

ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΣΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΓΝΩΣΤΙΚΕΣ ΘΕΩΡΙΕΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ

7ο μάθημα

Δρ. Κωνσταντίνος Ευθυμίου
ΑΘΗΝΑ 2008

Κ. Ευθυμίου Γ-Σ Θ.Π.

1

Οι νοητικές κατασκευές

- *πυρηνικές* που θεωρούνται θεμελιώδεις για την συμπεριφορά ενός ατόμου και
- *περιφερειακές*, οι οποίες μπορούν να αλλάξουν εύκολα χωρίς να θιγούν οι πυρηνικές.

Είναι ιεραρχικά δομημένες

Τα σχήματα 'συμπαθής-αντιπαθής', 'γοητευτικός-αποκρουστικός' κλπ, είναι πιθανό να αποτελούν ιεραρχικά κατώτερες κατασκευές που υπάγονται στην ανώτερη 'καλός-κακός'. Παρά τούτο, οι νοητικές κατασκευές δεν λειτουργούν μεμονωμένα αλλά συνδυάζονται και αλληλεπιδρούν προκειμένου να διαμορφωθεί η συμπεριφορά. Συνήθως, τις διέπει η συνέπεια, αλλά είναι δυνατόν να υπάρχουν αντιθέσεις και ανακολουθίες μεταξύ τους, γεγονός που πιθανώς δυσχεραίνει τα άτομα στη λήψη αποφάσεων ή και στη γενικότερη λειτουργία τους (Landfield, 1982).

Μέθοδος 'Δοκιμασία Ρεπερτορίου Ρόλων Νοητικών Κατασκευών', Rep test του Kelly (1958)

Η μέθοδος προκειμένου να πληροφορηθούμε τις βασικές νοητικές κατασκευές που χαρακτηρίζουν ένα άτομο, αποτελείται από δύο φάσεις: Στην αρχή δίνεται στο άτομο ένας κατάλογος 20-30 ρόλων που θεωρούνται σημαντικοί, όπως πατέρας, μητέρα, ένας αγαπητός δάσκαλος, ένα περίεργο άτομο κλπ. Από το άτομο ζητείται να ονομάσει ένα γνωστό του πρόσωπο που να ταιριάζει σε κάθε ρόλο. Στη συνέχεια, ο εξεταστής επιλέγει τρεις ρόλους από τον κατάλογο και ζητά από το άτομο να προσδιορίσει τις ομοιότητες μεταξύ των δύο και τη διαφορά τους από το τρίτο. Κατ' αυτόν τον τρόπο εξάγεται μια κατασκευή, ενώ η διαδικασία συνεχίζεται ώσπου να εξαχθούν οι νοητικές κατασκευές από 20-30 τριάδες ρόλων.

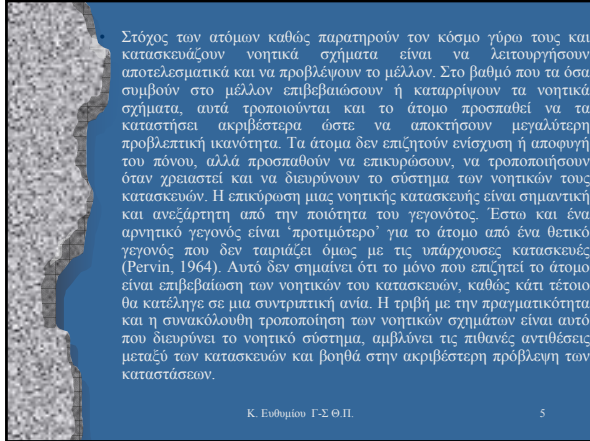
Κ. Ευθυμίου Γ-Σ Θ.Π.

3

Τα άτομα μπορούν να περιγραφούν όχι μόνο στη βάση του περιεχομένου των νοητικών κατασκευών τους, αλλά και με βάση τη δομή του νοητικού τους συστήματος. Όσο πιο πολύπλοκο είναι το σύστημα αυτό (πολλαπλότητα νοητικών κατασκευών) τόσο μεγαλύτερη είναι η ικανότητα για μια περισσότερο πολύπλευρη ερμηνεία του κόσμου και της συμπεριφοράς. Μια έρευνα έδειξε, για παράδειγμα, ότι τα πιο 'σύνθετα' άτομα συμμερίζονται περισσότερο τα συναισθήματα των άλλων ή αντιλαμβάνονται καλύτερα το ρόλο των άλλων, σε σύγκριση με τα γνωστικά πιο 'απλά' άτομα (Adams Webber, 1982). Κατά συνέπεια, οι πρώτοι συμπεριφέρονται διαφορετικά από τους δεύτερους.

