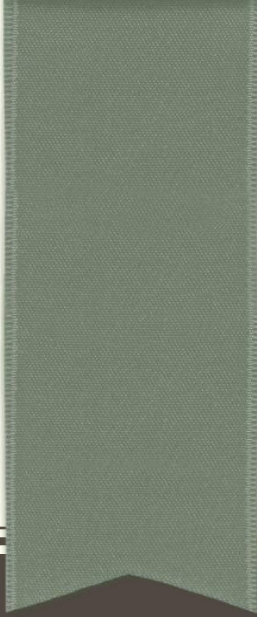


ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΗΘΙΚΗ Ι

(ΑΡΕΤΟΚΡΑΤΙΑ – ΚΛΑΣΙΚΟΣ ΗΔΟΝΙΣΜΟΣ)

Διδάσκοντες:
Α. Ενότητες 1-6: Αναπλ. Καθηγητής Γ. Καλογεράκος.
Β. Ενότητες 7-12: Δρ. Π. Κορμάς.





12^Η ΕΝΟΤΗΤΑ: ΗΘΙΚΗ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ ΚΑΙ ΝΕΥΡΟΕΠΙΣΤΗΜΕΣ

Εισαγωγή

- Τα αποτελέσματα ερευνών στον τομέα της νευροεπιστήμης έχουν επηρεάσει την οπτική μας για εκείνες τις επιστημονικές ανησυχίες που παραδοσιακά θεωρούνταν αντικείμενο της φιλοσοφίας: **η αντίληψη, ο σχηματισμός πεποιθήσεων, η συνείδηση.**
- Το 1960 ο όρος νευροεπιστήμες αναδύθηκε για να περιγράψει τη διεπιστημονική μελέτη των νευρικών συστημάτων. Το νέο αυτό πεδίο προέκυψε από την ανάγκη πολυεπίπεδης και πολύπλευρης έρευνας από την νευροφυσιολογία, την φαρμακολογία, την βιολογία, την ψυχολογία, την επιστήμη των ηλεκτρονικών υπολογιστών, κ.ά.
- Πριν από το 1980, ελάχιστες εργασίες στον τομέα της φιλοσοφίας πλησίασαν σημαντικά το νευρικό σύστημα ή το αντίστροφο.

Το ενδιαφέρον της νευροφιλοσοφίας αφορά στην έρευνα του εγκεφάλου που είναι σχετική με την νόηση.

Που βρισκόμαστε σήμερα;

- Η νευροεπιστημονική έρευνα σήμερα περιγράφει ένα εύρος φαινομένων σε επίπεδο νευροβιολογικών διεργασιών.
- Παραμένει όμως απόσταση ανάμεσα στη νευροεπιστημονική περιγραφή και την υποκειμενική εμπειρία της συνείδησης και της νοητικής δραστηριότητας.
- Ενώ υπάρχει τεράστιος όγκος δεδομένων για τον εγκέφαλο, δεν υπάρχει η παραμικρή θεωρία για το πως λειτουργεί.
- Το ότι φανταζόμαστε τον εγκέφαλο ως έναν υπολογιστή είναι ένα παράδειγμα που καταδεικνύει τους περιορισμούς, αντί για μια διορατικότητα στην προσέγγιση.
- **«ακόμη και ο πιο απλός εγκέφαλος ζώου δεν μοιάζει με κανέναν υπολογιστή που ο άνθρωπος έχει ήδη κατασκευάσει, ούτε καν με κάποιον που έχει φανταστεί»**
(Matthew Cobb, The Idea of the Brain: The Past and Future of Neuroscience, 2020)

Πρώιμη Ελληνική Φιλοσοφία και Εγκέφαλος

- Οι πρώτες επιστημονικές προσεγγίσεις για το πως λειτουργεί ο εγκέφαλος δεν συναντώνται στον τομέα της ιατρικής ή της ανατομίας, αλλά στη φιλοσοφία.
- Ο **Αλκμαίων ο Κροτωνιάτης**, προσωκρατικός φιλόσοφος, μαθητής του Πυθαγόρα, έζησε στον Κρότωνα της σημερινής Ιταλίας στα τέλη του 6ου, αρχές του 5ου αιώνα π.Χ.
- Υποστήριξε ότι ο **εγκέφαλος είναι το κέντρο των αισθήσεων, της κίνησης και της σκέψης**. Μίλησε για την παρουσία πόρων και καναλιών στον εγκέφαλο και τα αισθητήρια όργανα.
- Με τις φράσεις του «το ηγεμονικό βρίσκεται στον εγκέφαλο» και «όλες οι αισθήσεις μας συνδέονται με τον εγκέφαλο», ο **Αλκμαίων ταυτοποίησε τον εγκέφαλο ως κεντρικό όργανο νόησης και αισθητικής αντίληψης**.

Dede et al., 2017; Zemelka, 2017

Οι νευροεπιστήμες στην Ελληνιστική Αλεξάνδρεια

- Αλεξάνδρεια: ανάπτυξη της ιατρικής με την ίδρυση της Ελληνικής σχολής της Αλεξάνδρειας κατά τον 3ο αιώνα π.Χ.
- Παράλληλη και βαθιά επίδραση της φιλοσοφίας: ερωτήματα για τη σχέση ψυχής-σώματος => οδήγησε τους γιατρούς να εξετάσουν τις οδούς μέσω των οποίων εκδηλώνεται λειτουργικά η ανθρώπινη ψυχή.
- Ηρόφιλος (325-280 π.Χ.) και Ερασίστρατος (310-250 π.Χ.): συστηματικές μελέτες της ανατομίας του εγκεφάλου και διατύπωσαν υποθέσεις για το ρόλο του εγκεφάλου στη συμπεριφορά· πατέρες των Νευροεπιστημών.
- Ηρόφιλος: ακριβείς περιγραφές νευροανατομίας και εγκεφάλου. Τοποθέτησε κέντρο του νευρικού συστήματος τον εγκέφαλο και διέκρινε τα νεύρα σε «αισθητικά» και «προαιρετικά».
- Ερασίστρατος: περιέγραψε με ακρίβεια τον εγκέφαλο και διέκρινε τον «φλοιό» από την «παρεγκεφαλίδα».
- Και οι δύο πίστευαν ότι ο εγκέφαλος είναι η έδρα της ψυχής

Παραδοσιακές θεωρίες

▪ Δυϊσμός

- Νους και Εγκέφαλος είναι διαχωρισμένα αλλά είναι σε στενή αιτιακή σχέση
- Πρόβλημα: τα ευρήματα της νευροεπιστήμης δεν υποδεικνύουν την επιδραση ενός μη-υλικού νου

▪ Φυσικαλισμός

- Απόρροια του υλισμού (17^{ος} αιώνας)
- Η συνείδηση μπορεί να εξηγηθεί με όρους χημείας του εγκεφάλου
- Πρόβλημα: Η φυσική επιστήμη είναι ποσοτική ενώ η συνείδηση είναι ποιοτική. Η περιγραφή του εγκεφάλου πάντα θα αφήνει έξω την έννοια της συνείδησης
- Η επιτυχία των φυσικών επιστημών την καθιστά τη δημοφιλέστερη ίσως θεωρία

Ορόσημα στον 20^ο αιώνα

- Δεκαετία 1970: ο γιατρός και νευροεπιστήμονας Eric Kandel πρότεινε την εξήγηση απλών μορφών συσχετιστικής μάθησης με όρους προσυναπτικών μηχανισμών που ρυθμίζουν την απελευθέρωση διαβιβαστών.
- Δεκαετία 1980: Ο ψυχολόγος George Miller και ο νευροβιολόγος Michael Gazzaniga επινόησαν τον όρο **γνωστική νευροεπιστήμη** για να αναφερθούν στη μελέτη της γνωστικής λειτουργίας, όπως αυτή εφαρμόζεται στον εγκέφαλο.
- Η γνωστική νευροεπιστήμη μελετά την γνωστική λειτουργία μέσω τεχνικών Τομογραφίας Εκπομπής Ποζιτρονίων (PET) και Λειτουργικής Απεικόνισης Μαγνητικού Συντονισμού (fMRI) που επιτρέπουν να δούμε πώς η συμπεριφορά και η νόηση, όπως αυτές μελετώνται από τους γνωστικούς επιστήμονες, εκφράζονται στις λειτουργίες του εγκεφάλου, όπως αυτές μελετώνται από τους νευροεπιστήμονες.

