



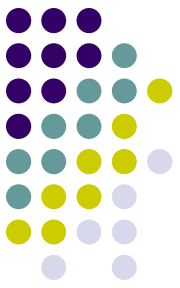
Τι είναι θεωρία;

- Σύστημα προτάσεων που συνάγονται από έναν μικρό αριθμό αρχών με στόχο να κατατάξουν τους πειραματικούς νόμους και να τους συμπυκνώσουν κατά τρόπο οικονομικό.
- απλότητα
- πληρότητα
- ακρίβεια



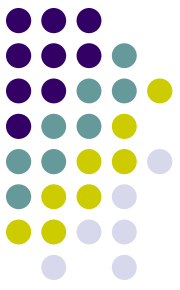
Αξία θεωριών

- Οργανώνουν τη γνώση και την πληροφόρηση κατά τρόπο κατανοητό
- Αναπτύσσουν κανόνες για την ερμηνεία, την πρόβλεψη και την καθοδήγηση της συμπεριφοράς



Μια θεωρία αποτελείται από:

- **Αξιώματα:** δέχονται ως δεδομένα κάποια στοιχεία μέσω παρατήρησης και εμπειρίας.
- **Ορισμούς** των εννοιών της.
- **Υποθέσεις:** προβλέψεις για τα αποτελέσματα της έρευνας αν η θεωρία είναι έγκυρη.



Αξιώματα

- Δέχεται ορισμένα πράγματα ως δεδομένα μέσα στο χώρο με τον οποίο πρόκειται να ασχοληθεί. Αποτέλεσμα παρατήρησης και εμπειρίας.
- Τα αξιώματα μπορεί να είναι πολύ γενικά ή πολύ συγκεκριμένα, ανάλογα με τη θεωρία. Όσο πιο συγκεκριμένα είναι τόσο ευκολότερη γίνεται η έρευνα για την απόδειξη τους.



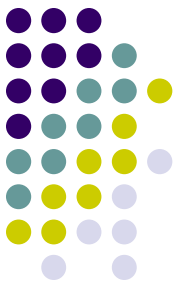
Ορισμοί

- Ορίζουν τις έννοιες της θεωρίας και τις συνδέουν με παρατηρήσιμα δεδομένα.
- Μια θεωρία αποκτά αξία όταν οι έννοιες της μπορούν να μελετηθούν και να αποδειχθούν εμπειρικά, συμβάλλοντας έτσι στην πρόοδο της γνώσης.



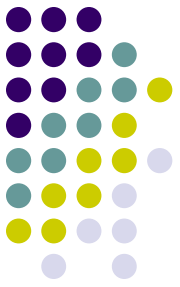
Υποθέσεις

- Ικανότητα πρόβλεψης νέων γεγονότων ή σχέσεων τα οποία να επαληθεύονται από την εμπειρική μελέτη.



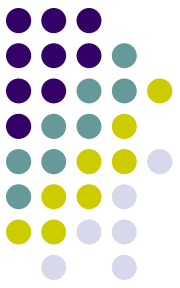
- Η αξία και η χρησιμότητα μιας θεωρίας αυξάνεται περισσότερο όσο πιο καλά μπορεί να συνδέει και να οργανώνει λογικά τις ήδη υπάρχουσες γνώσεις και όσο ορθότερα μπορεί να προβλέψει νέα γεγονότα ή σχέσεις που θα συμβάλλουν στην προώθηση της γνώσης.

Κριτήρια αξιολόγησης μιας επιστημονικής θεωρίας



- Περιεκτικότητα
- Ακρίβεια και Διαύγεια
- Λιτότητα
- Εμπειρική Εγκυρότητα (*έρευνες που επιβεβαιώνουν τις υποθέσεις της*)
- Σπουδαιότητα (*Σχετίζεται με τη ζωή*)
- Εφαρμοσμένη αξία (*οδηγεί σε νέες προσεγγίσεις επίλυσης προβλημάτων*)

