



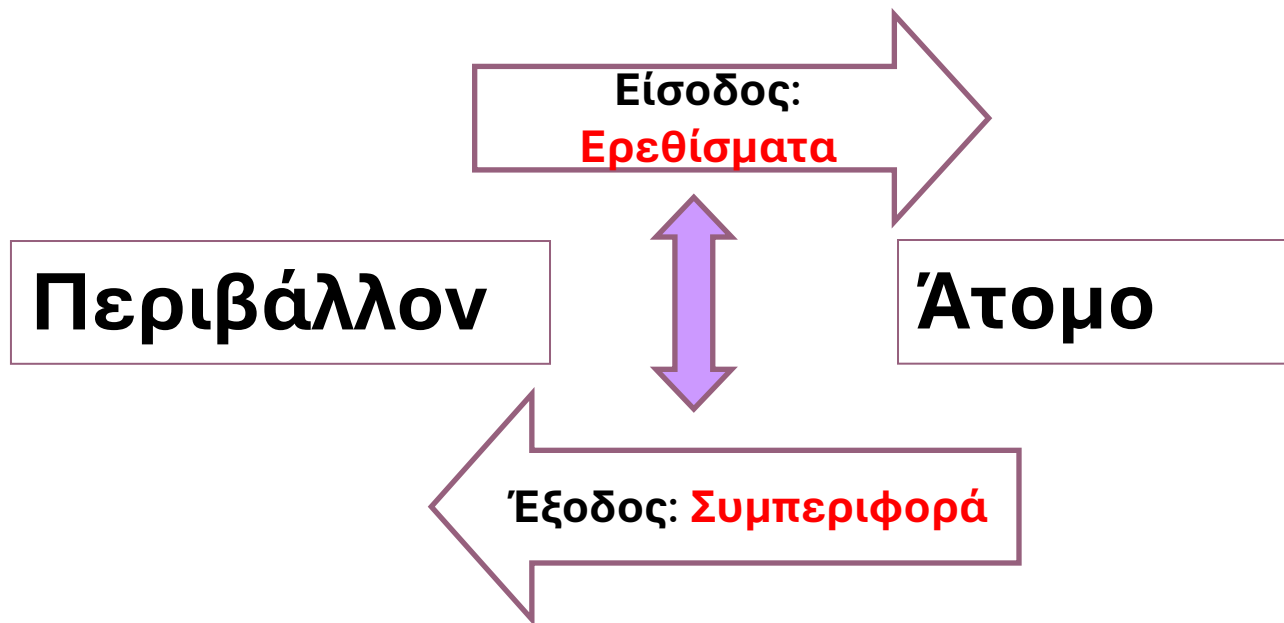
Εκπαιδευτική Ψυχολογία

Δημήτρης Ταχματζίδης

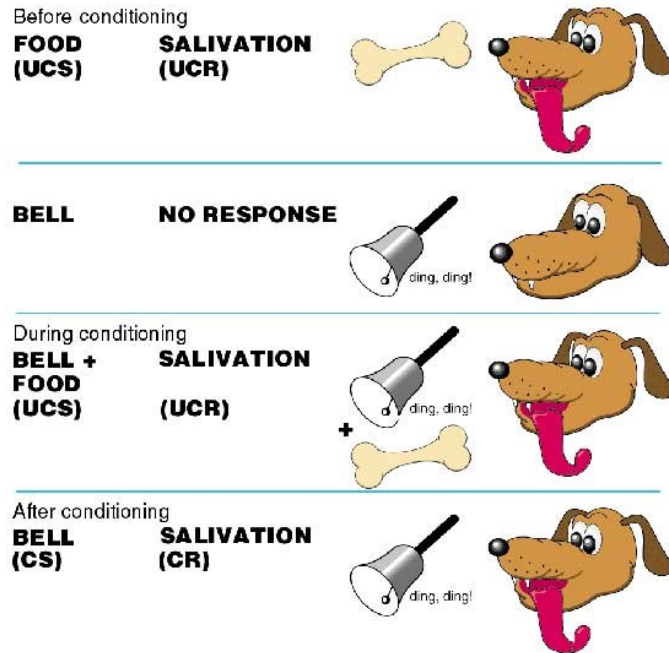
Α. Κλασική εξαρτημένη μαθηση (Pavlov, Watson)

Βασικός νόμος του συμπεριφορισμού:

Μοντέλο ερέθισμα-αντίδραση



- Το άτομο μέσω εξάσκησης δημιουργεί συνδέσεις ανάμεσα στα εξωτερικά ερεθίσματα και στη συμπεριφορά του



- Η Κλασική Εξαρτημένη Μάθηση εμφανίζεται όταν ένας οργανισμός μαθαίνει να αντιδρά με έναν συγκεκριμένο τρόπο σε ένα ουδέτερο ερέθισμα, το οποίο, υπό κανονικές συνθήκες δεν προκαλεί αυτή την αντίδραση.
- Μας μαθαίνει πως μπορεί να αντιδρά ο άνθρωπος συναισθηματικά

Teen Spirit: Study Finds Greek Students Smoke, Drink, Do Drugs at 13 Years

By Mary Harris May 19, 2016



The European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD) revealed alarming statistics for Greek teenagers. The study, conducted on behalf of [ESPAD](#) by the University Mental Health Research Institute of

B. Συντελεστική Εξαρτημένη Μαθηση (B.F. Skinner)

Κλασική εξαρτημένη μάθηση:

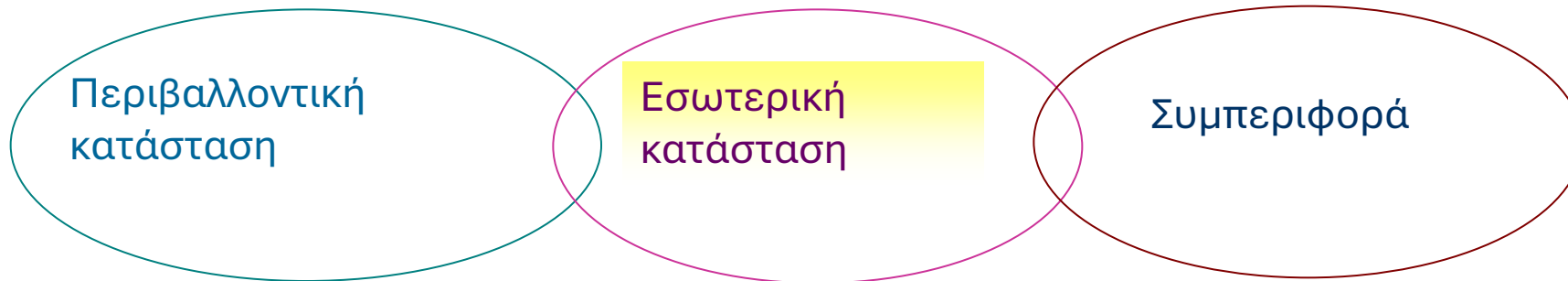
- περισσότερο μια βιολογική λειτουργία
- συνοψίζεται στο σχήμα «ερέθισμα -> αντίδραση»
- σχετίζεται κυρίως με την ικανότητα του ανθρώπινου οργανισμού να προσαρμόζεται στο περιβάλλον του καθώς γεννιέται και μεγαλώνει, π.χ.: όταν ο άνθρωπος χασμουριέται ή τεντώνει τα άκρα του μετά το πρωινό ξύπνημα ή έχει κάποιο νευρικό τικ κλπ. Σε όλες αυτές τις περιπτώσεις, ο ανθρώπινος οργανισμός αντιδρά χωρίς κάποιο – εμφανές τουλάχιστον – εξωτερικό ερέθισμα, επομένως έχουμε έναν τύπο συμπεριφοράς χωρίς προϋπάρχουν ερέθισμα, όπως πίστευε ο Παυλώφ. Η συμπεριφορά εδώ είναι αυθόρμητη.

Συντελεστική μάθηση:

- Ο Σκίνερ την οποία ονόμαζε και «ενεργό», διότι πίστευε ότι ο άνθρωπος συμμετέχει ενεργά στην επιλογή ή τον αποκλεισμό των ερεθισμάτων που δέχεται.
- Ο άνθρωπος δεν μαθαίνει μόνο αντιδρώντας ακούσια ή αυτόματα σε ένα ερέθισμα, αλλά μπορεί **να επιλέγει** την απάντηση που θα του δώσει την μεγαλύτερη ικανοποίηση. Ο άνθρωπος δεν είναι παθητικός στα ερεθίσματα.
- Τα κίνητρα της συμπεριφοράς καθορίζονται κυρίως από το αποτέλεσμα της και όχι από τα ερεθίσματα (Μπούσιου & συν, 2005:15, Νασιάκου & συν., 1988:87 & Reber, A. 1985:144)

Β. ΣΥΝΤΕΛΕΣΤΙΚΗ ΕΞΑΡΤΗΜΕΝΗ ΜΑΘΗΣΗ (B.F. SKINNER)

Η συμπεριφορά = αιτιώδης αλυσίδα με 3 κρίκους:



Το άτομο επενεργεί σκόπιμα στο περιβάλλον του για να επιφέρει το επιθυμητό αποτέλεσμα.

○ **Αρχή της ενίσχυσης** , όπου ενισχυτής = ερέθισμα

Θετικοί ενισχυτές: ερεθίσματα που ενδυναμώνουν τη συχνότητα αντιδράσεων.

Αρνητικοί ενισχυτές: ερεθίσματα των οποίων η απομάκρυνση ενδυναμώνει τη συμπεριφορά.