Κάποιες σύγχρονες απόψεις

- Η συνείδηση δεν είναι φυσική, με την έννοια ότι δεν είναι οι φυσικές επιστήμες εκείνες που θα μας πουν τι είναι η συνείδηση. Ωστόσο είναι χαρακτηριστικό οργανισμών που έχουν φυσικές ιδιότητες. Η συνείδηση είναι κάτι ψυχολογικό με την έννοια ότι αναδύεται από το βιολογικό με τρόπο που όμως δεν μας είναι κατανοητός. (Tim Crane, Professor of Philosophy at CEU, Knightbridge Professor of Philosophy at the University of Cambridge)
- Υπάρχει ένας κόσμος που έχει αυτόνομη ανεξάρτητη ύπαρξη. Ο αντικειμενικός κόσμος υπάρχει, αλλά αποτελείται από διαπροσωπικές ψυχικές καταστάσεις που μας παρουσιάζονται με τη μορφή που αποκαλούμε φυσική όπως ακριβώς η φαινόμενη εσωτερική ζωή του καθενός εμφανίζεται στους υπόλοιπους με τη μορφή της ύλης που αποτελεί το σώμα. (Bernando Kastrup, Author, philosophy, computer engineering)

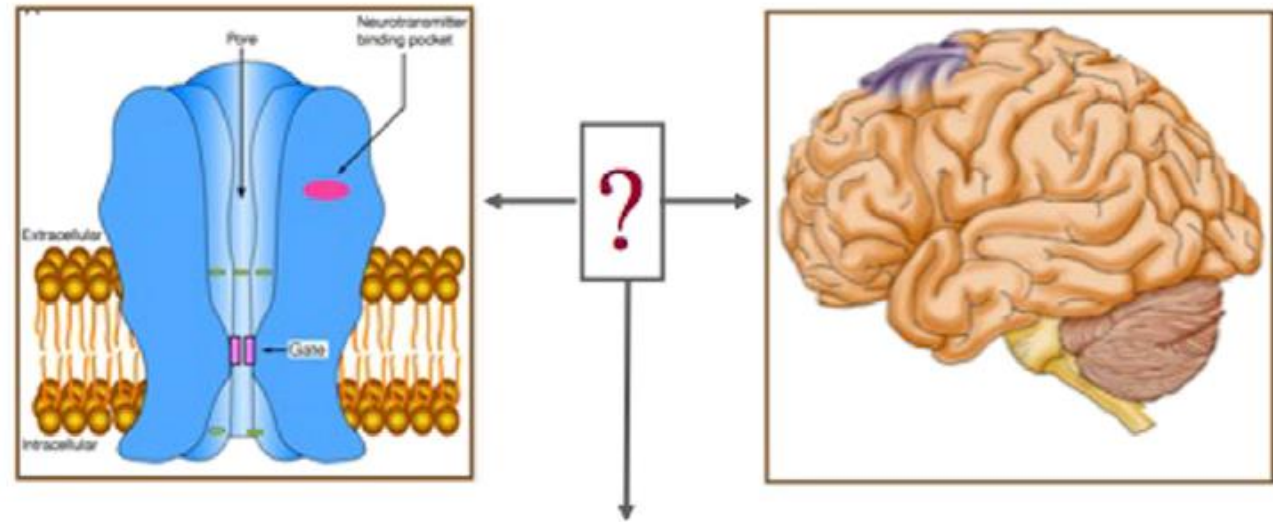
Νευροεπιστήμη και εγκέφαλος

Η νευροεπιστήμη παρουσίασε ραγδαία βήματα εξέλιξης σε δύο επίπεδα: στο κυτταρικό και στην εγκεφαλική απεικόνιση.

Η πρόκληση είναι η γεφύρωση αυτών των δύο επιπέδων με σκοπό της εξήγηση της συμπεριφοράς στη βάση του κυττάρου και των συνάψεων.

Γεφύρωση από το γονίδιο – διαμέσου των διαφορετικών βημάτων- στη συμπεριφορά και τη γνωστική λειτουργία

μια μεγάλη πρόκληση της σύγχρονης νευροεπιστήμης είναι η διεπιφάνεια μεταξύ του επιπέδου του κυττάρου και της συνολικής εγκεφαλικής λειτουργίας



Η συμπεριφορά παράγεται από δίκτυα/μικροκυκλώματα αλληλεπιδρώντων νευρικών κυττάρων

γονίδιο/μόριο - κύτταρο - σύναψη - δίκτυο - συμπεριφορά - γνωστική λειτουργία

Εγκέφαλος I

- Ο ανθρώπινος εγκέφαλος σε όλη τη ζωή του παράγει συνεχώς νέους νευρώνες (**νευρογένεση**) δημιουργώντας συνεχώς νέες συνάψεις.
- Η **ενέργεια του εγκεφάλου είναι τα σήματα των νευρώνων και τροφή του είναι η πληροφορία**. Όποια δίκτυα παίρνουν σήμα από το περιβάλλον ενισχύονται και γίνονται περισσότερα.
- Το μυαλό δεν είναι μια μηχανή όπως πιστεύαμε, αλλά ένα **νευροπλαστικό όργανο** με ικανότητα να αναπλάθεται στη διάρκεια του χρόνου. Μπορεί να μετασχηματίζεται να αλλάζει ή να αναδιαρθρώνει τη δομή του, την ανατομία του και τη φυσιολογία του, διαδικασία που αποκαλείται νευροπλαστική (neuroplasticity).

Εγκέφαλος II

■ Ο εγκέφαλος χωρίζεται σε τέσσερα βασικά τμήματα:

1. Τον κατώτερο εγκέφαλο ή εγκεφαλικό στέλεχος. Είναι το μέρος που ελέγχει πολλές από τις ενστικτώδεις λειτουργίες, πχ αναπνοή, καρδιακοί παλμοί κλπ.

2. Το κεντρικό μέρος. Είναι το μέρος που ελέγχει τα συναισθήματα.

3. Τον ανώτερο εγκέφαλο ή εγκεφαλικό φλοιό. Είναι αυτός που μας επιτρέπει να σκεφτόμαστε, να δημιουργούμε κλπ.

4. Η παρεγκεφαλίδα στο πίσω μέρος του εγκεφάλου. Είναι το μέρος που αποθηκεύει τη μυϊκή μνήμη

Η αιτία της αποτυχίας μας να κατανοήσουμε τον εγκέφαλο δεν οφείλεται σε πτυχές μοριακής ή κυτταρικής σύνθεσης αλλά στην περιπλοκότητα των νευρωνικών αλληλεπιδράσεων και στην πολλαπλών επιπέδων αρχιτεκτονική τους.

Τα δύο ημισφαίρια

- Το καθένα από τα δύο μέρη του εγκεφάλου (τα δύο ημισφαίρια) χειρίζεται διαφορετικές πνευματικές δραστηριότητες.
- Το αριστερό χειρίζεται τις ακόλουθες κι άλλες παρόμοιες δραστηριότητες: Λογική, Αριθμούς, Λέξεις, Αλληλουχία, Ανάλυση, Γραμμικότητα. Το δεξί χρησιμοποιείται για τις παρακάτω κι άλλες παρόμοιες δραστηριότητες: Ρυθμό, Χρώματα, Φαντασία, Διαστάσεις, Μουσική, Όνειρα.
- Το αριστερό υπερτερεί στη δυνατότητα διαμόρφωσης μιας εστιασμένης οπτικής, με αντίληψη της ακολουθίας των σκέψεων που γεννιούνται στο μυαλό μας, ενώ το δεξιό επιτυγχάνει καλύτερα να κάνει ένα βήμα πίσω αποκτώντας μια πιο πλατιά θεώρηση του περιβάλλοντος. Η μια πλευρά ασχολείται με το προσκήνιο, ενώ η άλλη με το φόντο.
- Η δραστηριότητα του ΔΕ είναι καθοριστική για την αντίληψη των συναισθηματικών καταστάσεων άλλων εαυτών, δηλαδή για την ενσυναίσθηση. Η ενσυναίσθηση είναι φυσικά ένα ηθικό συναίσθημα που συνεισφέρει στην ηθική ανάπτυξη.

