΥΧΟΛΟΓΩΝ

- ◉ Τι παίζει μεγαλύτερο ρόλο στη διαμόρφωση της προσωπικότητας μας, οι παιδικές εμπειρίες ή οι εμπειρίες που αποκτούμε αργότερα;
- ◉ Ποιοι είναι οι στόχοι του ανθρώπου; Τι μας υποκινεί να θέσουμε στόχους;
- ◉ Είναι η ανθρωπινή φύση καλή ή κακή;
- ◉ Κληρονομικότητα ή περιβάλλον;
- ◉ Ποιο από τα δυο έχει καθοριστική επίδραση στην προσωπικότητα μας;
- ◉ Μπορούμε να ορίσουμε την τύχη μας ή είμαστε δέσμιοι των προηγούμενων εμπειριών μας , των βιολογικών παραγόντων, υποσυνείδητων δυνάμεων που δεν μπορούμε να ελέγξουμε;

# ΚΥΡΙΕΣ ΘΕΩΡΙΕΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ

- ◉ Η ψυχαναλυτική προσέγγιση. (Sigmund Freud , 1856-1939).
- ◉ Η πρώτη συστηματική μελέτη της προσωπικότητας , η ψυχαναλυτική ξεκίνησε κατά τα τέλη του 19 ου αιώνα.
- ◉ Η δουλειά του Φρόιντ είναι τόσο σημαντική , ώστε πολλές θεωρίες που αναπτύχθηκαν μετά τη δική του οφείλουν την ύπαρξη τους στην πρώτη είτε συμφωνώντας είτε διαφωνώντας.

# ΒΑΣΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΗΣ ΨΥΧΑΝΑΛΥΤΙΚΗΣ ΘΕΩΡΙΑΣ

- ⊙ Τα ένστικτα ως κινητήρια δύναμη της προσωπικότητας:
- ⊙ Τα ένστικτα και οι ορμές , κατά τον Φρόιντ, είναι ενέργεια με βιολογική ορμή. Το σώμα μας περιέχει ενέργεια. Όταν διεγείρεται κάποιο σημείο του, δημιουργείται ανάγκη για απελευθέρωση ενεργείας.
- ⊙ Ο Φρόιντ διέκρινε δυο κατηγορίες ορμών, της ζωής και του θανάτου.
- ✓ Η ορμή της ζωής εξυπηρετεί την αυτοσυντήρηση και περιλαμβάνει όλες τις ευχάριστες εμπειρίες καθώς και τη σεξουαλική πράξη.
- ✓ Η ορμή του θανάτου , εναντιώνεται στην ορμή της ζωής.
- ⊙ Την ενέργεια της σεξουαλικής ορμής, ο Φρόιντ την ονόμασε λίκμπιντο.

# Η ΔΟΜΗ ΤΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΣ ΚΑΤ'Α ΤΟΝ ΦΡΟΙΝΤ

- ◉ Το **εκείνο** καθοδηγείται από την αρχή της ευχαρίστησης. Δεν έχει λογική, δεν έχει φραγμούς, δεν είναι σταθερό. Τα ένστικτα κατοικούν στο εκείνο.
- ◉ Το **εγώ** καθοδηγείται από την αρχή της πραγματικότητας . Είναι ο ρυθμιστής . Κρατεί τις ισορροπίες ανάμεσα σε αυτό που θέλει και ζητά το εκείνο , τις επιθυμίες από τη μια μεριά και την πραγματικότητα από την άλλη. Το εγώ λειτουργεί με την λογική.
- ◉ Το **υπερεγώ** είναι η ηθική πλευρά της προσωπικότητας και αρχίζει να διαμορφώνεται από την ηλικία των 5 με 6 ετών. Διαμορφώνεται από τις υποδείξεις των γονέων μας ή των σημαντικών άλλων στη ζωή μας σχετικά με το τι πρέπει να κάνουμε ή όχι. Δεν παλεύει για την ικανοποίηση των ένστικτων ούτε για να πετυχει ρεαλιστικούς στόχους, αλλά για να φτάσει το άτομο στην ηθική τελειότητα.