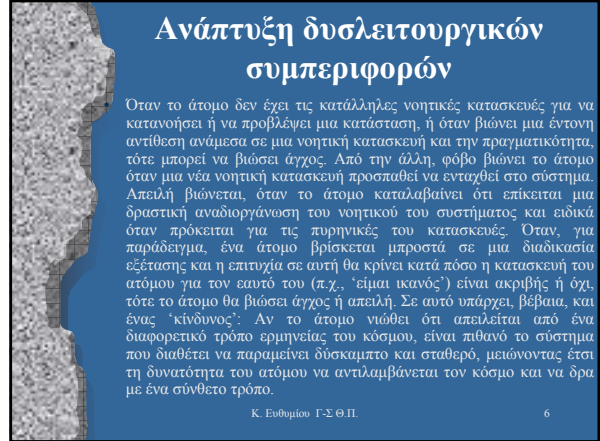
Κ. Ευθυμίου Γ-Σ Θ.Π.

4



Στόχος των ατόμων καθώς παρατηρούν τον κόσμο γύρω τους και κατασκευάζουν νοητικά σχήματα είναι να λειτουργήσουν αποτελεσματικά και να προβλέψουν το μέλλον. Στο βαθμό που τα όσα συμβούν στο μέλλον επιβεβαιώσουν ή καταρρίψουν τα νοητικά σχήματα, αυτά τροποποιούνται και το άτομο προσπαθεί να τα καταστήσει ακριβέστερα ώστε να αποκτήσουν μεγαλύτερη προβλεπτική ικανότητα. Τα άτομα δεν επιζητούν ενίσχυση ή αποφυγή του πόνου, αλλά προσπαθούν να επικυρώσουν, να τροποποιήσουν όταν χρειαστεί και να διευρύνουν το σύστημα των νοητικών τους κατασκευών. Η επικύρωση μιας νοητικής κατασκευής είναι σημαντική και ανεξάρτητη από την ποιότητα του γεγονότος. Έστω και ένα αρνητικό γεγονός είναι 'προτιμότερο' για το άτομο από ένα θετικό γεγονός που δεν ταιριάζει όμως με τις υπάρχουσες κατασκευές (Pergin, 1964). Αυτό δεν σημαίνει ότι το μόνο που επιζητεί το άτομο είναι επιβεβαίωση των νοητικών του κατασκευών, καθώς κάτι τέτοιο θα κατέληγε σε μια συντριπτική ανία. Η τριβή με την πραγματικότητα και η συνακόλουθη τροποποίηση των νοητικών σχημάτων είναι αυτό που διευρύνει το νοητικό σύστημα, αμβλύνει τις πιθανές αντιθέσεις μεταξύ των κατασκευών και βοηθά στην ακριβέστερη πρόβλεψη των καταστάσεων.

K. Ευθυμίου Γ-Σ Θ.Π. 5



Ανάπτυξη δυσλειτουργικών συμπεριφορών

Όταν το άτομο δεν έχει τις κατάλληλες νοητικές κατασκευές για να κατανοήσει ή να προβλέψει μια κατάσταση, ή όταν βιώνει μια έντονη αντίθεση ανάμεσα σε μια νοητική κατασκευή και την πραγματικότητα, τότε μπορεί να βιώσει άγχος. Από την άλλη, φόβο βιώνει το άτομο όταν μια νέα νοητική κατασκευή προσπαθεί να ενταχθεί στο σύστημα. Απειλή βιώνεται, όταν το άτομο καταλαβαίνει ότι επικείμενη μια δραστική αναδιοργάνωση του νοητικού του συστήματος και ειδικά όταν πρόκειται για τις πυρηνικές του κατασκευές. Όταν, για παράδειγμα, ένα άτομο βρίσκεται μπροστά σε μια διαδικασία εξέτασης και η επιτυχία σε αυτή θα κρίνει κατά πόσο η κατασκευή του ατόμου για τον εαυτό του (π.χ., 'είμαι ικανός') είναι ακριβής ή όχι, τότε το άτομο θα βιώσει άγχος ή απειλή. Σε αυτό υπάρχει, βέβαια, και ένας 'κίνδυνος': Αν το άτομο νιώθει ότι απειλείται από ένα διαφορετικό τρόπο ερμηνείας του κόσμου, είναι πιθανό το σύστημα που διαθέτει να παραμείνει δύσκαμπτο και σταθερό, μειώνοντας έτσι τη δυνατότητα του ατόμου να αντιλαμβάνεται τον κόσμο και να δρα με ένα σύνθετο τρόπο.