- Επειδή μπορεί να υπάρξει μία δυσκολία στην κατανόηση των όρων ανάμεσα στην αρνητική ενίσχυση και την τιμωρία, καταλαβαίνω ότι αυτή η δυσκολία ίσως να και προέρχεται εν μέρει από την μετάφραση των όρων «negative reinforcement» και «punishment».
- Σκεφτείτε ότι η φράση «reinforcement» σημαίνει «ενίσχυση» επομένως με τον όρο «ενίσχυση» ενισχύω μια συμπεριφορά (που σημαίνει ότι μπορεί να επαναληφθεί), ενώ το αντίθετο είναι η «τιμωρία» που σημαίνει ότι με αυτήν επιθυμώ να μην επαναληφθεί μία συμπεριφορά. Έτσι, λοιπόν:

Ενίσχυση Reinforcement	<p>Η ενίσχυση χρησιμοποιείται για να συμβάλει στην αύξηση της πιθανότητας να συμβεί στο μέλλον μια συγκεκριμένη συμπεριφορά, δίνοντας ή αφαιρώντας ένα ερέθισμα αμέσως μετά από μια συμπεριφορά. Ένας άλλος τρόπος να το πούμε είναι ότι η ενίσχυση, εάν γίνει σωστά, οδηγεί σε μια συμπεριφορά που εμφανίζεται συχνότερα στο μέλλον.</p>	
Θετική Ενίσχυση Positive Reinforcement	<p>Η θετική ενίσχυση λειτουργεί παρουσιάζοντας ένα κίνητρο / ένα ενισχυτικό ερέθισμα στο άτομο μετά την εκδήλωση της επιθυμητής συμπεριφοράς, καθιστώντας τη συμπεριφορά πιο πιθανό να συμβεί στο μέλλον.</p>	<p>Π.χ.: Μια μητέρα δίνει τον γιο της επαίνους (ενίσχυση του ερεθίσματος) όταν πλένει τα πιάτα στο σπίτι/βοηθάει στις δουλειές στο σπίτι (συμπεριφορά), πχ.: χαρτζιλίκι, σοκολάτα κλπ.</p>
Αρνητική Ενίσχυση Negative Reinforcement	<p>Η αρνητική ενίσχυση εμφανίζεται όταν αφαιρείται ένα συγκεκριμένο ερέθισμα (συνήθως ένα αποτρεπτικό ερέθισμα) μετά από μια συγκεκριμένη συμπεριφορά. Η πιθανότητα εμφάνισης της συγκεκριμένης συμπεριφοράς στο μέλλον αυξάνεται λόγω αφαίρεσης/αποφυγής αρνητικών συνεπειών.</p>	<p>Παραδείγματα: Ένα παιδί πλένει τα πιάτα (συμπεριφορά) για να σταματήσει τη γκρίνια της μητέρας του (αποτρεπτικό ερέθισμα).</p>

Στα δύο παραδείγματα που έδωσα πιο πάνω η συμπεριφορά θα επαναλαμβάνεται (το παιδί θα πλένει τα πιάτα) αλλά για διαφορετικούς λόγους:

1. Για να πάρει χαρτζιλίκι (θετική ενίσχυση – κάτι θετικό θα συνεχίσω να το παίρνω)
2. Για να σταματήσει η γκρίνια της μαμάς (αρνητική ενίσχυση – κάτι αρνητικό θα σταματήσω να το ανέχομαι)

Η αρνητική ενίσχυση δεν πρέπει να θεωρείται ως διαδικασία τιμωρίας. Όταν χρησιμοποιείτε μία αρνητική ενίσχυση, αυξάνετε μια συμπεριφορά, ενώ με την τιμωρία, μειώνετε/σταματάτε μια συμπεριφορά, π.χ.: εφόσον δεν έπλενε τα πιάτα, δεν θα παίξει playstation

Γ. ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ-ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ

A. Bandura (Social Learning Theory - SLT)

Συντελεστική Μάθηση: αδυναμία επεξήγησης τρόπων ανάπτυξης πολύπλοκων μορφών συμπεριφοράς

- SLT: οι άνθρωποι δεν είναι μόνο προϊόντα του περιβάλλοντός τους αλλά είναι οι ίδιοι οι παραγωγοί νοήματος.
- ο άνθρωπος δεν αντιδρά μηχανικά στα ερεθίσματα του περιβάλλοντος αλλά **σκέπτεται, οργανώνει τα δεδομένα** και καταλήγει σε συμπεράσματα μετά από γνωστική επεξεργασία των δεδομένων αυτών.
- δίνει έμφαση στην **κοινωνική διαμόρφωση της γνώσης**. Οι παραδοσιακές θεωρίες έδωσαν μεγάλη έμφαση στο πόσο επηρεάζεται η συμπεριφορά από τις επιβραβεύσεις και τις τιμωρίες.
- Η SLT τονίζει την επίδραση της **συμβολικής μίμησης προτύπων** στην καλλιέργεια νέων ικανοτήτων, κινήτρων, συναισθηματικών τάσεων και αξιών.

Γ. ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ-ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ

A. Bandura (Social Learning Theory - SLT)

- Bandura: (α) οι άνθρωποι είναι *γνωστικά* όντα (δυνατότητα εκτίμησης της συμπεριφοράς και των συνεπειών), (β) επηρεάζονται περισσότερο από το τι *πιστεύουν* ότι θα συμβεί, παρά από τα γεγονότα που συμβαίνουν στο παρόν στάδιο
- **Μάθηση μέσω παρατήρησης και μίμηση προτύπων:** η μάθηση που αποκτούμε μέσα από την παρατήρηση της συμπεριφοράς άλλων ανθρώπων (*μοντέλα* ή *πρότυπα*), π.χ.: παιδική βίαιη συμπεριφορά, μίμηση προτύπων (γονιών, φίλων, τραγουδιστών, ηθοποιών)
- Μέσω αυτής της ενεργητικής, γνωστικής μορφής μάθησης τα μικρά παιδιά μαθαίνουν γρήγορα χιλιάδες αντιδράσεις χωρίς καν να χρειαστεί να «διδασθούν» επίσημα οτιδήποτε.
- Αυστηρό μήνυμα προς γονείς: πολλές από τις συμπεριφορές που τα παιδιά αφομοιώνουν, είναι συμπεριφορές που οι γονείς θέλουν να αποθαρρύνουν (π.χ., βρισιές, κάπνισμα, βίαιη συμπεριφορά). Κεντρικό ρόλο έχουν: (1) Χαρακτηριστικά του προτύπου (κοινωνική θέση, δύναμη, ομορφιά), (2) Ενισχυτές (συνέπειες που συνοδεύουν τη πράξη – αμοιβή/τιμωρία), (3) Χαρακτηριστικά του παιδιού, (4) Ικανότητα του παιδιού να μιμηθεί

Το παράδειγμα του φύλου:

- Στην συντελεστική μάθηση οι στερεοτυπικές συμπεριφορές του φύλου είναι αποτέλεσμα των διαφορετικών ενισχύσεων που δέχονται τ' αγόρια από τα κορίτσια
- Κορίτσια: **θετικότερη ενίσχυση** εάν παίζουν με κούκλες
- Αγόρια: **θετικότερη ενίσχυση** εάν παίζουν με αυτοκινητάκια και φορτηγά
- Το «ηθικό/ανήθικο» είναι στην ουσία «επιτρεπτό/ανεπιτρεπτό» (δηλ. διδάσκεται – ενισχύεται)
- Είναι «ηθικό» ένα αγόρι να παίζει με κούκλες;
- Λόγω του ότι αυτές οι συμπεριφορές οδηγούν σε διαφορετικές συνέπειες για τ' αγόρια και τα κορίτσια, τα παιδιά θα τις επιδεικνύουν και σε διαφορετική συχνότητα.

Maccoby & Jacklin (1974): διαφορές στον τρόπο που οι γονείς χειρίζονται αγόρια/ κορίτσια

- Ενίσχυση διαφορετικών συμπεριφορών: (α) Διαφορετικό είδος ενδυμασίας, (β) Ενθάρρυνση σε συγκεκριμένα ενδιαφέροντα (π.χ., αγόρια σε ποδόσφαιρο, κορίτσια σε μπαλέτο), (γ) Ενθάρρυνση σε συγκεκριμένα είδη παιχνιδιών (αποθαρρύνοντας το ενδιαφέρον των παιδιών σε ενδιαφέροντα και παιχνίδια που δεν θεωρούνται κατάλληλα για το φύλο τους)

Fagot (1978): Ανταμοιβή: (α) στο κορίτσι (χαμόγελα, προσοχή, έπαινο) όταν ντυνόταν, χόρευε, έπαιζε με κούκλες, ή τους ακολουθούσε μέσα στο σπίτι, (β) στο αγόρι όταν έπαιζαν με κύβους. Κατέκριναν

❖ **τα κορίτσια** όταν εξερευνούσαν αντικείμενα, έτρεχαν, πηδούσαν, και σκαρφάλωναν

❖ **τα αγόρια** όταν έπαιζαν με κούκλες, όταν ζητούσαν βοήθεια, ή προσφέρονταν να βοηθήσουν

Lytton and Romney (1991): μέτα-ανάλυση 172 ερευνών => τ' αγόρια και τα κορίτσια ενθαρρύνονταν εξίσου στο να είναι ανεξάρτητα, επιτυχημένα, και να μην είναι επιθετικά, παρόλα αυτά, οι γονείς ενθάρρυναν τα παιδιά να επιδεικνύουν συμπεριφορές και ενδιαφέροντα που θεωρούνται καταλληλότερα για το φύλο τους