Πλαστικότητα

- Ο εγκέφαλος απέχει πολύ από την έννοια της άκαμπτης δυαδικής οργάνωσης. Σύμφωνα με τα πρόσφατα πειραματικά δεδομένα η πληροφορία μεταδίδεται από τον ένα νευρώνα στον άλλο με τρόπο άκρως ρυθμισμένο.
- 2 κύριοι νευροδιαβιβαστές: το γλουταμικό οξύ, το οποίο αυξάνει τη νευρωνική διεγερσιμότητα και το γ-αμινοβουτυρικό οξύ που τη μειώνει.
- Η πλαστικότητα είναι το αντίθετο της ακαμψίας και στην περίπτωση των νευρωνικών κυκλωμάτων αναφέρεται στην ικανότητα των νευρώνων να τροποποιούν την αποτελεσματικότητα με την οποία μεταβιβάζουν πληροφορίες.
- Μέσα από την διαδικασία της εξέλιξης επικράτησαν γονίδια που δίνουν την δυνατότητα πλαστικών αλλαγών στην εγκεφαλική αρχιτεκτονική. Η πλαστικότητα λοιπόν, προσδιορίζει τον καθορισμό του απρόβλεπτου, και έτσι **«είμαστε βιολογικά καθορισμένοι να μην είμαστε βιολογικά καθορισμένοι, να είμαστε ελεύθεροι».**

Μάθηση: μηχανισμός δαρβινικής επιλογής

- **Αυτόματα ενδογενή σχήματα:** προαναπαραστάσεις (ανεξάρτητα από αισθητικές εισροές).
- Το **περιεχόμενο των εισροών** από τους αισθητικούς υποδοχείς **αλληλεπιδρά με προαναπαραστάσεις** του εγκεφάλου.
- Οι **προαναπαραστάσεις σταθεροποιούνται** ώστε να σχηματιστεί μια μνήμη ή νοερή εικόνα. Όμως προκειμένου να ολοκληρωθεί αυτή η σταθεροποίηση, πρέπει να υπάρχει μια αντιστοίχιση ανάμεσα στο αντίλημμα και στην προαναπαράσταση, να μην είναι σε μεγάλη ασυμφωνία.
- Οι **προαναπαραστάσεις κληρονομούνται γενετικά** αλλά **μόνο όσα ενδογενή σχήματα αποδεικνύονται μέσω της εμπειρίας λειτουργικά χρήσιμα** είναι αυτά που **σταθεροποιούνται** και σχηματίζουν τις νοητικές δομές της διάνοιας.
- Αυτή η **διεργασία σταθεροποίησης συντελείται κατά την κρίσιμη περίοδο της νευρωνικής ανάπτυξης**, όταν ορισμένες νευρωνικές συνδέσεις σταθεροποιούνται σε λειτουργικά κυκλώματα ενώ άλλες συναπτικές επαφές ατονούν.

Σχήμα

- Η έννοια των σχημάτων προτάθηκε αρχικά από τους **Piaget και Warden** το 1926 ως η υποκείμενη δομή για την οργάνωση της αντίληψης που έχει ο άνθρωπος για τον κόσμο.
- Τα **σχήματα είναι οι πεποιθήσεις και οι κανόνες** (το πιο στέρεο και ανθεκτικό κομμάτι του οικοδομήματος του νου) και στο μεγαλύτερό τους μέρος δεν είναι ορατά, είναι ασυνείδητα.
- Ο στόχος των σχημάτων είναι η επεξεργασία των καθημερινών ερεθισμάτων από τα γεγονότα με σκοπό να αποκτήσουν κάποιο νόημα και να δεσμεύσουν άλλα συστήματα, ανάλογα με το περιεχόμενο της προσληφθείσας πληροφορίας. Τα σχήματα μπορεί επίσης να θεωρηθούν αφηρημένα γνωσιακά πλάνα που καθοδηγούν το άτομο στην επεξεργασία και την ερμηνεία της πληροφορίας αλλά και στην επίλυση προβλημάτων. Έτσι, μπορεί να έχουμε γλωσσικά σχήματα για την κατανόηση μιας πρότασης ή πολιτισμικά σχήματα για την ερμηνεία ενός μύθου.

Young, Klosko and Weishaar, Schema Therapy. A practitioner's guide, 6-7

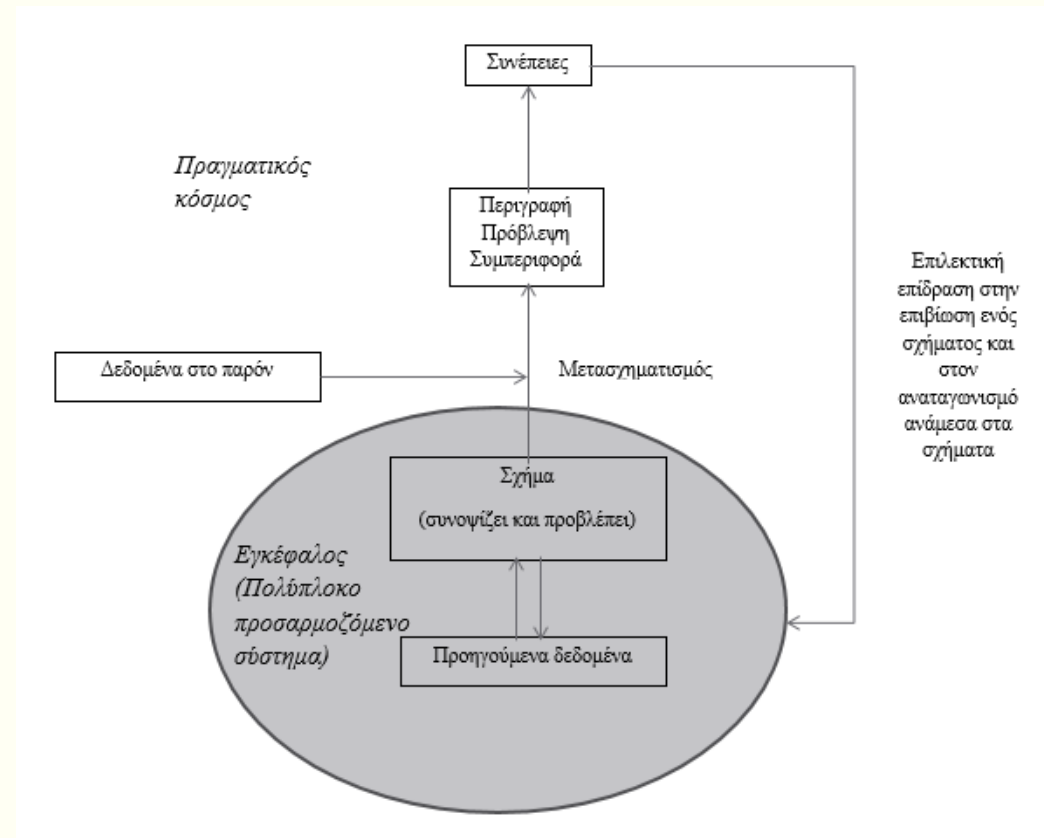
Παράδειγμα - Μνήμη

- Ένα παράδειγμα ενσωμάτωσης νευροφυσιολογικών ευρημάτων σε κλασσικές φιλοσοφικές θεωρίες είναι ο ρόλος της μνήμης στην προσωπική ταυτότητα.
- Μολονότι η μνήμη αποτελεί σημείο κλειδί σε πολλές θεωρίες προσωπικής ταυτότητας (John Locke, Derek Parfit), ο ακριβής ρόλος δεν έχει ακόμη διαλευκανθεί, και μια από τις αιτίες έχει αναφερθεί ότι είναι η εφαρμογή της νευροψυχολογικής γνώσης στη φιλοσοφική θεωρία.
- Σε πολλές φιλοσοφικές θεωρίες, οι αναμνήσεις αντιμετωπίζονται ως μετρήσιμες μονάδες, των οποίων κύριος στόχος είναι να μεταφέρουν την πληροφορία στο χρόνο. Παραβλέπουν εντελώς το ότι οι αναμνήσεις είναι απαραίτητη προϋπόθεση, ώστε να βιώνει το άτομο τη ζωή του ως μια συνεχή διαδικασία και ως αποτέλεσμα την ικανότητα να βλέπει τη ζωή του ως ένα σύνολο.
- Πρόσφατα εμπειρικά ευρήματα έχουν δείξει ότι δεν είναι μόνο η αίσθηση του εαυτού που βασίζεται στις αναμνήσεις προηγούμενων εμπειριών, αλλά ότι η ανάκτηση, η ανάμνηση και η ανασυγκρότηση του παρελθόντος επηρεάζεται αμοιβαία από τον εαυτό.

Για την φιλοσοφία, Εαυτός είναι η ταυτότητα του Εγώ, είναι το αντίθετο και το διαφορετικό από το άλλο. Είναι το ψυχικό κέντρο ενός προσώπου που μένει το ίδιο στις μεταβαλλόμενες στιγμές της αντικειμενικής ύπαρξής του. Μέσω του εαυτού, μπορεί να εξηγηθεί η μετάνοια και η ικανοποίηση, ο φόβος και η ελπίδα και να δικαιολογηθεί η αμοιβή και η τιμωρία.

Εγκέφαλος: πολύπλοκο προσαρμοστικό σύστημα I

- Δυναμικό σύστημα
- Σχέση δομής-λειτουργίας από μόνη της είναι ανεπαρκής για να κατανοήσουμε το πως δουλεύει και πως εξελίσσεται κατά τη διάρκεια της ζωής.
- Η προ-ρύθμιση όλων των συνάψεων είναι γενετικά αδύνατη. Η πληροφορία που έρχεται από τις αισθήσεις χρησιμοποιείται για το σκοπό αυτό.
- Ο τρόπος με τον οποίο οι συνάψεις μεταδίδουν σήματα και οι νευρώνες παράγουν δυναμικά ενέργειας δεν είναι σταθερός, αλλά υποστηρίζεται από συγκεκριμένους μηχανισμούς συναπτικής και μη-συναπτικής πλαστικότητας.