# Η ΔΟΜΗ ΤΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΣ ΚΑΤ'Α ΤΟΝ ΦΡΟΙΝΤ

- Το εκείνο, το εγώ και το υπερ- εγώ βρίσκονται συνεχώς σε μια προσπάθεια να διατηρήσουν την ισορροπία
- Όταν το εγώ πιέζεται πολύ από το **εκείνο** και το **υπερ-εγώ** δημιουργείται το *άγχος*



# ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΙ ΑΜΥΝΑΣ

- ◉ Το άγχος απειλεί το ΕΓΩ , το Εγώ θα χάσει την ισορροπία του.
- ◉ Για να μη χαθεί αυτή η ισορροπία ο Φρόιντ περιγράφει κάποιους άλλους μηχανισμούς άμυνας:
  - ◉ Άρνηση
  - ◉ Απώθηση
  - ◉ Προβολή
  - ◉ Μετάθεση
  - ◉ Παλινδρόμηση
  - ◉ Εκλογίκευση

# ΣΤΑΔΙΑ ΨΥΧΟΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

## Στάδια Ψυχοσεξουαλικής ανάπτυξης

Στοματικό	Γέννηση- 1 έτους	Σεξουαλικό ένστικτο επικεντρώνεται στο στόμα. Το βρέφος αντλεί απόλαυση από στοματικές δραστηριότητες.
Πρωκτικό	1-3 ετών	Η εκούσια ούρηση και αφόδευση αποτελούν κύριους τρόπους εκπλήρωσης του σεξουαλικού ενστίκτου. Η εκπαίδευση μπορεί να προκαλέσει συγκρούσεις.
Φαλλικό	3-6 ετών	Απόλαυση αντλείται από διέγερση γεννητικών οργάνων. Αναπτύσσεται αιμομικτική επιθυμία για τον γονέα του αντίθετου φύλλου και σύγκρουση με τον γονέα του ίδιου φύλλου (συμπλέγματα)
Λανθάνουσα σεξουαλικότητα	6-11 ετών	Τα τραύματα από το προηγούμενο στάδιο προκαλούν την καταπίεση των συγκρούσεων σεξουαλικού περιεχομένου. Εγώ και υπερεγώ συνεχίζουν να αναπτύσσονται καθώς το παιδί αποκτά γνώσεις και ικανότητες και εσωτερικεύει κοινωνικές αξίες.
(Ετερόφυλη) σεξουαλικότητα	12 ετών και πάνω	Η ήβη πυροδοτεί την αφύπνιση των σεξουαλικών ορμών. Οι ορμές αυτές πρέπει να εκφραστούν και κοινωνικά αποδεκτούς τρόπους. Αν η ανάπτυξη έχει επέλθει με υγιή τρόπο το ώριμο σεξουαλικό ένστικτο ικανοποιείται με τον γάμο και το μεγάλωμα παιδιών.





# Η ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

- ◉ Η συμπεριφοριστική προσέγγιση θεωρείται ως η δεύτερη δύναμη στην ψυχολογία.
- ◉ Εξετάζει μέσα από μια σειρά εμπειρικών ερευνών, τις αντιδράσεις που εκδηλώνουν τα άτομα σε ερεθίσματα που προέρχονται από το εξωτερικό περιβάλλον.
- ◉ Ο πρώτος που εμπνεύστηκε αυτή την προσέγγιση ήταν ο Τζον Γουατσον.
- ◉ Για τους συμπεριφοριστές η προσωπικότητα αποτελείται από ένα σύνολο αντιδράσεων σε ερεθίσματα που έχουν μάθει, από εμφανείς συμπεριφορές και συστηματοποιημένες συνήθειες.
- ◉ Εκπρόσωποι της είναι ο Παυλωφ, ο Σκινερ, Μπαντουρα.