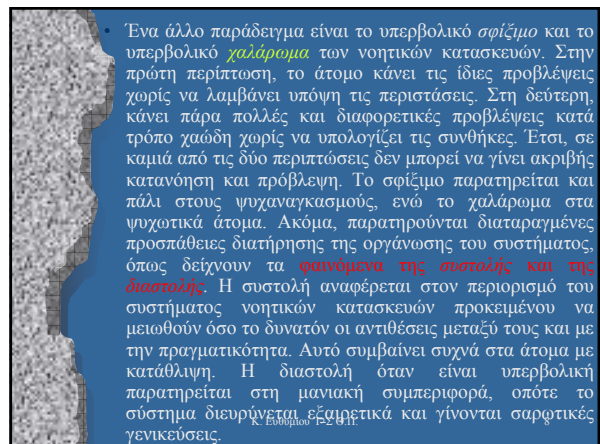
K. Ευθυμίου Γ-Σ Θ.Π. 6



Σύμφωνα με τον Kelly (1955), η ψυχοπαθολογία είναι το αποτέλεσμα της διαταραγμένης λειτουργίας του συστήματος των νοητικών κατασκευών. Στην παθολογική συμπεριφορά, το άτομο προσπαθεί να διατηρήσει το περιεχόμενο και τη δομή του συστήματος που φέρει παρά τις συνεχείς αποτυχημένες προβλέψεις ή τη διάψευσή τους από τις καταστάσεις. Το άγχος, ο φόβος και η απειλή διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην εκδήλωση της ψυχοπαθολογίας.

Ένα παράδειγμα παθολογίας των νοητικών κατασκευών είναι όταν αυτές καθίστανται υπερβολικά **διαπερατές**, οπότε η κατασκευή δέχεται με πολύ εύκολο τρόπο την ενσωμάτωση νέου περιεχομένου. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να χρησιμοποιούνται πολύ γενικές νοητικές κατασκευές και να μην αναγνωρίζονται οι σημαντικές διαφορές μεταξύ ανθρώπων και μεταξύ γεγονότων. Παθολογική είναι και η υπερβολική **στεγανότητα** των νοητικών κατασκευών όπου νέα στοιχεία δεν επιτρέπονται. Αυτό μπορεί να οδηγήσει στη δημιουργία πολυάριθμων νοητικών κατασκευών για κάθε νέα εμπειρία. Τα πάντα είναι διακριτά και όσα γεγονότα δεν μπορούν να ταξινομηθούν απορρίπτονται. Η παθολογία αυτή αφορά τα άτομα που διακρίνονται από μεγάλο ψυχαναγκασμό.

K. Ευθυμίου Γ-Σ Θ.Π. 7



Ένα άλλο παράδειγμα είναι το υπερβολικό **σφίξιμο** και το υπερβολικό **χαλάρωμα** των νοητικών κατασκευών. Στην πρώτη περίπτωση, το άτομο κάνει τις ίδιες προβλέψεις χωρίς να λαμβάνει υπόψη τις περιστάσεις. Στη δεύτερη, κάνει πάρα πολλές και διαφορετικές προβλέψεις κατά τρόπο χαώδη χωρίς να υπολογίζει τις συνθήκες. Έτσι, σε καμιά από τις δύο περιπτώσεις δεν μπορεί να γίνει ακριβής κατανόηση και πρόβλεψη. Το σφίξιμο παρατηρείται και πάλι στους ψυχαναγκασμούς, ενώ το χαλάρωμα στα ψυχωτικά άτομα. Ακόμα, παρατηρούνται διαταραγμένες προσπάθειες διατήρησης της οργάνωσης του συστήματος, όπως δείχνουν τα **φαινόμενα της συστολής και της διαστολής**. Η συστολή αναφέρεται στον περιορισμό του συστήματος νοητικών κατασκευών προκειμένου να μειωθούν όσο το δυνατόν οι αντιθέσεις μεταξύ τους και με την πραγματικότητα. Αυτό συμβαίνει συχνά στα άτομα με κατάθλιψη. Η διαστολή όταν είναι υπερβολική παρατηρείται στη μανιακή συμπεριφορά, οπότε το σύστημα διευρύνεται εξαιρετικά και γίνονται σαφτικές γενικεύσεις.