Εγκέφαλος: πολύπλοκο προσαρμοστικό σύστημα II

- Ο εγκέφαλος επεξεργάζεται μέσα από την εφαρμογή προσαρμοζόμενων σχημάτων. Τα σχήματα βασίζονται σε προηγούμενες μνήμες και γνωσιακές διεργασίες και ρυθμίζονται μέσω αισθητήριων ανατροφοδοσιών από την εμπειρία.
- Ο εγκέφαλος αναπτύχθηκε για να επιτρέψει στα ζώα να κινούνται και το κινητικό σύστημα εφαρμόζει βασικά σχήματα συντονισμού που στη συνέχεια χρειάζεται να ρυθμιστούν για συγκεκριμένες περιβαλλοντικές συνθήκες και περιπτώσεις χρήσης.
- Τα σχήματα επομένως, ρυθμίζονται μέσω μηχανισμών πλαστικότητας, καθορίζοντας τη μάθηση και τη μνήμη, στη βάση μιας ενεργούς αλληλεπίδρασης με το περιβάλλον.
- Η γνωσιακή και ανώτερες λειτουργίες προέρχονται από αυτή την αρχική αρχιτεκτονική. Κατάλληλα κυκλώματα έχουν αναπτυχθεί για να υποστηρίξουν αυτή τη διαδικασία, για παράδειγμα η παρεγκεφαλίδα και ο εγκεφαλικός φλοιός.

Εγκέφαλος – Ιεραρχία I

- Η λειτουργική ανατομία του εγκεφάλου είναι μια οργανωμένη ιεραρχία για να διασφαλίσει ότι η ελεύθερη ενέργεια ελαχιστοποιείται με τον πιο αποδοτικό τρόπο. Οργανωμένος έτσι ο εγκέφαλος εξηγεί εσωτερικά και εξωτερικά γεγονότα και επιτυγχάνει αποτελεσματικά τη διάκριση μεταξύ τους.
- *Ελεύθερη ενέργεια είναι μια μεταβλητή στη θεωρία πληροφοριών που ορίζει τα αποδεικτικά στοιχεία για ένα μοντέλο δεδομένων. Εδώ τα δεδομένα είναι αισθητηριακά και το μοντέλο κωδικοποιείται από τον εγκέφαλο.*
- *Freud: Ελεύθερη Ενέργεια θεωρείται η ελεύθερα κινούμενη και όχι η ελεύθερα μετατρέψιμη. Τείνει δε, προς μια άμεση και πλήρη εκφόρτιση (αρχή της νευρωνικής αδράνειας).*

Εγκέφαλος – Ιεραρχία II

- Μέσω της ιεραρχίας κατασκευάζει τις δικές του από πάνω προς τα κάτω (top-down) πρότερες προσδοκίες σχετικά με τα δείγματα αισθητικών δεδομένων που έρχονται από τον έξω κόσμο. Η ιεραρχική μορφή των εσωτερικών μοντέλων και η σχετική νευροανατομία (Felleman και Van Essen, 1991) συνεπάγεται μια πρόοδο στην πολυπλοκότητα των αναπαραστάσεων καθώς ανεβαίνουμε στην ιεραρχία από τους θαλαμικούς πυρήνες και τον πρωτοταγή αισθητικό φλοιό στον συσχετιστικό και παραλιβικό φλοιό (πχ από τις αισθήσεις στις έννοιες μέσω αντιλήψεων).
- Η πρόοδος αυτή αντανakλάται στη χρονική διάρκεια αυτού που αναπαριστάται. Τα υψηλότερα επίπεδα αναπαριστούν παρατεταμένες αλληλουχίες γεγονότων οι οποίες εξηγούν καλύτερα τη ροή των αισθητικών πληροφοριών που έχουν αναπαρασταθεί από τα χαμηλότερα επίπεδα (Kiebel et al, 2008).

Το “μυστήριο” της συνείδησης

- Το μυστήριο του εγκεφάλου είναι πρωτίστως το μυστήριο της συνείδησης
- Συνείδηση: χαρακτηριστικό πνευματικών “επεισοδίων” (σκέψεων, συναισθημάτων, αισθήσεων), ουσιαστικά φαινόμενο εμπειρίας
- Το πρόβλημα της συνείδησης: πως η συνείδηση χωρά μέσα στην επιστημονική κοσμοθεωρία;
- Πως ο εγκέφαλος μπορεί και παράγει συνείδηση; (classical hard problem, David Chalmers)
- Συνείδηση είναι η συνθετική λειτουργία με την οποία το άτομο, μέσω της διανόησής του και γνωρίζοντας την προσωπικότητά του, μπορεί και συλλαμβάνει την κατάσταση στην οποία βρίσκεται αλλά και διαμορφώνει μια ιδέα για το πως θα είναι στο μέλλον.

Συνείδηση

- Η συνείδηση φαίνεται να έχει την πιο πραγματιστική προσέγγιση από τον χώρο των νευροεπιστημών.
- Είναι μια σύνθετη νευρωνική διεργασία κατά την οποία προωθούνται οι εξωγενείς και ενδογενείς πληροφορίες από τον οπτικό θάλαμο προς τα ημισφαίρια του εγκεφάλου για να γίνουν αντιληπτές και να διαμορφώσουν το **λειτουργικό συνειδησιακό πεδίο του ατόμου**.
- Το άτομο, ως ζωντανή ύπαρξη, κινείται σε μια οριοθετημένη πραγματικότητα και αναγνωρίζει τον εαυτό του ως υπόσταση εντός αυτής, επεκτείνεται όμως, στην ψυχοσωματική σφαίρα και την ανάπτυξη και αποδοχή φιλοσοφικών εννοιών.
- Η συνείδηση διατηρεί προσωπικό χαρακτήρα στη διάρκεια της ζωής του ατόμου και αποτελεί ουσιώδες υπόβαθρο της προηγμένης νόησης. Οι νοητικές λειτουργίες και η διηνεκής νοητική αναβάθμιση στηρίζονται στη διηνεκή συνειδησιακή ενάργεια.

Εγκέφαλος και συνειδητή εμπειρία

- Στη μακροκλίμακα, ο εγκέφαλος είναι ένα δυναμικό προσαρμοζόμενο σύστημα που λειτουργεί μέσα από ρυθμιζόμενα σχήματα πρόβλεψης στη βάση μιας εσωτερικής εικονικής αναπαράστασης του κόσμου και του εαυτού. Αυτή είναι μια **από πάνω προς κάτω προσέγγιση**, που δείχνει πως το σύστημα μπορεί να λειτουργεί. Οι αναδυόμενες ιδιότητες του συστήματος μπορούν να αποκαλυφθούν από μια από κάτω προς τα πάνω προσέγγιση.
- Από αυτό το σύστημα, είναι ασαφής η σύνδεση μεταξύ εγκεφαλικής λειτουργίας και συνείδησης. Ο εγκέφαλος παράγει μια εικονική πραγματικότητα του ποιοι είμαστε, μια ιδιότητα που καλείται συνείδηση.
- Ωστόσο, η σύνδεση ανάμεσα στην εγκεφαλική λειτουργία και τη συνείδηση δεν έχει πειραματικά δεδομένα.

Μοναδιαία ολοκληρωμένη φύση συνειδητής εμπειρίας I

- Πολλές λειτουργίες του φλοιού είναι εστιακές (σωματοαισθητικές, οπτικές, κινητικές κλπ). Η εστιακή λειτουργία φαίνεται ότι εκτείνεται και στο μικροσκοπικό επίπεδο.
- Παρά τα δις νευρώνων με εστιακή λειτουργία που ενεργοποιούνται, αυτό για το οποίο αποκτούμε επίγνωση/ενημερότητα, δεν βιώνεται ως μια απείρως λεπτομερειακή διάταξη ευρέως ξεχωριστών γεγονότων.
- Η συνειδητή εμπειρία είναι απίθανο να εστιάζεται σε έναν νευρώνα ή σε μια ομάδα νευρώνων. Είναι μια πιο σφαιρική λειτουργία του εγκεφάλου. Ο Singer (1991) έδειξε ότι ορισμένες οπτικές συνθέσεις σχετίζονται με εκτενή συγχρονισμό ταλαντευόμενων νευρωνικών ανταποκρίσεων.
- Η διαφορά μεταξύ εστιακής εγκεφαλικής λειτουργίας και ενοποιημένης πνευματικής μπορεί να εξηγηθεί από μια γενική έλλειψη ισομορφισμού μεταξύ νευρωνικών και πνευματικών γεγονότων (χωρίς να αποκλείεται η ύπαρξη ενός ενοποιητικού φαινομένου υπεύθυνου για την μεταμόρφωση)

Μοναδιαία ολοκληρωμένη φύση συνειδητής εμπειρίας II

- John Eccles
- Δυσιστική/διαδραστική άποψη
- Η ενότητα που βιώνουμε δεν είναι προϊόν νευροφυσιολογικής σύνθεσης αλλά έρχεται από τον προτεινόμενο ολοκληρωποιητικό χαρακτήρα του αυτοσυνείδητου πνεύματος
- Το μη-υλιστικό πνεύμα μπορεί να ανιχνευθεί και να ολοκληρώνει τις δραστηριότητες των νευρώνων
- Roger Sperry
- Μονιστική άποψη
- «η πνευματική δραστηριότητα είναι μια αναδυόμενη ιδιότητα της λειτουργίας του φλοιού του εγκεφάλου. Παρόλο που το πνευματικό είναι περιορισμένο σε ένα μακρο-αιτιοκρατικό πλαίσιο μπορεί να υπερβαίνει, αλλά όχι να παρεμβαίνει στη νευρωνική δραστηριότητα.»