Θεωρίες Συμβουλευτικής Ψυχολογίας



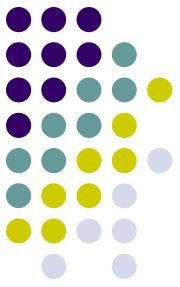
- Πολλές θεωρίες και πολλά φιλοσοφικά ρεύματα, επηρέασαν την εξέλιξή της.
- Οι θεωρίες, που την επηρέασαν, μπορούν να ομαδοποιηθούν σε δύο μεγάλες ενότητες:
 - (α) τις θεωρίες της *προσωπικότητας*, της *συμβουλευτικής* και της *ψυχοθεραπείας*, και
 - (β) τις θεωρίες της *ψυχολογίας της εργασίας*, της *επαγγελματικής επιλογής* και της *επαγγελματικής εξέλιξης*.

Θεωρίες Συμβουλευτικής Ψυχολογίας



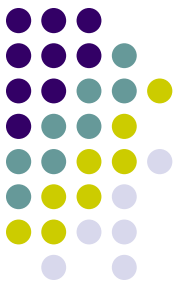
- Οι θεωρίες της συμβουλευτικής ψυχολογίας μελετούν, ερμηνεύουν και προβλέπουν την ανθρώπινη συμπεριφορά σε διάφορες περιστάσεις.
- Περιλαμβάνουν αξιώματα σχετικά με την ανθρώπινη συμπεριφορά καθώς και εμπειρικούς ορισμούς των διάφορων εννοιών που εμπεριέχουν.

Θεωρίες Συμβουλευτικής Ψυχολογίας



- Το ενδιαφέρον τους επικεντρώνεται ιδιαίτερα στην προσωπικότητα και τη συμπεριφορά του ανθρώπου.
- Στόχος τους είναι η αλλαγή της συμπεριφοράς.
- Διαφοροποιούνται μεταξύ τους ως προς τη φύση και το μέγεθος της αλλαγής της συμπεριφοράς στην οποία αποβλέπουν.

Ομαδοποίηση θεωριών συμβουλευτικής ψυχολογίας



- Η ομαδοποίηση γίνεται με βάση τα κοινά χαρακτηριστικά γνωρίσματα αλλά και τα σημεία στα οποία διαφωνούν.
- Patterson (1966) Λογικές - συναισθηματικές προσεγγίσεις.
- London (1964) Δράση - ενόραση.
- Άλλη διχοτόμηση: Συμπεριφοριστικές και ανθρωπιστικές-υπαρξιακές.

Ομαδοποίηση με βάση τις 4 βασικές κατευθύνσεις της συμβουλευτικής



- Ψυχαναλυτική-ψυχοδυναμική
- Ανθρωπιστική-υπαρξιακή
- Γνωστική-συμπεριφοριστική
- Συστημική-οικογενειακή

Ψυχαναλυτικές-ψυχοδυναμικές



- Ψυχαναλυτική θεωρία – Sigmund Freud
- Ψυχολογία του Εγώ –Erik Erikson
- Ατομική Ψυχολογία – Alfred Adler

Ανθρωπιστικές-υπαρξιακές



- Προσωπο-κεντρική -Carl Rogers
- Υπαρξιακή-λογοθεραπεία – Victor Frankl
- Συνδιαλλακτική ανάλυση – Eric Berne
- Μορφολογική θεραπεία – Fritz Perls

Γνωστικές-συμπεριφοριστικές



- Λογικο-θυμική –Albert Ellis
- Γνωστική-συμπεριφοριστική –Aaron Beck
- Συμπεριφοριστική
- Θεωρία της ενίσχυσης και της ψυχαναλυτικής θεωρίας – Dollard & Miller
- Θεωρία πραγματικότητας - William Glasser

Συστημικές-οικογενειακές



- Δομική θεραπεία της οικογένειας- Σχολή Palo Alto του Salvador Minuchin
- Επικοινωνιακή συστημική θεραπεία – Virginia Satir
- Συμβολική βιωματική οικογενειακή θεραπεία – Carl Whitaker
- Αφηγηματική θεραπεία – Michael White
- Συστημική σχολή οικογενειακής θεραπείας του Μιλάνου