Bobo doll experiment. Στόχος: να εξεταστεί κατά πόσο η έκθεση των παιδιών σε βίαια μοντέλα θα οδηγούσε στην μίμηση της επιθετικής συμπεριφοράς, έστω και χωρίς να δεχτούν την οποιαδήποτε ενίσχυση

▪ 72 παιδιά (αγόρια και κορίτσια, 3-5 ετών). Τρεις πειραματικές ομάδες:

1. Η επιθετική ομάδα (τα παιδιά παρακολούθησαν ένα μοντέλο να είναι επιθετικό προς μια Bobo doll)

2. Η μη-επιθετική ομάδα (τα παιδιά παρακολούθησαν ένα μοντέλο να παίζει με ένα σετ παιχνίδια)

3. Η ομάδα ελέγχου (δεν υπήρχε κανένα μοντέλο κατά τη διάρκεια του πειράματος)

Αποτελέσματα: όταν ήρθαν τα παιδιά σε άμεση επαφή με την φουσκωτή κούκλα, η 1^η ομάδα επιδείκνυε περισσότερη επιθετική συμπεριφορά σε σχέση με τις υπόλοιπες 2, τα υπόλοιπα παιδιά σπάνια επιδείκνυαν επιθετική συμπεριφορά απέναντι στη φουσκωτή κούκλα





Episode 12

THE BOBO BEATDOWN





- **Social Learning Theory**

- Proposed by Bandura (1977). Children learn social behaviors by imitating other individuals. **But children do not imitate everything they see.** According to SLT children imitate behavior when four conditions are met:

- Observe the behavior (model)
- Have to be able to remember the behavior.
- Opportunity to reproduce it.
- Motivation to reproduce the behavior.
- The motivation can be supplied when the model being observed is being rewarded in some way. The observed reward is known as vicarious reinforcement.
- Κίνητρο είναι οτιδήποτε ενεργοποιεί μια συμπεριφορά.

Μίμηση συμπεριφοράς & διαμόρφωση ταυτότητας του φύλου

- Η διεργασία της ταύτισης είναι θέμα άμεσης παρατήρησης και μίμησης
- Τα παιδιά παρατηρούν ότι η αρσενική και η θηλυκή συμπεριφορά διαφέρουν (και σχηματίζουν υποθέσεις σχετικά με την κατάλληλη συμπεριφορά)
- Τα παιδιά μαθαίνουν επίσης ότι οι ενήλικες ανταμείβουν τα αγόρια και τα κορίτσια για διαφορετικά είδη συμπεριφοράς (έτσι διαλέγουν να επιδίδονται σε συμπεριφορές που θα οδηγήσουν σε ανταμοιβές)

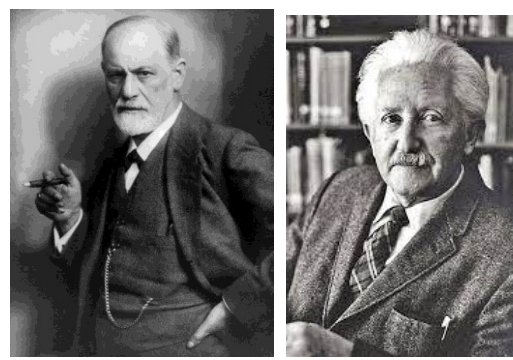


- Τα παιδιά εκτίθενται σε αμέτρητες πληροφορίες τις οποίες μπορούν να παρατηρήσουν και μιμηθούν. Τους δίνονται διαφορετικά ονόματα, ο διαφορετικό στιλ ενδυμασίας, διαφορετικά παιχνίδια. Επίσης, τα παιδιά βλέπουν σε καθημερινή βάση διαφορές στη συμπεριφορά της μητέρας και πατέρα τους:
- ❖ Μητέρα: μαγειρεύει, συμμαζεύει, ξεσκονίζει, αναλαμβάνει την κύρια φροντίδα του παιδιού (φαγητό, μπάνιο)
- ❖ Πατέρας: να βγάζει έξω τα σκουπίδια, ή να κουρεύει το γκαζόν
- Τα παιδιά
- παρατηρούν συμπεριφορά/ δραστηριότητες των παππούδων/γιαγιάδων, εκπαιδευτικών
- παίρνουν πληροφορίες για το φύλο που παρέχονται από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης (ΜΜΕ)
- δεν εκτίθενται μόνο σε πληροφορίες που σχετίζονται με το δικό τους φύλο: Τ' αγόρια βλέπουν τι κάνουν οι μητέρες τους, τι ρούχα φοράνε οι αδελφές τους, και ποια παιχνίδια προορίζονται για τα κορίτσια, ακριβώς όπως βλέπουν τι κάνουν οι πατέρες τους, και τι ρούχα φοράνε οι ίδιοι αλλά και άλλα αγόρια
- Για ποιο λόγο όμως μιμούνται περισσότερο συμπεριφορές στερεότυπες του φύλου τους;

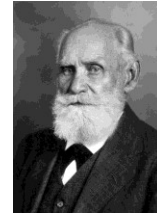
Αξιολόγηση της Θεωρίας της Κοινωνικής Μάθησης

- Παρείχε ποικίλες πληροφορίες σχετικά με τα αναπτυσσόμενα παιδιά και τους εφήβους
- Η θεωρία είναι ακριβής και ελέγξιμη
- Μας επιτρέπει να κατανοήσουμε το πως διαμορφώνεται η ταυτότητα μας, και αλλάζουμε με αμέτρητους τρόπους κατά την διάρκεια της παιδικής ηλικίας και της εφηβείας
- Μεγάλη επίδραση στη μελέτη της επιθετικής συμπεριφοράς (ρόλος ΜΜΕ) και διάφορων ψυχοπαθολογιών (ανορεξία, βουλιμία)
- Παραγάγει σημαντικές κλινικές και πρακτικές εφαρμογές (στην τροποποίηση προβληματικών συμπεριφορών)
- Αποτελεί, όμως, μια υπεραπλουστευμένη ερμηνεία της ανθρώπινης εξέλιξης
- Επίσης, βλέπει το παιδί σαν ένα παθητικό δέκτη πληροφοριών από το περιβάλλον του
- Μια εναλλακτική προσέγγιση προτάθηκε από τον Lawrence Kohlberg

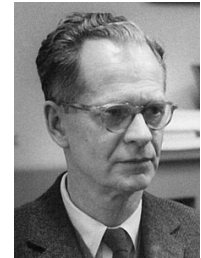
**Α. ΨΥΧΟΔΥΝΑΜΙΚΕΣ
ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ FREUD - ERIKSON**



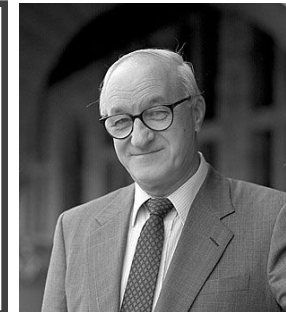
**Β. ΚΛΑΣΙΚΗ ΕΞΑΡΤΗΜΕΝΗ ΜΑΘΗΣΗ (ΠΑΥΛΟΝ,
WATSON)**



γ. Συντελεστική Εξαρτημένη Μαθηση (B.F. Skinner)



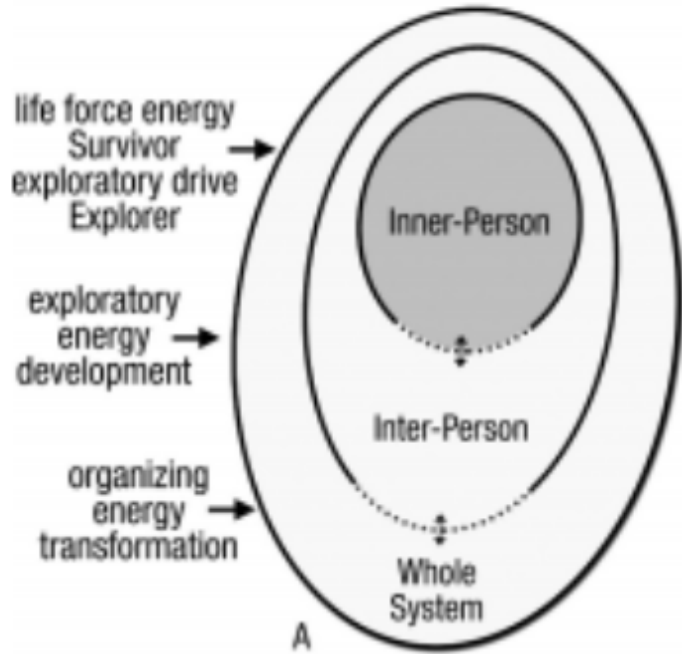
**Γ. ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ-ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ
Δ. BANDURA (SOCIAL LEARNING THEORY -
SLT)**



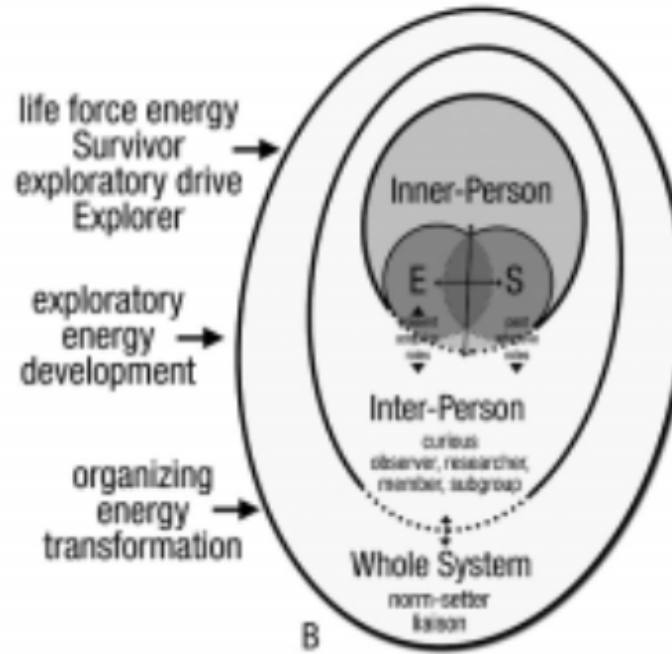
- Κρίσιμη ερώτηση: Συνδέονται; Με ποιον τρόπο;