Μοναδιαία ολοκληρωμένη φύση συνειδητής εμπειρίας III

- Το Συνειδητό Πνευματικό Πεδίο (ΣΠΠ) προσδίδει την ενοποιημένη υποκειμενική εμπειρία. Έχει αιτιολογική ικανότητα να επηρεάζει ή να αλλάζει την νευρωνική λειτουργία. Δεν ανήκει σε κάποια γνωστή κατηγορία φυσικών πεδίων.
- Δεν περιγράφεται από κάποιο εξωτερικά παρατηρήσιμο φυσικό γεγονός. Ανιχνεύεται μόνο μέσω υποκειμενικής εμπειρίας και είναι προσβάσιμο μόνο στο άτομο που βιώνει αυτή την εμπειρία. Είναι ανάλογο γνωστών φυσικών πεδίων (το μαγνητικό πεδίο δημιουργείται από το ηλεκτρικό ρεύμα σε έναν αγωγό και μπορεί με τη σειρά του να επηρεάσει την ροή του ρεύματος).

Νευροεπιστήμες και ελεύθερη βούληση

- Μετά το 1980, νευροεπιστημονικά ευρήματα υποδεικνύουν ότι οι αποκαλούμενες ελεύθερες επιλογές μας στην πραγματικότητα πηγάζουν από τον εγκέφαλό μας μερικά milliseconds (ή και περισσότερο) πριν να έχουμε επίγνωση για αυτές => οι ενέργειές μας είναι επομένως ασυνείδητες, ακούσιες.
- Είναι ένας εγκληματίας απλώς κάποιος αρκετά άτυχος να βρίσκεται στο τελείωμα μιας αιτιακής αλυσίδας;
- Το πρόγραμμα του Ανθρωπίνου Γονιδιώματος παράγει γνώση η οποία ολοένα και περισσότερο περιορίζει τον γενετικό ντετερμινισμό. Ο βαθμός έκφρασης ενός συγκεκριμένου γονιδίου καθορίζεται και από τα ξεχωριστά γνωρίσματα της εμπειρίας, πράγμα που καταδεικνύει το σημαντικό ρόλο των επιγενετικών παραγόντων στο γενετικό πρόγραμμα.

Ελεύθερη βούληση και ηθική

- Η ηθική συμπεριφορά δεν υπάρχει, ούτε σε αρχόμενη μορφή, στα υπόλοιπα ζώα εκτός από τον άνθρωπο. Ο λόγος είναι ότι οι προϋποθέσεις για ηθική συμπεριφορά είναι αποτέλεσμα της ανώτερης νοημοσύνης που περιλαμβάνει την ικανότητα ελεύθερης βούλησης, αφηρημένης σκέψης και της προσμονής για το μέλλον, που δεν υπάρχουν σε κανένα άλλο έμβιο είδος εκτός του *H. Sapiens*. Οι απαραίτητες συνθήκες για ηθική συμπεριφορά ικανοποιούνται μόνο όταν ξεπερνάται ένα εξελικτικό κατώφλι.
- Η ανθρώπινη αίσθηση ηθικής είναι, επομένως, ζήτημα εξαρμογής* και όχι προσαρμογής.

*Εξελικτικοί βιολόγοι ορίζουν την εξαρμογή τη χρησιμότητα μιας δομής για μια λειτουργία η οποία δεν αποτελούσε μέρος της εξελικτικής προέλευσης αυτής της δομής (π.χ. τα φτερά των πουλιών αρχικά ήταν προσαρμογές για τη θερμορρύθμιση αλλά στη συνέχεια εξαρμογές για την πτήση). Η νέα λειτουργία μπορεί να αντικαταστήσει την παλαιότερη ή να συνυπάρχει μαζί της.

Francisco J. Ayala, "The difference of being human: morality," in In the Light of Evolution: Volume IV: The Human Condition, 333-4

Προσοχή I

- Σήμερα, η προσοχή θεωρείται ένα από τα κύρια χαρακτηριστικά της γνωσιακής λειτουργίας και αναφέρεται στην ικανότητα να δίνεται προτεραιότητα, εκούσια ή ακούσια, σε μέρος της πληροφορίας που είναι διαθέσιμο κάποια συγκεκριμένη στιγμή. Η συνείδηση σχετίζεται και με τους δύο τύπους προσοχής, την εκούσια και την ακούσια, ενώ τα μέχρι σήμερα δεδομένα δείχνουν ότι η ακούσια προσοχή προηγείται της συνείδησης, ενώ η εκούσια προσοχή έπεται αυτής.
- Η διάκριση της προσοχής και της συνείδησης σε εννοιολογικό και ψυχολογικό επίπεδο, αλλά και η συνύφανσή τους στην ολιστική γνωσιακή λειτουργία αντικατοπτρίζεται και σε νευροφυσιολογικό επίπεδο.
- Σύμφωνα με πρόσφατη μελέτη, είναι ουσιαστικά ξεχωριστές, αλλά, ωστόσο, αδερφές διαδικασίες του εγκεφάλου που μερικώς αλληλοεπικαλύπτονται τα νευρικά τους σύστοιχα μέσα στο βρεγματικό δίκτυο του εγκεφάλου. Η συνείδηση αναπτύσσεται χωρίς την συμμετοχή της προσοχής, μέχρι μια φάση που ονομάζεται συγχρονισμός. Η διαδικασία της προσοχής ακολουθεί ανεξάρτητο μονοπάτι και μπαίνει στη συνολική εικόνα αργότερα, όταν το πρόσθιο-βρεγματικό δίκτυο εστιάζει την προσοχή σε συγκεκριμένα περιεχόμενα της συνείδησης, δίνοντάς τους διαφορετικά επίπεδα επίγνωσης/αντίληψης.

Προσοχή II

- Χάρη στον ρόλο της προσοχής, φιλτράρεται ο τεράστιος όγκος του υλικού πνευματικού περιεχομένου, ώστε η συνείδηση να αποκτήσει γνωσιακή σημασία. Χάρη στην συνείδηση, που δημιουργεί ένα σταθερό και συνεπές τοπίο για τον κόσμο, η προσοχή μπορεί να προσφέρει υψηλότερα επίπεδα εντοπισμένης επίγνωσης και να εμπλουτίσει την εμπειρία.
- Και οι δύο είναι ζωτικές ικανότητες του εγκεφάλου, και η εμπλοκή τους είναι στον πυρήνα του τι σημαίνει να είσαι άνθρωπος.
- Μέσω της προσοχής γίνεται η επιλογή και το φιλτράρισμα της πληροφορίας, ώστε στη συνέχεια να επεξεργαστεί στα ανώτερα επίπεδα των γνωσιακών λειτουργιών. Θεωρείται δηλαδή, το ικρίωμα για την ανάπτυξη πιο πολύπλοκων γνωσιακών λειτουργιών

Προσοχή - DMN

- Το σύστημα προσοχής ενεργοποιείται κατά τη διάρκεια γνωσίας που κατευθύνεται προς το εξωτερικό και απενεργοποιείται κατά τη διάρκεια γνωσίας που κατευθύνεται προς το εσωτερικό, ενώ το αντίθετο ισχύει για το προεπιλεγμένο/προκαθορισμένο δίκτυο (Default Mode Network, DMN).
- Το DMN παραμένει ενεργό ακόμη και όταν δεν συνοδεύεται από πράξη, σκέψη, κίνηση. Η ανάπτυξη και η λειτουργία του DMN είναι συνεπής με τις λειτουργίες του Εγώ και τη δευτερογενή διεργασία. Περιστέλλει τα ενδογένη ερεθίσματα και καταστέλλει τα συστήματα που εμπλέκονται με εξωτερικά ερεθίσματα.
- Η απώλεια του από πάνω προς τα κάτω ελέγχου της λιβιδινικής δραστηριότητας σε ιεραρχικά κατώτερα συστήματα είναι ισοδύναμη με την απώλεια ελέγχου της πρωτογενούς διεργασίας από το Εγώ. Η αυτογενής δραστηριότητα στο DMN αντικατοπτρίζει τη συνεχή περιστολή της ενδογενούς αυτογενούς δραστηριότητας ανάλογα με την έννοια της καταστολής του Freud.