- Ο Kelly ανέπτυξε μια ιδιαίτερη θεραπευτική στρατηγική, τη *θεραπεία καθορισμένων στόχων*. Σύμφωνα με αυτή, οι πελάτες ενθαρρύνονται να παραστήσουν τον εαυτό τους με νέους τρόπους και να συμπεριφερθούν έτσι ώστε να δώσουν νέες ερμηνείες στις καταστάσεις. Ο ειδικός γνωρίζοντας τον πελάτη του του προτείνει μια νέα προσωπικότητα, την οποία εκείνος καλείται να υποδυθεί (αφού συμφωνήσει), δοκιμάζοντας με τον τρόπο αυτό νέους κώδικες συμπεριφοράς, ελέγχοντας υποθέσεις και διευρύνοντας το σύστημα νοητικών κατασκευών που διαθέτει.
- Αν και υπάρχουν ορισμένες έρευνες που έχουν δείξει τη σημασία της φαντασίας και της απεικονιστικής στη θεραπεία, το μεγαλύτερο μέρος των θεραπευτικών τεχνικών που πρότεινε ο Kelly δεν έχουν διερευνηθεί.

Κ. Ευθυμίου Γ-Σ Θ.Π. 9

Πλεονεκτήματα και αδυναμίες της θεωρίας του G. Kelly

- η συμβολή της θεωρίας στην έμφαση που δόθηκε στη σπουδαιότητα των γνωστικών λειτουργιών,
- η προσπάθεια να καλυφθεί τόσο το γενικό της ανθρώπινης προσωπικότητας όσο και η μοναδικότητα του κάθε ατόμου,
- η διαμόρφωση νέων τεχνικών αξιολόγησης και παρέμβασης στην προσωπικότητα (Rep test, θεραπεία καθορισμένων ρόλων).

Κ. Ευθυμίου Γ-Σ Θ.Π. 10

- Από την άλλη πλευρά, οι κυριότερες αδυναμίες φαίνεται πως είναι: η παραμέληση σημαντικών τομέων όπως τα συναισθήματα και τα κίνητρα ή η ανάπτυξη και η εξέλιξη, η έλλειψη σύνδεσης με σημαντικές ερευνητικές προσπάθειες που θα συνέβαλαν στον έλεγχο και την εξέλιξη της θεωρίας, και τελικά η μη-ενσωμάτωση στο κυρίαρχο γνωστικό ρεύμα, αν και αναγνωρίστηκε από πολλούς η συμβολή του Kelly προς την κατεύθυνση της ανάπτυξης των θεωριών για τις γνωστικές διεργασίες.

Κ. Ευθυμίου Γ-Σ Θ.Π. 11

ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΓΝΩΣΤΙΚΕΣ ΘΕΩΡΙΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ

Η έμφαση που έδωσε η θεωρία της μάθησης στο πείραμα και σε μια στενή αντίληψη της ανθρώπινης συμπεριφοράς στο πλαίσιο ερέθισμα-αντίδραση-συνέπεια, δεν έμεινε χωρίς απάντηση. Ούτως ή άλλως και οι ίδιοι οι συμπεριφοριστές με τις θεωρίες του Hull αρχίζουν να ενδιαφέρονται για μια πιο 'ολιστική' ματιά στην ανθρώπινη συμπεριφορά. Η συνεισφορά της πρώιμης γνωστικής θεωρίας του Kelly, η επίδραση της Μορφολογικής Ψυχολογίας, η ανάπτυξη της Κυβερνητικής Επιστήμης και των Ηλεκτρονικών Υπολογιστών, σημαίνουν την έναρξη ενός μεγάλου ενδιαφέροντος για τα γνωστικά φαινόμενα και γενικά για τις διαδικασίες της σκέψης που παρεμβάλλονται ως ενδιάμεσες μεταβλητές στη σχέση ερέθισμα-αντίδραση.