- **(Gantt, 2021):**
- Στη μελέτη περίπτωσης, ο Art, ένα πεντάχρονο παιδί, είχε μια σύγκρουση με τη μητέρα του σχετικά με το φαγητό.
- Ο Art ήθελε μόνο πατατάκια, ενώ η μητέρα του επέμενε να φάει πρώτα το μισό σάντουιτς για να τα πάρει.
- Παρά τη συμμόρφωσή του, η σύγκρουση αυτή προκάλεσε θυμό, σηματοδοτώντας μια "ρήξη".
- Η μητέρα του αναγνώρισε το συναίσθημά του και προσκάλεσε τον Art για μια αγκαλιά, αποκαθιστώντας τη σύνδεση τους.
- Αυτή η επανόρθωση επέτρεψε την ενσωμάτωση διαφορετικών στόχων (σύνδεση και κοινωνικοποίηση), κάτι που είναι κεντρικό στη Συστημοκεντρική Θεραπεία (SCT).

Our Person-as-a-System



Roles in Our Person-as-a-System



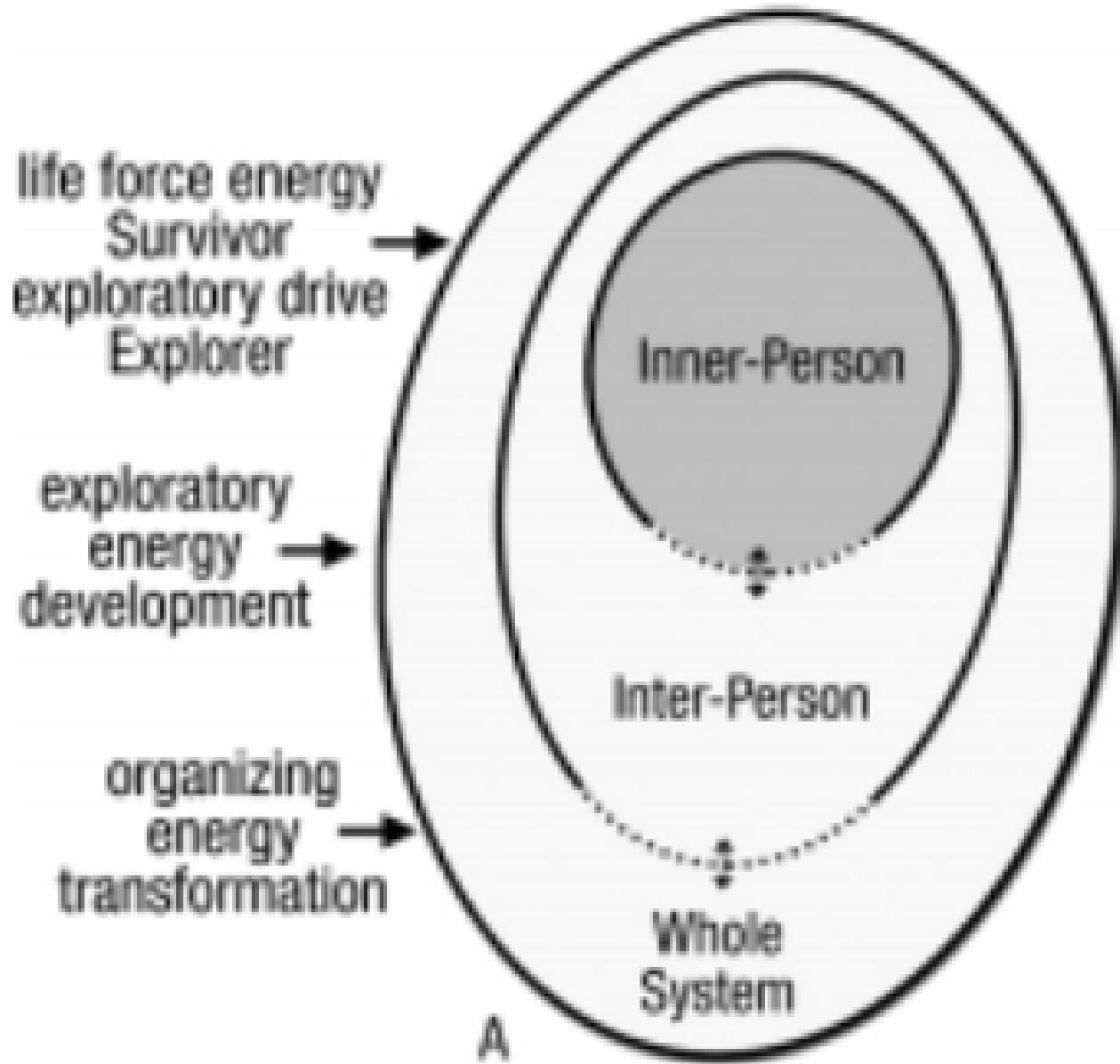
Μελέτη περίπτωσης Art.

- (Gantt, 2021):
- Στη μελέτη περίπτωσης, ο Art, ένα πεντάχρονο παιδί, είχε μια σύγκρουση με τη μητέρα του σχετικά με το φαγητό.
- Ο Art ήθελε μόνο πατατάκια, ενώ η μητέρα του επέμενε να φάει πρώτα το μισό σάντουιτς για να τα πάρει.
- Παρά τη συμμόρφωσή του, η σύγκρουση αυτή προκάλεσε θυμό, σηματοδοτώντας μια "ρήξη".

Figure 1. SCT's theory of the person-as-a-system. All figures included in this article are copyrighted by the Systems-Centered Training and Research Institute (SCTRI) and reprinted here with permission of SCTRI.

- Η μητέρα του αναγνώρισε το συναίσθημά του και προσκάλεσε τον Art για μια αγκαλιά, αποκαθιστώντας τη σύνδεση τους.
- Αυτή η επανόρθωση επέτρεψε την ενσωμάτωση διαφορετικών στόχων (σύνδεση και κοινωνικοποίηση), κάτι που είναι κεντρικό στη Συστημοκεντρική Θεραπεία (SCT).

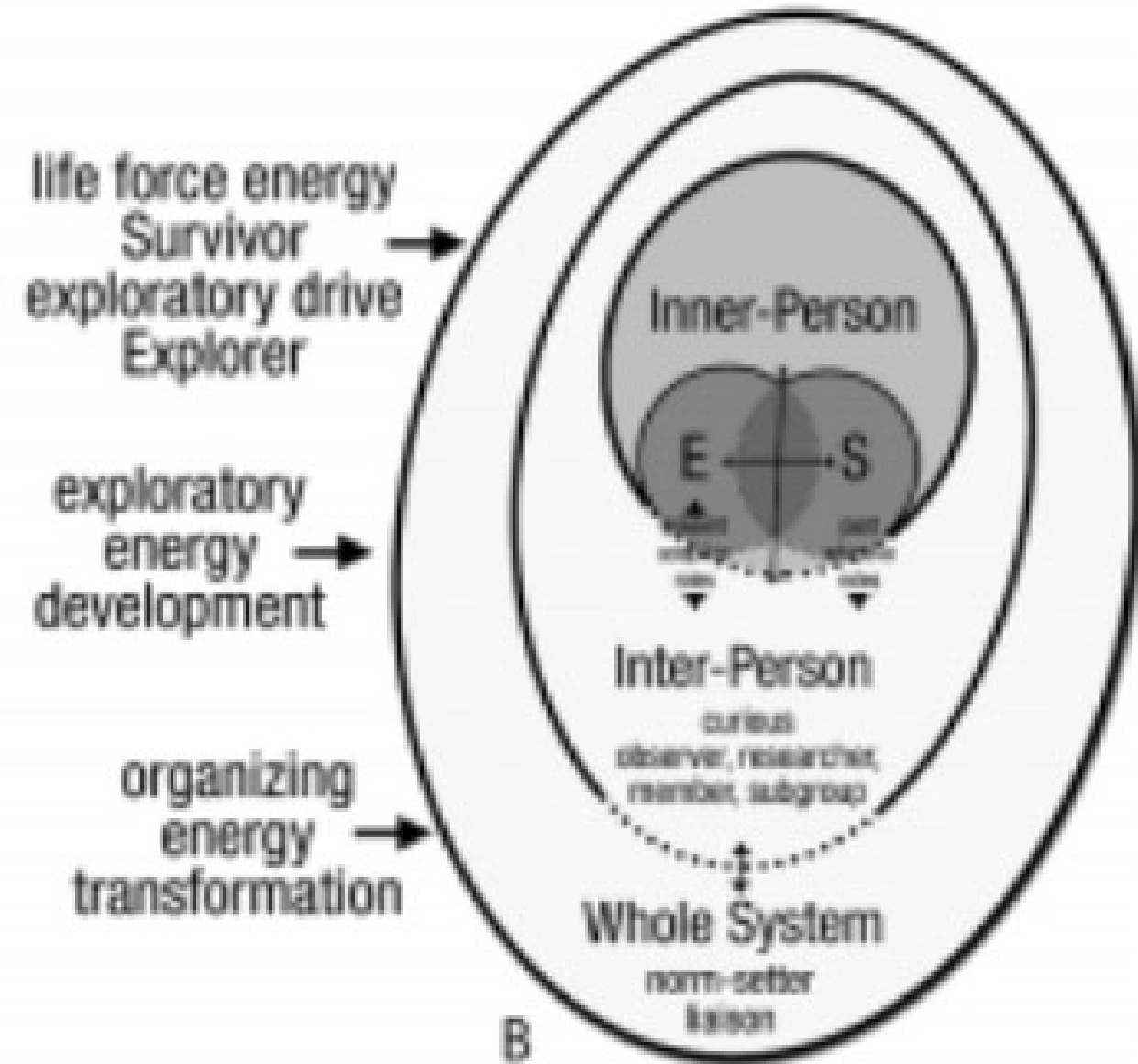
Our Person-as-a-System



Μελέτη περίπτωσης Art.