# Η ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

- ◉ Αντιτίθεται στις 2 προηγούμενες προσεγγίσεις.
- ◉ Κατα την ανθρωπιστική προσέγγιση για να έχουμε μια ολοκληρωμένη άποψη της ανθρώπινης προσωπικότητας , πρέπει να παρατηρήσουμε και να μάθουμε τα θετικά σημεία και τις αρετές της.
- ◉ Το άτομο έχει συνείδηση και λογική.
- ◉ Η προσωπικότητα του ατόμου μπορεί να γίνει κατανοητή , μόνο αν μπορέσουμε να δούμε το άτομο από τη δική του πλευρά, όπως βλέπει αυτό το ίδιο τον εαυτό του.
- ◉ Κύριος στόχος είναι να γίνει το άτομο αυτόνομο και να πλησιάσει στην αυτοπραγμάτωση.
- ◉ Κύριοι θεμελιωτές είναι ο Ροτζερς, ο Μαρσλοου, ο Ολμπορτ.

# ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΚΟΤΗΤΑ, ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΚΑΙ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ

- ◉ Κληρονομικότητα μπορούμε να πούμε ότι είναι ο τρόπος με τον οποίο χαρακτηριστικά των πρόγονων μας μεταφέρονται σε εμάς μέσα από τον γεννητικό μας κώδικα.
- ◉ Όλα τα χαρακτηριστικά που έχουμε κατά τη γέννηση μας λέγονται γονότυπος.
- ◉ Η έκφραση αυτών των χαρακτηριστικών , που είναι ορατή μέσα από την εμφάνιση και την συμπεριφορά του ατόμου, λέγεται φαινότυπος.
- ◉ Γονότυπος και φαινότυπος αλληλεπιδρούν στην ανάπτυξη του ατόμου.

# ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ

- ◉ Όταν μιλάμε για ψυχική ασθένεια , αναφερόμαστε σε συμπεριφορά του ατόμου η οποία ξεφεύγει από την κανονική , τη συνηθισμένη και αποδεκτή.
- ◉ Υπάρχουν 3 κριτήρια που μας βοηθούν να εντοπίσουμε τα είδη της μη κανονικής συμπεριφοράς:
  - Οι υποδείξεις της κοινωνίας στην όποια ζει το άτομο σχετικά με το τι είναι κοινωνικά αποδεκτό ή όχι.
  - Η συμπεριφορά που εμποδίζει την προσαρμογή του ατόμου.
  - Η κατηγοριοποίηση ορισμένων ειδών συμπεριφοράς και ο χαρακτηρισμός τους ως διαταραχών, όπως η έλλειψη επαφής του ατόμου με την πραγματικότητα.

# ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ

- ◉ Η διάγνωση και η αντιμετώπιση των ψυχικών διαταραχών είναι έργο της Κλινικής Ψυχολογίας και της Ψυχιατρικής.
- ◉ Περιγράφονται πάνω από 250 μορφές διαταραχών.
- ◉ Ενδεικτικά αναφέρουμε μερικές:
- ◉ Νευρώσεις. Το άτομο δείχνει να έχει πολύ άγχος και φοβάται για πράγματα που ο περισσότερος κόσμος δεν φοβάται. (φοβίες, νευρωσική κατάθλιψη, υποχονδρίαση).
- ◉ Ψυχώσεις. Το άτομο δείχνει μια έλλειψη επαφής με την πραγματικότητα. Ζει στον δικό του κόσμο. ( Μανιοκατάθλιψη, σχιζοφρένεια).

# ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ

- ◉ Διαταραχές προσωπικότητας. Το άτομο έχει επαφή με την πραγματικότητα. Ακαμψία και δυσκολία προσαρμογής του ατόμου.
- ◉ Ψυχοπαθητική προσωπικότητα .Το άτομο λειτουργεί με βάση τις δίκες του επιθυμίες που προσπαθεί να τις ικανοποιήσει με κάθε τρόπο. Δεν έχει ηθικούς φραγμούς.
- ◉ Άλλα είδη διαταραχών:
  - Τοξικομανία
  - Αλκοολισμός
  - Βουλιμιά ( τρώω μεγάλες ποσότητες και κάνω εμετό)
  - Νευρική ανορεξία (Αποφεύγω το φαγητό για υπερβολικό φόβο μην παχύνω).