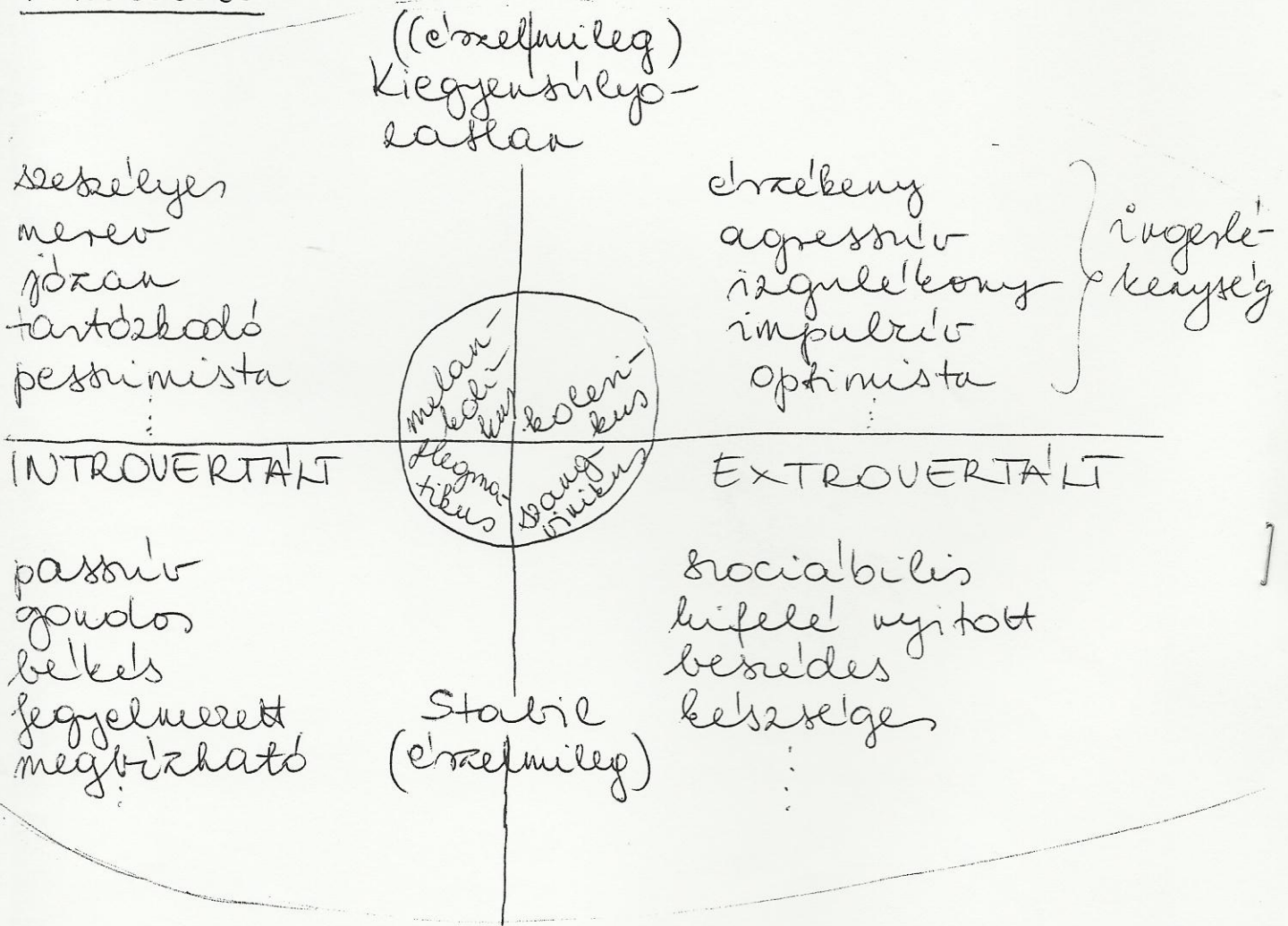


Eysenck - személyiségmodellje
faktoranalitikus elmélet

Kísérlet: 700 katonát figyelt meg, tulajdonságait matematikai és statisztikai szempontból vizsgálta

A modell:



Az elmélet Pavlov és Jung elméleteire alapul.

Jesse Gordon: 2 személyiség típus

szenzitív

represszív

Az egyet a körny.-ből jövő ingerre hogy viszonyulnak?

szenzitív: kiélezett ingerküszöb vesély esekén

represszív: megpróbálja elhárítani a vesélyt neg. elmeiyelet eltemelésre törek-
senek

A neg. inf.-k kiélezésre törekednek, a
neg. inf.-kat felnagyítja.