Προσοχή – Ελληνιστική Φιλοσοφία I

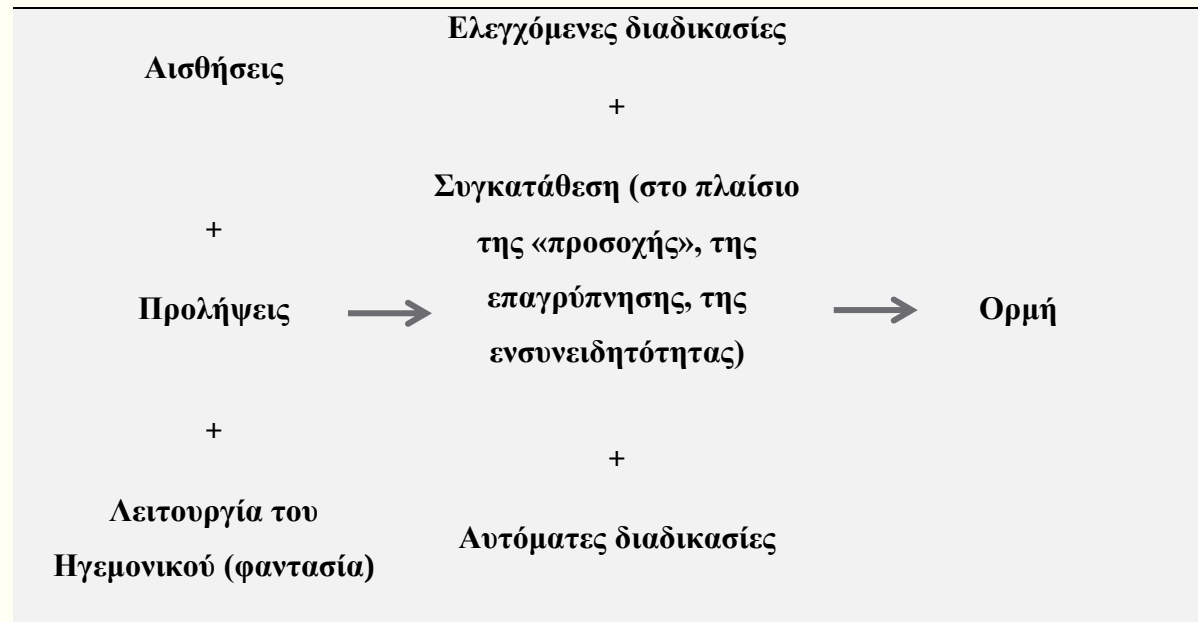
- Η προσοχή έχει χαρακτηριστεί ως η θεμελιώδης πνευματική άσκηση των Στωικών. Πρόκειται για τη συνεχή ετοιμότητα, την περισυλλογή στην παρούσα στιγμή και συνοδεύει ουσιαστικά κάθε πνευματική άσκηση:

Εξαρτάται από σένα να είσαι παντού και πάντοτε ευχαριστημένος κατά τρόπο θεοσεβή μ' εκείνα που σου παρουσιάζονται και να φέρεσαι με δικαιοσύνη προς τους ανθρώπους που συναντάς και να ερευνάς με τη δύναμη της σκέψεως που διαθέτεις για να μη σου διαφύγει κάτι χωρίς να το καταλάβεις. (Μάρκος Αυρήλιος, Τα εις εαυτόν, VII, 54)

Ο Hadot γράφει:

Στον Στωικισμό, όπως και στον Επικουρισμό, η φιλοσοφία είναι μια συνεχής δράση, μόνιμη και ταυτόσημη με την ίδια τη ζωή, που πρέπει κάθε φορά να ανανεώνεται. Αυτή η δράση θα μπορούσε να οριστεί ως ο προσανατολισμός της προσοχής. (Pierre Hadot, Philosophy as a way of life, 268.)

Προσοχή – Ελληνιστική Φιλοσοφία II



Η σχέση ανάμεσα στη φαντασία, τη συγκατάθεση και την ορμή στο μοντέλο της ανθρώπινης δράσης των Στωικών.

Προσοχή – Ελληνιστική Φιλοσοφία III

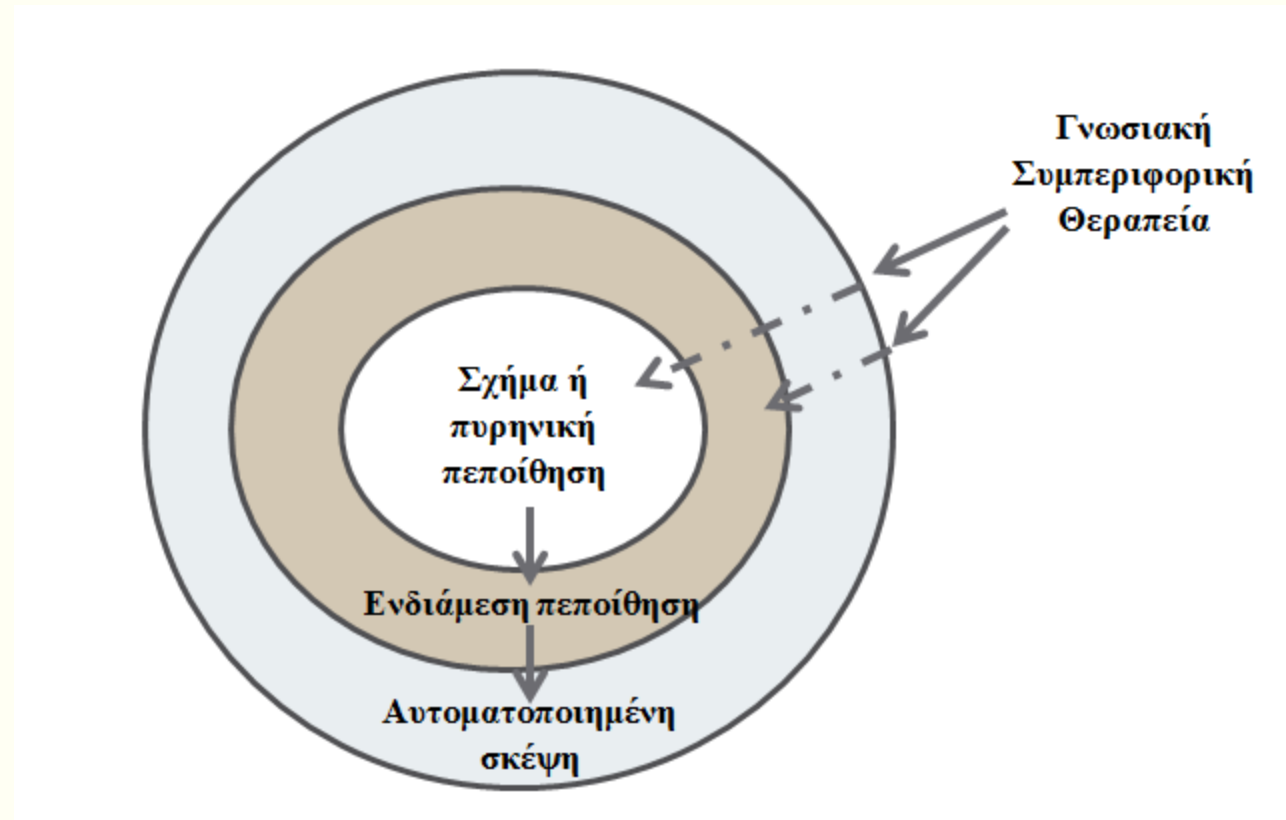
- Για τους Ελληνιστικούς φιλοσόφους, η προσοχή είναι η πρακτική της προσήλωσης στις συγκαταθέσεις, τις επιθυμίες και τις πράξεις.
- Μέσα από την προσοχή το ηγεμονικό αποκτά την απαραίτητη γνώση ώστε να μπορεί στη συνέχεια να μεταβάλλει τον ίδιο του τον εαυτό.
- Όλες οι γνωσιακές διεργασίες οδηγούν σε μια κρίση και όλες οι επιθυμίες προκύπτουν από μια κρίση, ανεξάρτητα από τον αν συνοδεύονται από διεργασίες σε επίπεδο φυσιολογίας.
- Ο στόχος της προσοχής για τους Ελληνιστικούς φιλοσόφους είναι η εντατικοποίηση και η διεύρυνση της συνειδητότητας: προωθεί την καλλιέργεια υψηλών επιπέδων αντίληψης που επεκτείνεται στην αίσθηση του τι σημαίνει να είναι ο άνθρωπος ένα ζωντανό μέρος του κόσμου.