- Το **Σχήμα 1A** δείχνει μια ιεραρχία τριών συστημάτων:
- 1. **Inner Person (Ενδοπροσωπικό Σύστημα)**: Το εσωτερικό σύστημα του ατόμου που περιλαμβάνει την προσωπική του ενέργεια, τη ζωτική δύναμη και την επιθυμία εξερεύνησης.
- 2. **Inter-Person (Διαπροσωπικό Σύστημα)**: Το σύστημα των σχέσεων που περιλαμβάνει τις αλληλεπιδράσεις με άλλους ανθρώπους.
- 3. **Whole System (Σύστημα ως Όλον)**: Το συνολικό σύστημα ομάδας ή οικογένειας που περιβάλλει τα ατομικά και διαπροσωπικά συστήματα.
- Μεταξύ αυτών των συστημάτων κυκλοφορεί ενέργεια:
- **Life Force Energy (Ζωτική Ενέργεια)**: Η βασική ενέργεια για επιβίωση.
- **Survivor Role (Ρόλος Επιζώντα)**: Ο ρόλος που κλείνει τα όρια για προστασία.
- **Exploratory Drive (Εξερευνητική Ορμή)**: Η ενέργεια για ανάπτυξη και ανακάλυψη.
- Στην περίπτωση του Art, το ενδοπροσωπικό του σύστημα έκλεισε τα όριά του λόγω της ρήξης, ενεργοποιώντας τον "ρόλο επιζώντα" (θυμός). Η επανόρθωση της μητέρας άνοιξε τα όρια και του επέτρεψε να μεταβεί σε εξερεύνηση και επανασύνδεση.

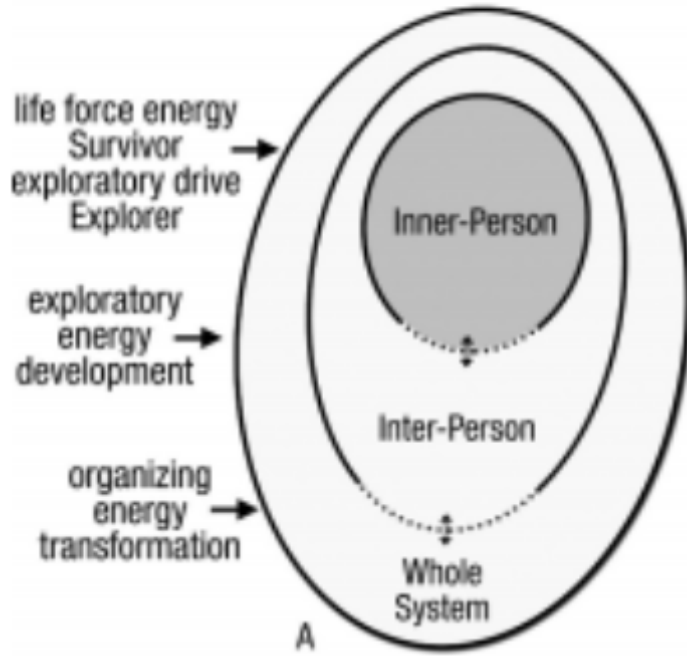
Roles in Our Person-as-a-System



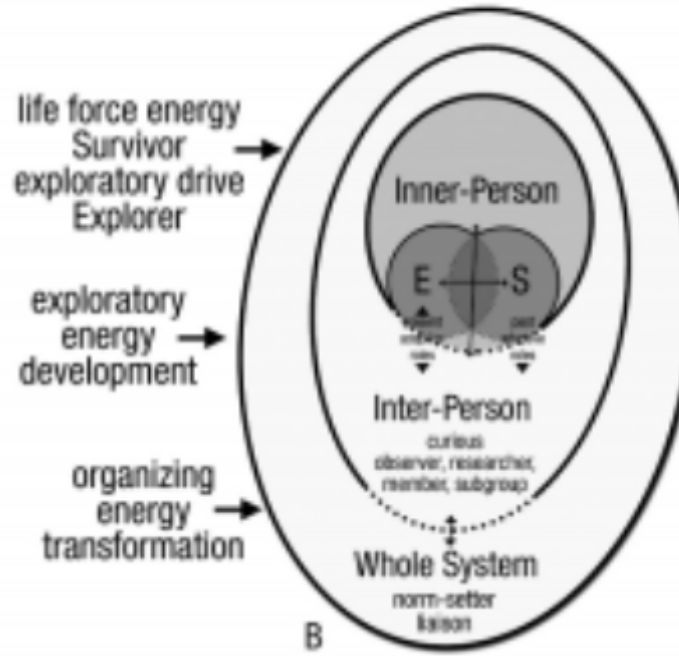
Μελέτη περίπτωσης Αρτ.

- Το **Σχήμα 1B** αναπαριστά την αλληλεπίδραση μεταξύ κλειστών ρόλων επιζώντων και ανοιχτών ρόλων εξερεύνησης.
- Δείχνει πώς οι ρήξεις μπορεί να σταθεροποιήσουν ένα σύστημα σε κλειστά όρια, περιορίζοντας την ανάπτυξη. Αν όμως γίνει επανόρθωση, το σύστημα μπορεί να ανοίξει ξανά, ευνοώντας την ανάπτυξη.
- **Explorer (E):** Ο εξερευνητής. Αυτός ο ρόλος σχετίζεται με την περιέργεια, την εξερεύνηση του περιβάλλοντος, την ανοιχτότητα σε νέες εμπειρίες και την ανάπτυξη. Όταν κάποιος βρίσκεται σε αυτόν τον ρόλο, τα όριά του είναι ανοιχτά και είναι δεκτικός στις διαφορές.
- **Survivor (S):** Ο επιζών. Αυτός ο ρόλος αφορά την προστασία και τη σταθεροποίηση του εαυτού, με κλειστά όρια για την αποφυγή απειλών ή δύσκολων καταστάσεων. Είναι ένας προσαρμοστικός ρόλος που δίνει έμφαση στην επιβίωση, αλλά περιορίζει την ανάπτυξη.
- Το **E-S** δείχνει την εναλλαγή μεταξύ των δύο ρόλων:
- Όταν οι συνθήκες είναι ασφαλείς, το άτομο μεταβαίνει από τον ρόλο του επιζώντα στον ρόλο του εξερευνητή, ανοίγοντας τα όριά του για ανάπτυξη.
- Όταν υπάρχει ρήξη, το σύστημα κλείνει, ενεργοποιώντας τον επιζώντα για προστασία.

Our Person-as-a-System



Roles in Our Person-as-a-System

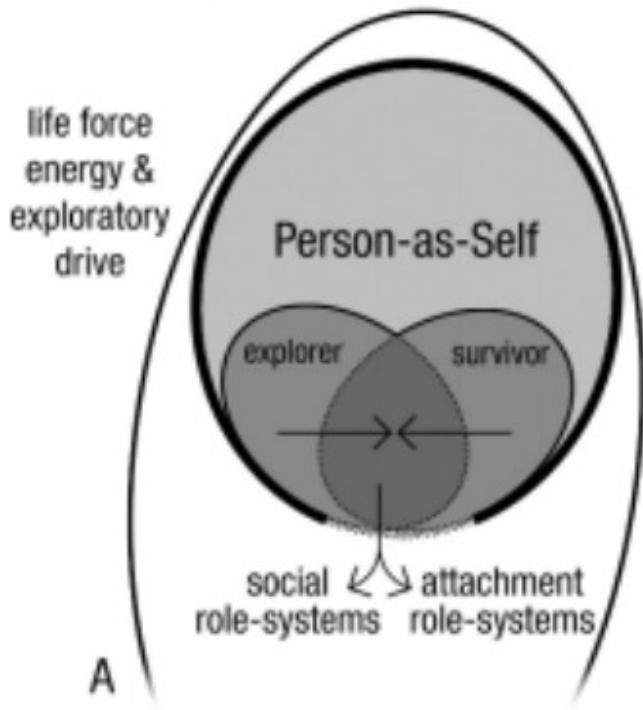


Μελέτη περίπτωσης Art.