Rotter - a viselkedést a körny.-i történelmel
határozza meg

- a külsővilághoz kialakul egy attitű-
dünk / mennyire vagyok kompetens a
köny. történelmének megvalósításá-
ban? /

belsőkontrollas
attitűd

• a külsővilág dolgait
valósítani tudom

- kompetens, öndáló
- pozitív elnekep
- siberorientált
- facilitáló
szorongás
(optimális
szint) re képes/

külsőkontrollas
attitűd

- mindig más
mondja meg, mit
kell tenni

- inkompetens,
- bizonytalan
- ambivalens (ellent-
mondóss) elnekep
- kudarcénielő
- kudarcorientált
- debilizáló szoran-
gás / gyengébb szint-
re képes/

Freud pszichoanalitikus elmélete
Erikson pszichoszociális elmélete

1. Freud: - A 20. sz. egyik legnagyobb pszichológusa
- elméletét nevezhetjük tudat-elméletnek

tudatos tart.
(emlékek, emlények, gondolatok, érzések)

tudatalan tart.
(tudat számára nem hozzáférhető → elfelejtett traumák gyűjtőhelye)

A kettő határan: tudatelőtes tart.

(A tudatból megpróbáljuk „kihozni”, de még nem került át a tudatalanba.)

- Betűt különöztet meg:
- ID (örstön) en: beérőzt, ve-lünk született vágyak, késztelések, a szem. energiaforma, hajtóereje a libido (sex. energia), életörstön (ön-és fajfenntartó örstön), halálörstön
 - EGO (rédliis en): realitás elvén működik, megpróbálja a kord-tozni az ID szerepét, egyensúlyt próbál hozni, el-vedő mecha-nizmus

EN ↔ ID
szorongás

- SZUPEREGO (felettes én) :- mondalis irányítást felelős

A SZUPEREGO és ID között az EGO közvetít. Ezek között meg kell teremteni az egyensúlyt.

Szorongástípusok:

- reális sz.: Az EGO-hoz kapcsolódik.
(pl.: nehéz vizsga)



(élethelyzethez kapcsolódik)

- neurotikus sz.: Ha az EGO-nak van olyan féltelme, hogy nem tud uralkodni az ID-n.
- mondalis sz.: Attól szorongunk, hogy megsegjünk a felettes én parancsait. Ekkor büntudatot, lelkiismeretet érzünk.

En-velő mechanizmusok:

- racionalizálás: racionális észlelések a szorongások feloldására
- elfojtás: az általunk megélt traumákat nem tudjuk feldolgozni és megpróbáljuk elfelejteni → tudat talamba kerül
- regresszió (fejlődési visszaesés): az élet korábbi elvált viselkedés nem megfelelő (felhőt → hisztérikusan toporzékol) (szobatiszta gyerek → bepisilés lesz, vmi trauma miatt)
- meg nem történte tevéis: alacsonyrendű elhárító mechanizmus ("ha nem látom, nem is történt meg")

- bevetítés (projekció): vannak olyan val-
gyaim, törekvéseim
amiket nem tudok
elfogadni és be-
vettem másra
- reakcióképzés: egy adott viselkedésre egy
erőteljes, ellentétes visel-
kedéssel reagálok
(bódások önmegtartás →
megszelgyentés → serdülő-
korban nagyon szelgyentős)
- Sublimáció v. elaboráció: a bennünk
lévő feszültségek hogy "oldjuk" meg,
hogy kibújuk magunkból, festünk...
(külsőre tesszük)

2. Erikson : - pszichoszociális elmélet
(epigenetikus elmélet)
fejlődési rendszerre épülő
elm.
- szül.-től haláláig van a
a fejlődést
↓
8 fejl. szakasz
minden fejl. sz.-nak van
egy normatív válsága, amit
meg kell oldani, mert ha
ez csorbát szenved, nem
megfelelő a fejlődés
 - 1. év : bizalom megszerzése
φ bizalom → bizalmat-
lanság
 - 2-3. év : autonómia ↔ szégyen
(vagy beltely megelégedés
→ öntelenség: pl.: szabatsza-
ság)

3-6. év: kezdeményezés \leftrightarrow büntetés

↓
első önállóulds:
kísérletek
kezelés

6-10. év: teljesítmény \leftrightarrow kisebbségi

~~10~~ Serdülőkor: a legfontosabb szakasz
identitás \leftrightarrow szerepdiffúzió
(nemiség...) (bizonytalanság)
(társ. szerep)

Ifjúkor (18-25/27): pszich. szinten ama
legyűnt lépések, hogy
kapcsolatokat létesítsünk
(párkapcs., intimitás)