Κ. Ευθυμίου Γ-Σ Θ.Π. 12

Αλλά και στους κόλπους του Συμπεριφορισμού μια σειρά καταστάσεων, όπως η μονολιθικότητα του μοντέλου, η δυσκολία των γενικεύσεων των πειραμάτων με ζώα στους ανθρώπους, η άρνηση της μελέτης των ενδιάμεσων μεταβλητών, τα πορίσματα από τη θεραπευτική διαδικασία, συντέλεσαν στην έναρξη της 'γνωστικής επανάστασης' (Mahoney, 1977). Η μελέτη στρέφεται, λοιπόν, προς την κατανόηση των εσωτερικών νοητικών λειτουργιών. Ο συνδυασμός θεωριών μάθησης και μελέτης των γνωστικών φαινομένων οδηγεί στη γένεση μιας νέας κατεύθυνσης, αυτής του 'γνωστικού' ή 'κοινωνικού' συμπεριφορισμού (Κολιάδης, 1995). Η νέα αυτή προσέγγιση συνδυάζει τον Συμπεριφορισμό με τη Γνωστική Ψυχολογία. Κύριος στόχος είναι πλέον η κατανόηση του ρόλου των γνωστικών διεργασιών στη διαμόρφωση της ανθρώπινης συμπεριφοράς, καθώς και η κατανόηση της σημασίας της αλλαγής των διεργασιών αυτών για τη θεραπευτική διαδικασία.

13

• Η *κοινωνικογνωστική*, όπως σήμερα είναι γνωστή, θεωρία ξεκινά, λοιπόν, από τη θεωρία της μάθησης και αρχικά αντιμετωπιζόταν και ως τέτοια. Με την πάροδο του χρόνου εξελίχθηκε, έγινε πιο συστηματική και έδωσε έμφαση στις γνωστικές διεργασίες και την ανθρώπινη σκέψη. Τώρα πλέον εξετάζεται ως μια αυτόνομη θεωρία προσωπικότητας που ανήκει όμως στα πλαίσια του ευρύτερου γνωστικού-συμπεριφοριστικού χώρου.

• Η κοινωνικογνωστική θεωρία δίνει έμφαση στην *κοινωνική προέλευση της συμπεριφοράς* και στο ρόλο που παίζουν οι γνωστικές διεργασίες σε όλο το εύρος της ανθρώπινης δραστηριότητας (κίνητρα, συναίσθημα, πράξη). Επίσης, τονίζεται η μεταβλητότητα της συμπεριφοράς ανάλογα με την κατάσταση που επικρατεί και τις ιδιαίτερες περιβαλλοντικές αλλαγές. Η συμπεριφορά εξαρτάται πολύ περισσότερο από τις περιστάσεις (Shoda, Mischel, & Wright, 1994). Οι σχέσεις μεταξύ κατάστασης και συμπεριφοράς προσδιορίζουν, κατά τη θεωρησή αυτή, πολύ περισσότερο την προσωπικότητα από τα γενικότερα 'χαρακτηριστικά' του ατόμου.

Κ. Ευθυμίου Γ-Σ' Θ.Π.

14

Mahoney, Meichenbaum, Kanfer και Rotter: Οι πρόδρομοι.

Ο Michael J. Mahoney στην προσπάθειά του να καθορίσει τις μεταβλητές που μεσολαβούν μεταξύ ερεθίσματος και αντίδρασης, διατυπώνει τρία 'ενδιάμεσα μοντέλα' (Mahoney, 1974):

- το μοντέλο της άδηλης-συμβολικής εξάρτησης,
- το μοντέλο της επεξεργασίας πληροφοριών και
- το μοντέλο της γνωστικής μάθησης.

Κ. Ευθυμίου Γ-Σ' Θ.Π.

15

Το μοντέλο της άδηλης-συμβολικής εξάρτησης

• Σύμφωνα με την *άδηλη (covert) εξάρτηση*, οι εσωτερικές γνωστικές διαδικασίες ακολουθούν τους ίδιους νόμους που χαρακτηρίζουν και την εξωτερική (άμεσα παρατηρήσιμη) συμπεριφορά. Σχηματίζονται μέσω της εξαρτημένης μάθησης, της συντελεστικής και λειτουργικής μάθησης ή της μίμησης και υπάρχουν σε μια απλή γραμμική συνέχεια με τον εξής τρόπο: παρατηρήσιμο ερέθισμα – άδηλη συμπεριφορά – άδηλο ερέθισμα – παρατηρήσιμη αντίδραση (συμπεριφορά).