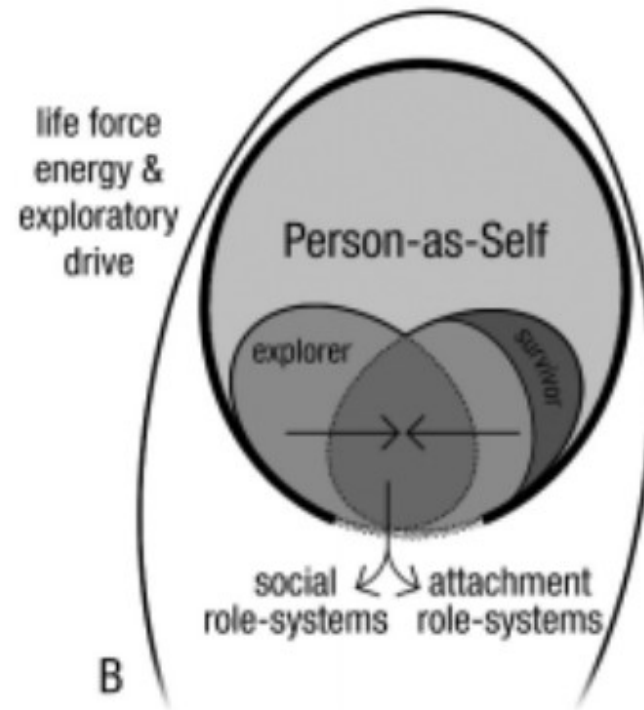
- Στην περίπτωση του Art, η ρήξη με τη μητέρα του ενεργοποίησε τον ρόλο επιζώντα, αλλά η αναγνώριση του θυμού του και η επανόρθωση τον μετέφεραν ξανά στον ρόλο εξερευνητή, επαναφέροντας την ανοιχτότητα και τη σύνδεση.
- Στην περίπτωση του Art, η αποκατάσταση της σχέσης με τη μητέρα του άνοιξε τα όριά του, μετατρέποντας την ενέργεια της σύγκρουσης σε ζωτική ενέργεια για σύνδεση και ανάπτυξη.
- Αυτό είναι ένα παράδειγμα πώς το σύστημα μπορεί να μεταβεί από ρήξη σε επανόρθωση, όπως περιγράφεται στα σχήματα 1A και 1B.

Figure 1. SCT's theory of the person-as-a-system. All figures included in this article are copyrighted by the Systems-Centered Training and Research Institute (SCTRI) and reprinted here with permission of SCTRI.

Permeable Boundaries



Closed Boundaries



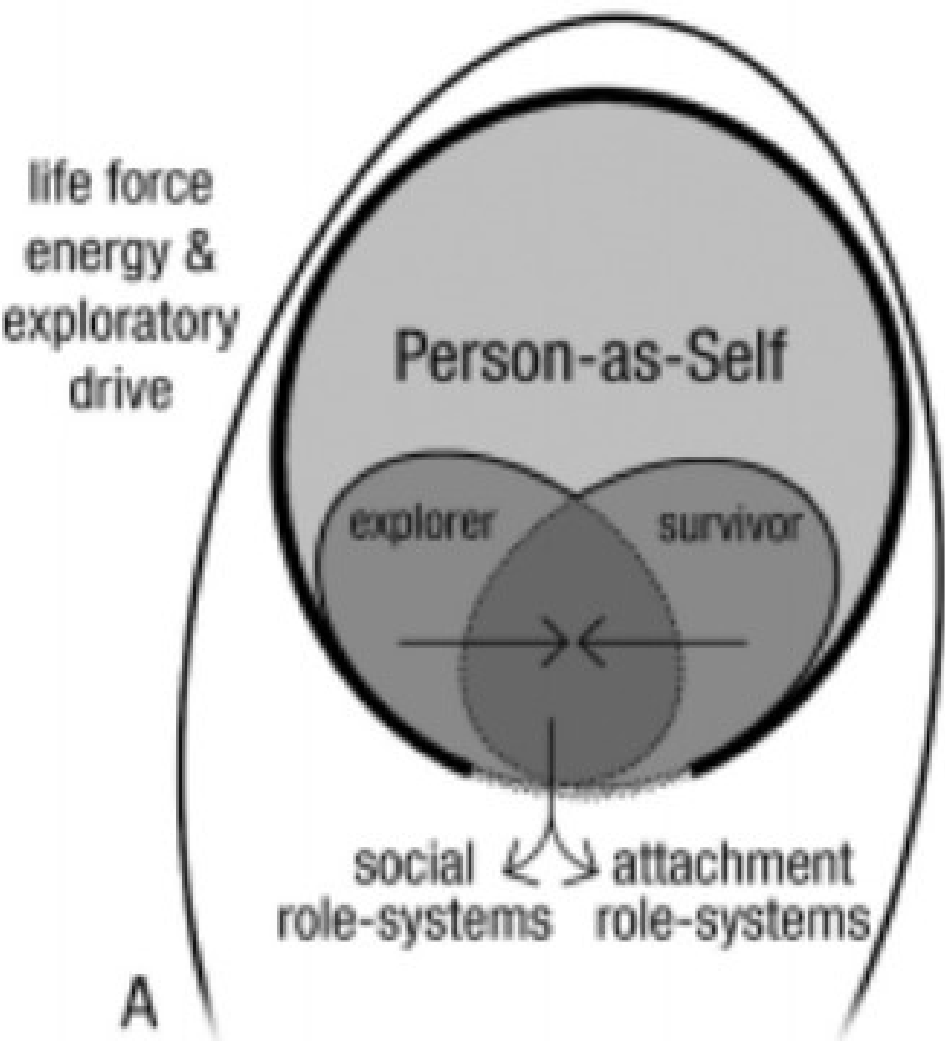
Μελέτη περίπτωσης Αρτ.

- Το **Figure 2A** και το **Figure 2B** παρουσιάζουν διαφορετικές καταστάσεις του ατόμου και των συστημάτων του, εστιάζοντας στη σχέση μεταξύ κλειστών και ανοιχτών ρόλων.
- **Figure 1:** Εστιάζει στη δομή των συστημάτων και στην κυκλοφορία της ενέργειας μέσα σε αυτά.
- **Figure 2:** Εστιάζει στις καταστάσεις των συστημάτων (ανοιχτά ή κλειστά) και στους ρόλους που ενεργοποιούνται ανάλογα με την κατάσταση του ατόμου ή της ομάδας.
- Ενώ το **Figure 1** δείχνει μια γενική εικόνα της λειτουργίας των συστημάτων, το **Figure 2** εστιάζει στο πώς μεταβάλλεται η κατάσταση των συστημάτων ανάλογα με την ασφάλεια ή τη ρήξη.

Figure 2. Open and closed role-systems. All figures included in this article are copyrighted by the Systems-Centered Training and Research Institute (SCTRI) and reprinted here with permission of SCTRI.

¹ SCT has drawn heavily from Lewin's work with the force field (Lewin, 1951) in recognizing that all role-systems will have driving and restraining forces dependent on the goal of the role-system and the context.

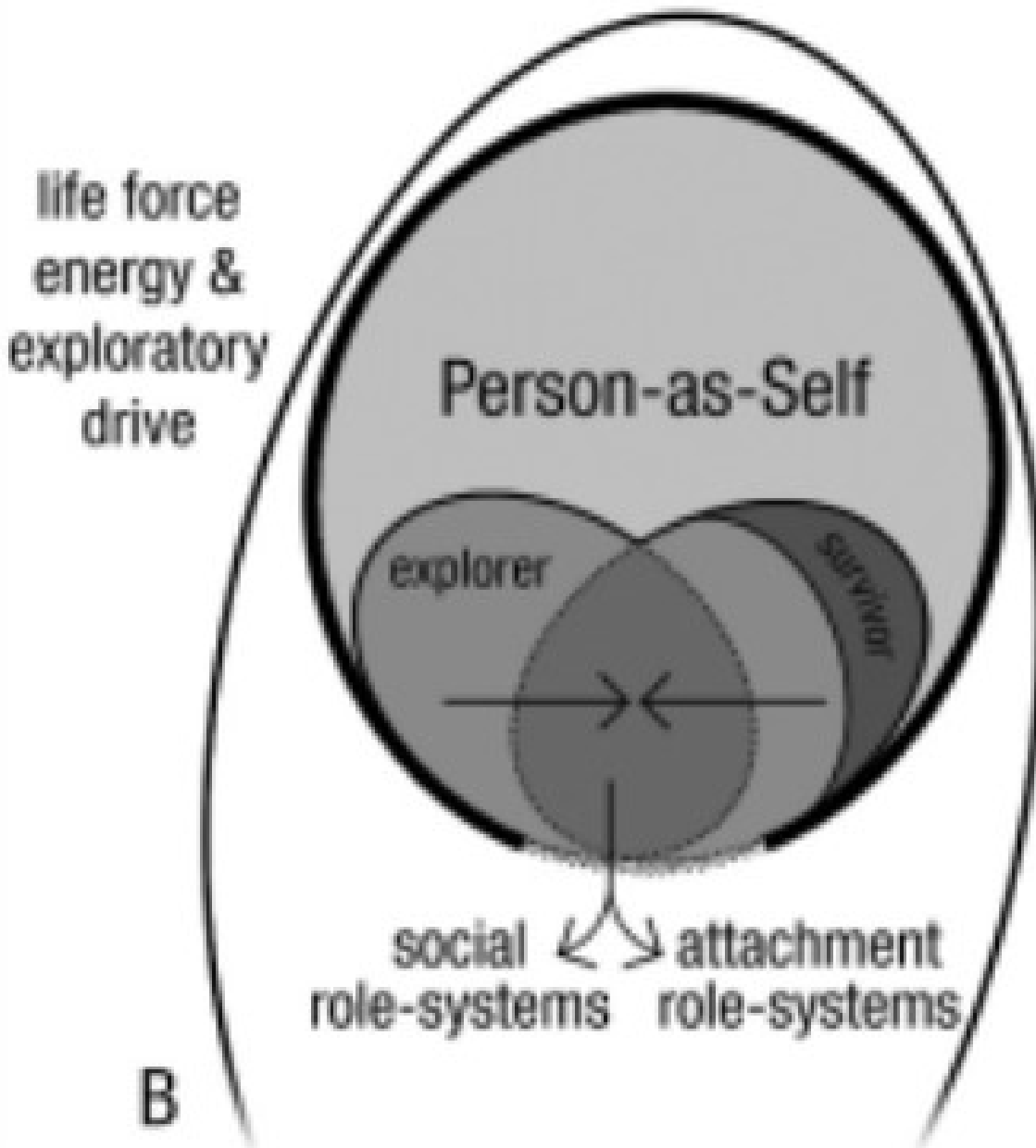
Permeable Boundaries



Μελέτη περίπτωσης Art.