Γνωσιακές Διαστρεβλώσεις

- Τα γνωσιακά σχήματα δρουν στην μεροληψία της επεξεργασίας της πληροφορίας με τρόπο που παράγει **γνωσιακές διαστρεβλώσεις**, οι οποίες δημιουργούν την προδιάθεση για συγκεκριμένες συναισθηματικές διαταραχές.
- Το γεγονός ότι τα σχήματα («κατοικώντας» στο υποσυνείδητο επίπεδο) είναι δύσκολο να προσδιοριστούν, να αξιολογηθούν και να μετρηθούν, φέρνει περιορισμούς στη θεραπεία των ασθενών.
- ο θεραπευτικός στόχος της γνωσιακής θεραπείας είναι να επαναπλαισιώσει και να διορθώσει τις γνωσιακές διαστρεβλώσεις και να προσπαθήσει για ρεαλιστικές λύσεις, ώστε να παραχθούν αλλαγές συμπεριφοράς και να βελτιωθούν οι συναισθηματικές διαταραχές.
- Τα σχήματα μπορεί πολλές φορές να ταυτοποιηθούν και να τροποποιηθούν μέσα από πιο “προσβάσιμες” γνωσίες.

*Alford & Beck, “The integrative power of cognitive therapy,” 16.
Hofmann, and Reinecke (2010), 3
Knapp and Beck (2008), s56*

Γνωσιακή Συμπεριφορική Θεραπεία (CBT) I



Γνωσιακή Συμπεριφορική Θεραπεία (CBT) II

- η σύγχρονη CBT είναι μια “ομπρέλλα” παρεμβάσεων που χρησιμοποιούν μια σύνθεση γνωστικών τεχνικών
- Το ψυχιατρικό μοντέλο της θεραπευτικής προσέγγισης έχει στόχο τη μείωση των συμπτωμάτων, τη βελτίωση της λειτουργικότητας και την απαλλαγή από τη διαταραχή. Κάτω από αυτήν την προοπτική, ο ασθενής έχει ενεργό ρόλο γιατί συμμετέχει και συνεργάζεται με τον θεραπευτή ώστε να μελετήσει και να αμφισβητήσει την εγκυρότητα των δυσπροσαρμοστικών γνωσιών και να τροποποιήσει τα υπάρχοντα προβληματικά πρότυπα συμπεριφοράς.
- Σήμερα, η CBT είναι η πιο ευρέως μελετημένη μορφή ψυχοθεραπείας και βρίσκεται στην πρώτη γραμμή των σύγχρονων θεραπευτικών παρεμβάσεων.
- Ο Andrea Cavanna παραλληλίζει τον σύγχρονο ψυχοθεραπευτή με τον αρχαίο στωικό φιλόσοφο· και οι δύο αναγνωρίζουν τη λογική ως μεσολαβητή μεταξύ των περιβαλλοντικών ερεθισμάτων και των ανθρώπινων συναισθηματικών αντιδράσεων.

Ο ψυχολογικός ρόλος της στωικής οικείωσης

- Η οικείωση έχει κυρίαρχο ρόλο στη στωική φιλοσοφία και είναι αναπόσπαστο και ενοποιητικό στοιχείο της ηθικής ψυχολογίας. Μπορεί κανείς να πει ότι είναι εξέλιξη της φιλοσοφικής προσταγής «γνῶθι σαυτόν», μια πρακτική που καλούσε για αυτοσυνειδησία (self-consciousness).
- Τα «φιλοσοφικά πρότυπα» που περιγράφουν τις συνθήκες που επιτρέπουν σε ένα άτομο να δουλέψει την ηθική του ανάπτυξη είναι ουσιαστικά τα «ιατρικά πρότυπα» που καθορίζουν την ψυχολογική υγεία.
- Η οικείωση είναι το ψυχολογικό συστατικό στην αρχή που διέπει τη διαδρομή ενός ατόμου με τελικό προορισμό την αρετή. Αυτή η προοπτική της οικείωσης είναι ακόμη πιο εμφανής όταν αναγνωρίζεται ως μια μορφή αυτο-συνείδησης που παρέχει σε έναν οργανισμό την κανονιστική κατεύθυνση μέσα στο περιβάλλον του

Λογική Αναδόμηση

- Για τους Στωικούς όμως, η εντύπωση/παράσταση με προτασιακό περιεχόμενο δεν είναι επαρκής όρος της συνακόλουθης συγκατάθεσης και δράσης. Ακριβώς αυτό το σημείο έρχεται να διορθώσει η φιλοσοφία.
- Δουλειά του φιλοσόφου είναι να προτρέψει τον κάθε μαθητή να στρέψει το βλέμμα στον εαυτό του, να αναβάλλει την συνηθισμένη αντίδραση σε κάθε εξωτερικό ερέθισμα και να αναλύσει προσεκτικά και κριτικά την κάθε εντύπωση που δέχεται. Η ψυχολογική αλληλεπίδραση έχει βάθος και αφορά μνήμες, φόβους και συνήθειες που ορίζουν τον τρόπο αντίληψης του κάθε μαθητή.
- Η θεραπεία για τους Στωικούς είναι μια προσπάθεια σε όλη της διάρκεια της ζωής του ανθρώπου με στόχο την αναδόμηση της χρήσης των εντυπώσεων και των γνωστικών και συμπεριφορικών συνηθειών.
- Οι φιλοσοφικές ασκήσεις που χρησιμοποιούσαν οι Στωικοί και οι Επικούρειοι αναγνωρίζονται σήμερα στη σύγχρονη ψυχοθεραπεία.

Nussbaum, Η θεραπεία της επιθυμίας
Woolen, “A preliminary study of stoic philosophy as psychotherapy.”

Σωκρατικός «Έλεγχος»

- Ο Επίκτητος χρησιμοποιεί τον σωκρατικό «έλεγχο» σε μια «θετική», δημιουργική και ρυθμιστική μορφή, με πρωταρχικό στόχο να προτρέψει τους μαθητές να εφαρμόζουν τον έλεγχο στον εαυτό τους.
- Στωική γνώση: ένα σταθερό ακλόνητο σύνολο γνωσιακών καταλήψεων. Το άτομο που θεωρεί ότι γνωρίζει κάτι δεν γίνεται να εξαναγκαστεί –κατά τη διάρκεια μιας διαλεκτικής μεθόδου - να συναινέσει σε οτιδήποτε αντικρούει αυτά που γνωρίζει. Η ίδια η στωική έννοια της γνώσης, δηλαδή, επιμελώς εκφράζει το θετικό στόχο της «επιβίωσης» από ένα σωκρατικό διάλογο.
- Η σωκρατική μέθοδος του διαλόγου που στοχεύει στην αντιμετώπιση, την αμφισβήτηση και την άρνηση πεποιθήσεων από τον ασθενή δεν είναι δυνατή αν ο ασθενής δεν μπορεί να υποστηρίξει σθεναρά, με το λόγο, τις πεποιθήσεις του. Ο έλεγχος βοηθάει το άτομο να κατευθυνθεί, αργά και σταθερά προς την ανακάλυψη και προς νέες γνώσεις.
- Ο έλεγχος παίρνει το ρόλο της γνωσιακής θεραπείας που στοχεύει στην ηθική ενίσχυση του ασθενή. Η κάθαρση αποκτά ενεργό χαρακτήρα στη γνωσιακή μεταμόρφωση από το σφάλμα στην αληθεια.

Ασκήσεις

- Και για τις δύο σχολές, η φιλοσοφία έχει αξία όταν αποτελεί θεραπευτική μέθοδο, όταν έχει θεραπευτικό ρόλο. Στην κοινή αυτή προοπτική, οι «πνευματικές ασκήσεις» αναδεικνύονται καταλυτικές για την επίτευξη του θεραπευτικού σκοπού.
- Προκειμένου να αποδοθεί αυτή η τάση, οι μελετητές την έχουν περιγράψει ως «πνευματικές ασκήσεις» (Pierre Hadot), «τέχνη του βίου» (Michel Foucault), «θεραπεία της επιθυμίας» (Martha Nussbaum), «πνευματική καθοδήγηση» (Paul Rabbow και Ilstraut Hadot).

Γνωσιακή αποστασιοποίηση (αποκέντρωση)

- Το απόσπασμα του Επίκτητου «Δεν ταραάζουν τους ανθρώπους τα πράγματα, αλλά οι γνώμες που σχηματίζουν για τα πράγματα..» δεν είναι παρά τεχνική του διαχωρισμού των κρίσεων από τα ίδια τα γεγονότα.
- Στη σύγχρονη ψυχολογία, έχει εδώ και δεκαετίες υποστηριχθεί ότι η διαδικασία της απομάκρυνσης του ατόμου από την προσωπική εμπειρία και η εξέτασή της από απόσταση είναι σημαντική για την ψυχική υγεία.