Intimitás \leftrightarrow izoláció
(elszigetelődés)

Felnőttkor (25/27-55): Alkoholizáció \leftrightarrow stagnálás

↓
szem. el-
szűkülés
se

Jelöskor: integritás \leftrightarrow beteljesítés

↓
megéri,
sikeres volt az
élete

Humanisztikus (fenomenológiai) irányzat

- emberközpontúságra épül
- azt hangsúlyozza, hogy az ember képes az önmegvalósításra
- az embert egészében vizsgálja
- az emberi élet fontosabb célja a teljes értékű élet elérése, az önmegvalósítás elérése
- erőteljesen épít az egyén által átélt élményekre (saját életünk értelmezése)
- képviselői: Rogers, Maslow, Gordon

Rogers munkássága:

- az irányzat egyik megalkotója
- 1902-ben született, '87-ig alkotott
- az ember rendelkezik egy veleszületett fejlődési tendenciával
- központi kérdése: én-fogalom v. self-fog.

Az "én" meghatározza a külvilág észlelé-
set, szabályozza az egyén viselkedését.

Ha az "én" megítélésében és a valóság,
között nagy az eltérés, akkor az egyén
szorongami kezd.

Az "én" és az "énideje" kapcsolata: legyen
a kető között egy közepes, optimális távolság
Ha túl közel van, az ember nem érvé válik,
ha túlságosan távol van, akkor már meg-
sem kísérelheti célját elérni.

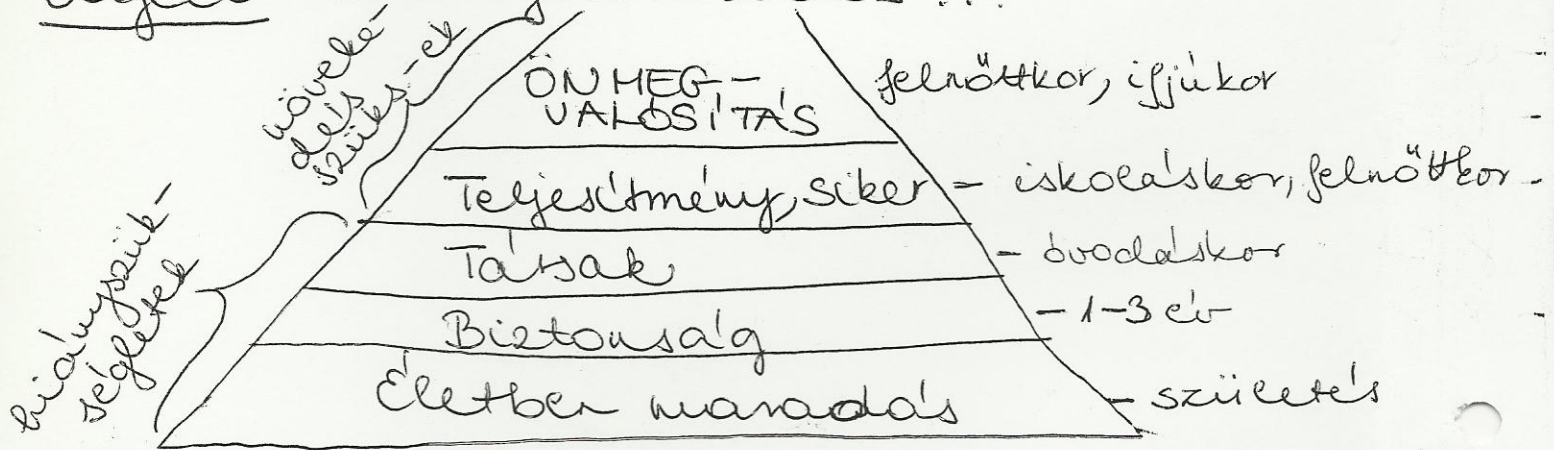
Tendepiaja: nondirektív
 közvetítő: empatia (beleérző képesség)
 rá kell vezetni problémájára megoldására
 ↓
 belső lelki fejlődés
 ↓
 viselkedésszerű változás

Maslow munkássága:

- motívációs elméletek közé soroljuk
- az emberi szükségletek egymásra épülve működnek

bizonyos alapszükségletek biológiai jellegűek, a többi a fejlődés során bontakozik ki

végső: önmegvalósítás!!!



Mindenegyik szint kielégítésének feltétele az alatta lévő szükséglet kielégítése.

Gordon munkássága:

- az embert meg kell tanítani a kapcsolatok kialakítására, a problémák megoldására.