- **Figure 2A: Ανοιχτά Συστήματα – Ρόλοι Εξερευνητή και Επιζώντα**
 - Το **Figure 2A** απεικονίζει πώς λειτουργούν τα συστήματα σε κατάσταση ανοιχτών ορίων.
- 1. Inner Person (Ενδοπροσωπικό Σύστημα):**
 1. Σε αυτή την κατάσταση, το άτομο νιώθει ασφαλές και τα όρια του είναι ανοιχτά.
 2. **Explorer Role (Ρόλος Εξερευνητή):** Ο εξερευνητής ενεργοποιείται όταν το άτομο είναι ανοιχτό σε νέα εμπειρίες, πληροφορίες και εξερεύνηση. Πρόκειται για τη φυσική κατάσταση ανάπτυξης.
 - 2. Inter-Person (Διαπροσωπικό Σύστημα):**
 1. Το σύστημα σχέσεων είναι ανοιχτό και το άτομο συνδέεται ουσιαστικά με άλλους.
 2. Η επικοινωνία είναι καθαρή και οι διαφορές αναγνωρίζονται και ενσωματώνονται.
 - 3. Whole System (Ολόκληρο Σύστημα):**
 1. Το συνολικό σύστημα είναι ανοιχτό σε αλλαγές και ανάπτυξη. Υπάρχει συντονισμός και συνεργασία.
- **Σχέση με την Περίπτωση του Art**
 - Όταν η μητέρα του Art αποκατέστησε τη σύνδεση μαζί του με την αγκαλιά, το σύστημα του Art μετακινήθηκε σε αυτή την κατάσταση ανοιχτών ορίων. Ο Art μπόρεσε να αποδεχτεί τη νέα κατάσταση (να φάει το σάντουιτς πριν πάρει πατατάκια) και να επανασυνδεθεί συναισθηματικά.

Closed Boundaries



Μελέτη περίπτωσης Art.

- **Figure 2B: Κλειστά Συστήματα – Ρόλος Επιζώντα**

- Το **Figure 2B** δείχνει πώς λειτουργούν τα συστήματα σε κατάσταση κλειστών ορίων:

- 1. Inner Person (Ενδοπροσωπικό Σύστημα):**

- 1. Survivor Role (Ρόλος Επιζώντα):** Όταν το άτομο αντιμετωπίζει μια απειλή ή μια ρήξη, τα όρια κλείνουν για να προστατευθεί.
2. Η ενέργεια κατευθύνεται αποκλειστικά στην επιβίωση και στην αποφυγή περαιτέρω απειλών. Η ανάπτυξη σταματά.

- 2. Inter-Person (Διαπροσωπικό Σύστημα):**

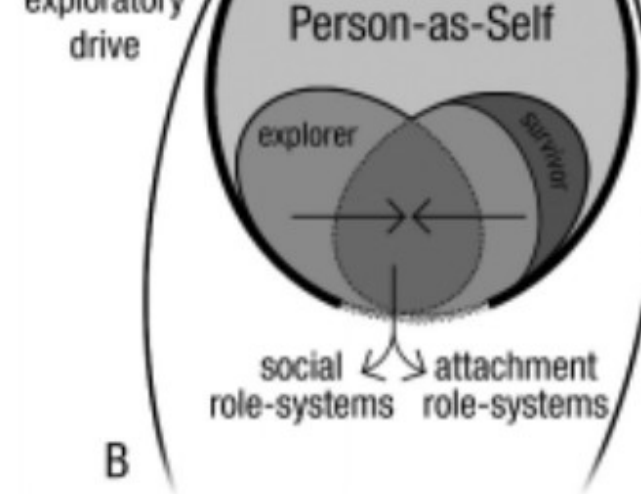
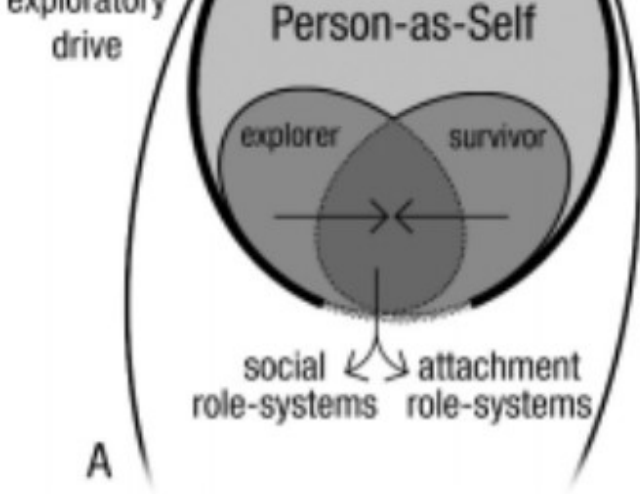
1. Οι σχέσεις διαταράσσονται. Υπάρχουν συγκρούσεις ή αποσύνδεση από τους άλλους. Το άτομο ενδέχεται να αισθανθεί θυμό, άγχος ή απομόνωση.

- 3. Whole System (Ολόκληρο Σύστημα):**

1. Το συνολικό σύστημα κλείνει, περιορίζοντας την αλληλεπίδραση και την ανάπτυξη. Υπάρχει σταθεροποίηση στη φάση της επιβίωσης, χωρίς πρόοδο.

- **Σχέση με την Περίπτωση του Art**

- Όταν η μητέρα του Art έθεσε τον όρο για το φαγητό, ο Art ένιωσε πίεση και ρήξη, που τον μετέφεραν στον ρόλο του επιζώντα (εσωστρέφεια, θυμός). Αυτή η αντίδραση έκλεισε τα όριά του, περιορίζοντας την επικοινωνία και τη σύνδεση με τη μητέρα του.



- Η εναλλαγή A-B δημιουργεί την έννοια της δυναμικής των ομάδων
- **1. Ρόλοι Εξερευνητή και Επιζώντα (E-S) ως Πηγές Ενέργειας**
- Το **E-S (Explorer-Survivor)** είναι ο κεντρικός μηχανισμός που επηρεάζει τα συστήματα ρόλων: **Explorer (Εξερευνητής)** το άτομο νιώθει ασφαλές & ενεργοποιείται η περιέργεια & η εξερεύνηση και νέες εμπειρίες) **vs Survivor (Επιζών)** το άτομο νιώθει απειλή, κλείνει τα όριά του για προστασία).
- Οι δύο αυτοί ρόλοι είναι "ενεργειακές πηγές" που κατευθύνουν τη λειτουργία των συστημάτων ρόλων.

2. Εκροή προς Social Role Systems (Συστήματα Κοινωνικών Ρόλων)

- **Social Role Systems:** ρόλοι που σχετίζονται με τη διαχείριση κοινωνικών καταστάσεων, κοινωνικοποίησης και κανόνων συμπεριφοράς.
- Όταν ενεργοποιείται ο **επιζών (Survivor)**, τα κοινωνικά συστήματα ρόλων μπορεί να σταθεροποιηθούν σε **κλειστά δίπολα**, όπως:
 - Κυρίαρχος/Υποτακτικός.
 - Συμμορφούμενος/Αντιδραστικός.
- Όταν ενεργοποιείται ο **εξερευνητής (Explorer)**, τα συστήματα ρόλων γίνονται πιο ανοιχτά και επιτρέπουν την ενσωμάτωση διαφορών, οδηγώντας σε συνεργασία και αλληλεπίδραση.
- Όταν η μητέρα του Art έθεσε τον όρο για να φάει πρώτα το σάντουιτς, ενεργοποιήθηκε το κοινωνικό σύστημα ρόλων επιζώντα. Αυτό προκάλεσε μια κλειστή αντίδραση (θυμός). Η επανόρθωση με την αγκαλιά επανέφερε τον ρόλο εξερευνητή και βελτίωσε τη σύνδεση.

3. Εκροή προς Attachment Role Systems (Συστήματα Ρόλων Προσκόλλησης)

- **Attachment Role Systems:** ρόλοι που σχετίζονται με τη δημιουργία και διατήρηση ασφαλών συναισθηματικών δεσμών (π.χ. φροντίδα, υποστήριξη).
- Όταν ενεργοποιείται ο **επιζών (Survivor)**, τα συστήματα προσκόλλησης κλείνουν για αυτοπροστασία. Σε αυτή την κατάσταση, το άτομο μπορεί να αποσυρθεί συναισθηματικά ή να αντιδράσει αρνητικά.
- Όταν ενεργοποιείται ο **εξερευνητής (Explorer)**, τα συστήματα προσκόλλησης είναι ανοιχτά και επιτρέπουν τη συναισθηματική σύνδεση και την ενσωμάτωση νέων εμπειριών.
- Όταν η μητέρα του Art αναγνώρισε τον θυμό του και του πρόσφερε αγκαλιά, αποκατέστησε το σύστημα ρόλων προσκόλλησης. Ο Art μπόρεσε να επιστρέψει σε κατάσταση συναισθηματικής ασφάλειας, βελτιώνοντας τη σύνδεση με τη μητέρα του.