Κ. Ευθυμίου Γ-Σ' Θ.Π.

16

Το μοντέλο της επεξεργασίας πληροφοριών

Οι γνωστικές μεταβλητές παίζουν ένα πιο ενεργητικό ρόλο και διαμορφώνουν την τελική εξωτερική αντίδραση. Η έμφαση δίνεται όμως στον τρόπο επεξεργασίας των πληροφοριών. Ο Mahoney διακρίνει τρία γενικά στάδια στο μοντέλο αυτό:

- την (επιλεκτική) προσοχή,
- τη βραχυπρόθεσμη μνήμη και
- τη μακροπρόθεσμη μνήμη, όπου διατηρούνται και αναπαράγονται οι πληροφορίες.

Το μοντέλο της γνωστικής μάθησης

Αποτελεί το συγκέρασμα των ανακαλύψεων και των ιδεών της εποχής, είναι πολύ πιο σύνθετο και αποδίδει στο γνωστικό μηχανισμό έναν κυρίαρχο ρόλο. Σύμφωνα με το μοντέλο αυτό, το άτομο αντιδρά στη γνωστική αναπαραστάση του περιβάλλοντος και των γεγονότων και όχι άμεσα στις 'πραγματικές' συνθήκες. Η θέση αυτή αποτελεί μία από τις βασικότερες της νέας προσέγγισης. Το μεγαλύτερο μέρος της μάθησης θεωρείται ότι επιτυγχάνεται μέσω των γνωστικών λειτουργιών (π.χ., μέσω του λόγου), ενώ σκέψεις, συμπεριφορά και συναισθήματα θεωρούνται ότι βρίσκονται σε μια **διαρκή αλληλεπίδραση**.


Donald Meichenbaum (1977)

Ενδιαφέρεται για τις ψυχικές δυσλειτουργίες και τονίζει το ρόλο που ο 'εσωτερικός διάλογος', ή η **λεκτική αυτοκαθοδήγηση**, όπως την ονομάζει, διαδραματίζει σε αυτές.

Ο Meichenbaum υποστηρίζει ότι ο άνθρωπος 'παρατηρεί' τις σκέψεις, τα συναισθήματα και τις αντιδράσεις του και διαλεγόμενος με τον εαυτό του βρίσκει λύση σε συγκρούσεις και εσωτερικές διαμάχες. Ο **εσωτερικός λόγος** βοηθά το άτομο να ελέγξει και να αλλάξει τις σκέψεις του και τη συμπεριφορά του, ενώ επιδρά άμεσα στον τρόπο αντίληψης των πραγμάτων και στον τρόπο δράσης του ατόμου. Η έλλειψη ή η μη σωστή λειτουργία της λεκτικής αυτοκαθοδήγησης μπορεί να προκαλέσει δυσλειτουργία στη συμπεριφορά του ατόμου.

Ο Meichenbaum μαζί με τον Goodman (1971) δομούν ένα πρόγραμμα εκμάθησης του εσωτερικού λόγου σε παιδιά μέσα από την **τεχνική της αυτοκαθοδήγησης**. Το πρόγραμμα ολοκληρώνεται σε **πέντε στάδια**:

- α) ο ειδικός παρουσιάζει τη νέα προς εκμάθηση συμπεριφορά στο παιδί περιγράφοντας δυνατά τι κάνει ακριβώς,
- β) το παιδί επαναλαμβάνει τη συμπεριφορά με την καθοδήγηση του ειδικού,
- γ) το παιδί κάνει ό,τι και προηγουμένως, ενώ ταυτόχρονα περιγράφει λεκτικά τις πράξεις του,
- δ) το παιδί εκτελεί τη δραστηριότητα ψιθυρίζοντας τις οδηγίες της αυτοκαθοδήγησης και,
- ε) το παιδί επαναλαμβάνει τη συμπεριφορά δίνοντας εσωτερικά τις οδηγίες προς τον εαυτό του.



Το πρόγραμμα περιλαμβάνει και τέσσερις δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων:

- ορισμός προβλήματος,
- εστίαση προσοχής και καθορισμός συμπεριφοράς (σχέδιο δράσης),
- Αυτοαξιολόγηση
- αυτοενίσχυση