William James, “The Principles of Psychology,”

- Αυτός ο διαχωρισμός περιγράφηκε από τον Beck (1976) ως “γνωσιακή αποστασιοποίηση,”
- Η ψυχολογική αποστασιοποίηση παίζει καθοριστικό ρόλο στη διάκριση ανάμεσα στις ευπροσάρμοστες και δυσπροσάρμοστες μορφές αυτο-στοχασμού.

Εσωτερίκευση της προοπτικής του Σοφού

- Στη στωική και επικούρεια φιλοσοφία, ο σοφός διαδραματίζει ρόλο μοντέλου. Για τους Στωικούς, η μελέτη και η μίμηση του σοφού είναι ένας δρόμος που μπορεί να οδηγήσει στην αρετή, μέσα από την καλλιέργεια της λογικής, τη δικαιοσύνη, τη γενναιότητα και τον αυτοέλεγχο. Ο στωικός σοφός είναι ο ιδεατός γνωσιολογικός εκπρόσωπος.
- Στον Επικουρισμό η έκθεση σε ρόλους-μοντέλα είναι καθοριστική για την κατάκτηση της αρετής. Οι άνθρωποι προσελκύονται προς την ευδαίμονα ζωή μέσα από τις εικόνες που εισπράττουν από τους σοφούς. Η «αποθέωση» μεγάλων σοφών, όπως του ίδιου του Επίκουρου ή του Σωκράτη, είναι τέτοιο παράδειγμα.
- Στη σύγχρονη ψυχολογία, η μοντελοποίηση έχει αποδειχθεί ότι είναι μια πολύ χρήσιμη τεχνική διδασκαλίας κοινωνικών συμπεριφορών. Μια από τις πιο δημοφιλείς θεωρίες στη σύγχρονη ψυχολογία είναι η κοινωνικο-γνωστική θεωρία του Albert Bandura. Το πρόσωπο μοντέλο είναι εκείνο που ενσωματώνει αναπαραστάσεις συμπεριφοριστικών μοτίβων. Παρουσιάζοντας το μοτίβο, ο παρατηρητής το μιμείται και, στη συνέχεια, το εκτελεί ο ίδιος ανεξάρτητα. Μέσω αυτής της μάθησης το άτομο ουσιαστικά μοντελοποιεί και μιμείται τη συμπεριφορά που παρατηρεί.

-
-
- «Η γνωσιοεπιστήμη δεν θα αντικαταστήσει ποτέ τη φιλοσοφία, δεδομένου ότι η αποστολή της φιλοσοφίας εκτείνεται πολύ πέρα από την περιγραφή των ψυχονοητικών διεργασιών. Μπορεί όμως, να εισφέρει ευρύ φάσμα από χρήσιμα γεγονότα και θεωρίες. Συμμαχώντας με τη γνωσιοεπιστήμη, η φιλοσοφία δεν απομακρύνεται από τη μακράιωνη αναζήτησή της, δηλαδή την κατανόηση της διάνοιας.»

Goldman 1998,12

Πηγές - Βιβλιογραφία

- D' Angelo, Egidio, and Claudia Gandini Wheeler-Kingshott. "Modelling the brain: Elementary components to explain ensemble functions." *Rivista del nuovo cimento* 40, no.7 (2017): 297-333.
- Alford, A. Brad, and Beck, T. Aaron. *The integrative power of cognitive therapy*. Guilford Press. 1997.
- Cavanna, Andrea. "Back to the future: Stoic wisdom and psychotherapy for neuropsychiatric conditions." *Future Neurol* , 14, no. 1 (2019), <https://doi.org/10.2217/fnl-2018-0046>.
- Ayala, J. Francisco. "The difference of being human: morality." in *In the Light of Evolution: Volume IV: The Human Condition*. Edited by John C. Avise JC and Francisco J. Ayala. Washington: The National Academies Press, 2010. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK210003/>
- Bear M. F. (2003). Bidirectional synaptic plasticity: from theory to reality. *Philosophical transactions of the Royal Society of London. Series B, Biological sciences*, 358(1432), 649-655. <https://doi.org/10.1098/rstb.2002.1255>
- Jeffrey A. Cully and Andra L. Teten, *A therapist's guide to brief cognitive behavioural therapy*. (Houston: Department of Veterans Affairs South Central MIRECC, 2008), 45, https://www.mirecc.va.gov/vsn16/docs/therapists_guide_to_brief_cbtmanual.pdf
- Dede, Eleftheria., Zalonis Ioannis, Gatzonis Stylianos, and Şakas Damianos. "From discovering to better understanding the relationship between brain and behavior." *Integrative Neuroscience Research* 1, no. 1 (2017): 5-16.

Πηγές - Βιβλιογραφία

- Felleman, D. J., & Van Essen, D. C. (1991). Distributed hierarchical processing in the primate cerebral cortex. *Cerebral cortex* (New York, N.Y. : 1991), 1(1), 1–47.
<https://doi.org/10.1093/cercor/1.1.1>
- Goldman, I. Alvin. Γνωσιοεπιστήμη. Φιλοσοφικές εφαρμογές. Μεταφρ. Γ. Μαραγκός. Αθήνα: Εκδόσεις Οδυσσέας, 1998.
- Grillner, Sten. “Megascience efforts and the brain.” *Neuron* 82, no.6 (2014): 1209–1211.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.neuron.2014.05.045>.
- Jungert, Michael. “Neurophilosophy or Philosophy of Neuroscience? What Neuroscience and Philosophy Can and Cannot Do for Each Other.” 2017. 10.1016/B978-0-12-804205-2.00001-X.
- Gerd Kempermann, Hongjun Song, and Fred H. Gage, “Neurogenesis in the Adult Hippocampus,” *Cold Spring Harb Perspect Biol.* 7, no.9 (2015):a018812, doi:10.1101/cshperspect.a018812
- Hofmann, G. Stefan., and Mark A. Reinecke. Cognitive-behavioral therapy with adults. A guide to empirically-informed assessment and intervention, Cambridge: Cambridge University Press, 2010.
https://books.google.gr/books?id=A6mBytlo6rgC&printsec=frontcover&hl=el&source=gbg_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Hofmann, G. Stefan., Gordon J.G. Asmundson, and Aaron T. Beck. “The science of cognitive therapy.” *Behavior Therapy* 44 (2013): 199-212. doi:10.1016/j.beth.2009.01.007.

Πηγές - Βιβλιογραφία

- Kiebel SJ, Daunizeau J, Friston KJ. A hierarchy of time-scales and the brain. PLoS Comput Biol. 2008 Nov;4(11):e1000209. doi: 10.1371/journal.pcbi.1000209. Epub 2008 Nov 14. PMID: 19008936; PMCID: PMC2568860.
- Knapp, Paulo, and Aaron T Beck. "Cognitive therapy: foundations, conceptual models, applications and research." Revista brasileira de psiquiatria 30, Suppl 2 (2008): s54-64. doi:10.1590/s1516-44462008000600002.
- Nani, Andrea, Jordi Manuella, Lorenzo Mancuso, Donato Liloia, Tommaso Costa and Franco Cauda. "The Neural Correlates of Consciousness and Attention: Two Sister Processes of the Brain." Frontiers in neuroscience 13 (2019): 1169. doi:10.3389/fnins.2019.01169.
- Santoro, Giuseppe, Wood Mark D, Merlo Lucia, Anastasi Giuseppe Pio, Tomasello Francesco, Germanò Antonino. "The Anatomic Location of the Soul From the Heart, Through the Brain, To the Whole Body, and Beyond: A Journey Through Western History, Science, and Philosophy." Neurosurgery 65, no. 4 (2009): 633-43. <https://doi.org/10.1227/01.NEU.0000349750.22332.6A>
- Singer, W., & Gray, C. (1995). Visual feature integration and the temporal correlation hypothesis. Annual review of neuroscience, 18, 555-86 .
- Stillings, A. Neil, Steven E. Weisler, Christopher H. Chase, Mark H. Feinstein, Jay L. Garfield, Edwina L. Rissland. Εισαγωγή στη Γνωσιοεπιστήμη. Μετ.Γιώργος Μαραγκός. Αθήνα: Μορφωτικό Ίδρυμα Εθνικής Τραπέζης, 2011.
- Young, E. Jeffrey., Janet S., Klosko, Marjorie E. Weishaar, Schema Therapy: a Practitioner's Guide, New York: The Guilford Press, 2003. <https://books.google.gr/>.
- Zemelka, Adam M. "Alcmaeon of Croton - Father of Neuroscience? Brain, Mind and Senses in the Alcmaeon's Study." Journal of Neurology and Neuroscience 8, no. 3 (2017): 190. Doi: 10.21767/2171-6625.1000190.