- **Σχήμα 1: Η θεωρία του ατόμου-ως-σύστημα στην SCT**
- Το Σχήμα 1 παρουσιάζει μια **ιεραρχία τριών ενσωματωμένων συστημάτων**:
 - 1. Ενδο-προσωπικό σύστημα** (π.χ. ο εαυτός του Art): Είναι το επίπεδο όπου βρίσκονται οι προσωπικές σκέψεις, συναισθήματα και η ζωτική ενέργεια. Εδώ οργανώνονται ρόλοι όπως ο "επιζών" (προστατευτικός) και ο "εξερευνητής" (ανοιχτός σε νέες εμπειρίες).
 - 2. Δια-προσωπικό σύστημα** (π.χ. η σχέση Art-μητέρα): Αφορά τις αλληλεπιδράσεις μεταξύ ατόμων. Στο παράδειγμα, η επικοινωνία μεταξύ του Art και της μητέρας του ανήκει εδώ.
 - 3. Σύστημα ομάδας-ως-όλον** (π.χ. οικογένεια ή θεραπευτική ομάδα): Το ευρύτερο πλαίσιο που επηρεάζει και επηρεάζεται από τα άλλα δύο συστήματα.
- Όταν ο Art και η μητέρα του αντιμετώπισαν τη ρήξη (ο Art θυμωμένος μετά το φαγητό), η SCT εστιάζει στο πώς η επανόρθωση γίνεται **ταυτόχρονα και στα τρία συστήματα**:
 - **Ενδο-προσωπικό**: Ο Art αναγνωρίζει τον θυμό του.
 - **Δια-προσωπικό**: Η μητέρα αναγνωρίζει το συναίσθημα και προσφέρει αγκαλιά.
 - **Σύστημα ομάδας**: Η σχέση τους αποκαθίσταται, ενσωματώνοντας διαφορές.

- **Σχήμα 2: Ανοιχτά vs κλειστά συστήματα ρόλων**
- **Ανοιχτά συστήματα (Σχήμα 2α):**
 - Τα όρια μεταξύ ρόλων (π.χ. επιζώντας, εξερευνητής) είναι ευέλικτα.
 - Υπάρχει ροή ενέργειας και πληροφοριών (π.χ. συναισθηματική εναρμόνιση).
 - Επιτρέπουν την εξερεύνηση και την ανάπτυξη.
- **Κλειστά συστήματα (Σχήμα 2β):**
 - Τα όρια είναι άκαμπτα (π.χ. "κλειστός ρόλος επιζώντα").
 - Περιορίζουν τη ροή πληροφοριών για προστασία (π.χ. αποφυγή συγκρούσεων).
 - Οδηγούν σε σταθεροποίηση χωρίς ανάπτυξη.
- **Ανοιχτό σύστημα:** Όταν η μητέρα αναγνώρισε τον θυμό του Art και προσκάλεσε σε αγκαλιά, τα όρια άνοιξαν. Αυτό επέτρεψε την **ενσωμάτωση διαφορών** (κοινωνικοποίηση vs. σύνδεση) και την ανάπτυξη.
- **Κλειστό σύστημα:** Αν η μητέρα είχε αντιδράσει θυμωμένα, θα είχαν εγκλωβιστεί σε ρόλους όπως "κυρίαρχος/υποτακτικός" (δίπολο ρόλων). Αυτό θα σταθεροποιούσε τη ρήξη, εμποδίζοντας την ανάπτυξη.

- **Σχήμα 1** δείχνει πώς η επανόρθωση ρήξεων απαιτεί εργασία σε όλα τα επίπεδα (προσωπικό, διαπροσωπικό, ομάδας).
- **Σχήμα 2** υπογραμμίζει τη σημασία της ευελιξίας στα όρια για να αποφευχθεί η παγίδευση σε ρόλους επιβίωσης.
- Στο παράδειγμα του Art, η επιτυχία της επανόρθωσης οφείλεται στην ανοιχτή επικοινωνία (λειτουργική υποομαδοποίηση) και στην ενσωμάτωση διαφορών, σε αντίθεση με την πιθανή σταθεροποίηση σε κλειστά συστήματα.
- Η ρήξη με τον Art και τη μητέρα του προήλθε από δύο αντικρουόμενα συστήματα ρόλων με διαφορετικούς στόχους που ήταν αρχικά πολύ διαφορετικοί για να ενσωματωθούν στο σύστημα γονέα/παιδιού.
- Στην SCT, κάθε ρόλος σχετίζεται με έναν στόχο. Ο στόχος του συστήματος ρόλων σύνδεσης/προσκόλλησης είναι η επιβίωση παρέχοντας μια ασφαλή βάση με ρόλους που αφορούν την αναζήτηση φροντίδας και παροχή φροντίδας.
- Ο στόχος του συστήματος κοινωνικού ρόλου είναι να διαχειριστεί τις συγκρούσεις μεταξύ των στόχων εναρμόνισης (attunement) και των στόχων κοινωνικοποίησης, όπως οι υγιεινές διατροφικές συνήθειες.
- Για τον Art και τη μητέρα του, αυτός ο στόχος κοινωνικοποίησης αρχικά ήρθε σε σύγκρουση με το σύστημα ασφαλούς δεσμού/προσκόλλησης και τον στόχο του. Οι δύο διαφορετικοί ρόλοι είχαν διαφορετικούς στόχους.
- Η επανόρθωσή τους επέτρεψε την ενσωμάτωση των αρχικά συγκρουόμενων διαφορών στους ρόλους και τους στόχους. Αυτό το παράδειγμα απεικονίζει πώς μία επανορθωτική εμπειρία μιας ρήξης, στην προκειμένη περίπτωση καθρεφτίζοντας πρώτα το συναίσθημα του Art (εμπεριέχοντάς τον) και στη συνέχεια προσκαλώντας τον σε μια αγκαλιά που αποκατέστησε τη συνεργατική τους σύνδεση, επανόρθωσε τη ρήξη και επέτρεψε την ανάπτυξη κοινωνικών ρόλων που λειτούργησαν και που μπορούν να συνεχίσουν να αναπτύσσονται καθώς το σύστημά τους αναπτύσσεται.

- Αντιθέτως, όταν δε γίνεται ούτε εμπειρία ούτε επανόρθωση των επαναλαμβανόμενων ρήξεων, οι διαφορές δεν μπορούν να ενσωματωθούν εύκολα.
- Τότε οι προσαρμογές μας είναι πιο πιθανό να είναι αυτό που η SCT αποκαλεί «κλειστοί ρόλοι επιζώντων», προσανατολισμένες στον στόχο της επιβίωσής μας, αλλά κλειστές στις διαφορές περικόπτοντας έτσι την ανάπτυξή μας.
- Για παράδειγμα, όταν η ρήξη προκύπτει χωρίς επανορθωτική εμπειρία, τα ανθρώπινα συστήματα συχνά σταθεροποιούνται σε ζεύγη ρόλων κοινωνικής επιβίωσης (όπως κυριαρχικό/ συμμορφούμενο ή κυριαρχικό/υποτακτικό).
- Αυτοί οι κλειστοί ρόλοι επιβίωσης και οι αντιστοιχίσεις ρόλων (που η SCT αποκαλεί «δίπολα ρόλων») διαχειρίζονται τις ρήξεις, κλείνοντας για να προστατεύσουν εμάς και τις σχέσεις μας από το κόστος της ανάπτυξής μας.
- Συχνά, αυτοί οι κλειστοί ρόλοι επιβίωσης αναδύονται σε ομάδες ψυχοθεραπείας, πυροδοτούμενοι από μια ρήξη ή παρελθούσες παρόμοιες συνθήκες.
- Ακριβώς όπως οι ρόλοι επιβίωσης στο παράδειγμά μας γονέα/παιδιού μπορεί να εμποδίσουν την ανάπτυξη αυτού του συστήματος, ένα σύστημα ομάδας μπορεί να σταθεροποιηθεί σε ρόλους επιβίωσης ή δίπολα ρόλων που σχετίζονται με προηγούμενες προσαρμογές που καθορίζουν την ανάπτυξη.

• **(Forsyth, 2014):**

1. Η τάση να ενωνόμαστε με άλλους σε ομάδες είναι ίσως το σημαντικότερο χαρακτηριστικό των ανθρώπων. Οι διαδικασίες που εκτυλίσσονται μέσα σε αυτές τις ομάδες αφήνουν ένα ανεξίτηλο σημάδι στα μέλη τους και στην κοινωνία.
2. Μια ομάδα, ενισχύεται από τη φιλία, την αίσθηση του σκοπού και το ομαδικό πνεύμα, μπορεί να είναι πιο ισχυρή από ένα σύνολο ατόμων μεμονωμένα. Η συνοχή μπορεί να οδηγήσει στην επιτυχία, ακόμη και όταν η ομάδα υστερεί σε άλλους τομείς.
3. Η κοινωνική επιρροή είναι απαραίτητη για την ενσωμάτωση των ατόμων σε ένα συντονισμένο σύνολο. Οι άνθρωποι δεν θα ήταν κοινωνικά όντα αν δεν επηρεάζονταν από τους άλλους.
4. Οι αντιδράσεις των ανθρώπων στην επιρροή των άλλων ποικίλλουν. Οι αντιδράσεις αυτές μπορεί να είναι συμμόρφωση, μετατροπή, ανεξαρτησία, αντισυμμόρφωση, στρατηγική αντισυμμόρφωση και συμφωνία.