**ΙΕΠ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ-ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ**

**3.3 Η έννοια της αυτοπραγμάτωσης**

**3.4 ΟΙ ΕΝΝΟΙΕΣ ΤΗΣ ΑΝΤΙΛΗΨΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΥΤΟΑΝΤΙΛΗΨΗΣ**

**3.5 Οι έννοιες της αυτογνωσίας και της αυτοκριτικής**

Θέμα #18892-**Θέμα 2ο**

2.1 Πολλοί άνθρωποι θυσιάζουν τη ζωή τους σε αξίες που θεωρούνται από το Maslow ουσιώδεις για την ανθρώπινη ύπαρξη.

α) Με βάση την αρχή αυτή, τι ονομάζουμε μετα-ανάγκες. (μονάδες 9)

β) Τι γνωρίζετε για τις μέγιστες εμπειρίες που μπορούν να οδηγήσουν στην αυτοπραγμάτωση του ατόμου; (μονάδες 8)

γ) Πώς σχετίζεται η άμυνα του ατόμου με την αυτοπραγμάτωση; (μονάδες 8).

**Ενδεικτικές Απαντήσεις**

2.1 α) Για ένα άτομο που πιστεύει σε αξίες που θεωρούνται από τον Maslow ουσιώδεις για την ανθρώπινη ύπαρξη και οι οποίες διαδραματίζουν ουσιαστικό ρόλο για την επίτευξη της αυτό-πραγμάτωσης, για το άτομο που τις κατέχει φέρονται ως ανάγκες, είναι δηλαδή μετα ανάγκες. Είναι ζωτικής σημασίας ανάγκες, οι οποίες όμως δεν αναγνωρίζονται ως ανάγκες από όλους, γιατί πολλοί δεν κατανοούν την έλλειψή τους. Είναι άνθρωποι που δεν κατανοούν τη σημασία που έχουν οι ανθρώπινες αξίες για τη ζωή τους.

β) Οι μέγιστες εμπειρίες αποτελούν παροδικές στιγμές αυτοπραγμάτωσης. Ως μέγιστη εμπειρία ορίζεται μία μικρή στιγμή ευφορίας, ψυχικής ανάτασης. Πρακτικά όλοι μπορούν να έχουν μέγιστες εμπειρίες, αλλά λίγοι μόνο γνωρίζουν πώς θα απολαύσουν τις στιγμές γαλήνης και ευχαρίστησης.

γ) Η άμυνα είναι ένας ψυχικός μηχανισμός ο οποίος προστατεύει το άτομο από τις δυσάρεστες καταστάσεις. Το τελευταίο βήμα προς την αυτοπραγμάτωση σημαίνει τον προσδιορισμό των μηχανισμών άμυνας από το άτομο, το οποίο στη συνέχεια τολμά να τους αποβάλλει.

#### Θέμα #19256-Θέμα 4ο

4.1 Σε ένα αμφιθέατρο του Πανεπιστημίου γίνεται μία ενημέρωση από το ίδιο πρόσωπο. Την πρώτη φορά το πρόσωπο εμφανίζεται με την ιδιότητα του φοιτητή σε μία ομάδα φοιτητών και μετά από ένα χρονικό διάστημα γίνεται η ίδια ενημέρωση από το ίδιο πρόσωπο με την ιδιότητα όμως του επίτιμου καθηγητή Πανεπιστημίου σε άλλη ομάδα φοιτητών. Κατόπιν δίνεται ένα ερωτηματολόγιο για συμπλήρωση από όλους τους φοιτητές και μία από τις ερωτήσεις αφορούσε το υποτιθέμενο ανάστημα των ομιλητών. Το αποτέλεσμα έδειξε ότι όσο ανώτερη ήταν η ιεραρχική θέση του ομιλητή τόσο ψηλότερος φαινόταν στα μάτια των φοιτητών. Αναλύστε αυτό το αποτέλεσμα και αιτιολογήστε την απάντησή σας.

**Ενδεικτικές Απαντήσεις**

4.1 Γνωρίζουμε ότι η αντίληψή μας επηρεάζεται από εξωγενείς παράγοντες, στους οποίους ανήκουν και οι εικόνες που έχουμε για τον κόσμο και μας επιτρέπουν να αφομοιώνουμε μια πληροφορία προερχόμενη από το περιβάλλον μας και να επικοινωνούμε με αυτό. Επίσης, οι εικόνες που έχουμε για τον κόσμο εξελίσσονται ανάλογα με τις ανησυχίες μας και μπορούν να επηρεάσουν την αντίληψή μας για τους άλλους. Στην περίπτωση του αναστήματος του ομιλητή, οι φοιτητές επηρεάστηκαν από τις δύο διαφορετικές ιδιότητες του ίδιου ομιλητή και στην αντίληψή τους όσο ανώτερη ήταν η ιεραρχική θέση του, τόσο ψηλότερος φαινόταν στα μάτια τους.

#### Θέμα #19255- Θέμα 4ο

4.1 α) Αν ακούσουμε αποσπάσματα από κάποιο γνωστό μας τραγούδι στο μυαλό μας έρχεται η μελωδία όλου του κομματιού. Ερμηνεύστε αυτό το φαινόμενο. (μονάδες 10)

β) Δύο φίλοι εκ των οποίων ο ένας ενδιαφέρεται για την κιθάρα και ο άλλος για το πιάνο, πηγαίνουν στο ωδείο. Οι δύο αυτοί φίλοι θα έχουν ίδια αντίληψη του ήχου και της μελωδίας; Αναπτύξτε την απάντησή σας. (μονάδες 15)

**Ενδεικτικές Απαντήσεις**

4.1 α) Εφαρμόζεται ο νόμος της περίφραξης, κλεισίματος (συμπλήρωσης), σύμφωνα με τη ψυχολογία της μορφής. Σύμφωνα με το νόμο αυτό της αντίληψης έχουμε την τάση να αντιλαμβανόμαστε φιγούρες που είναι ελλιπείς ως ένα όλο, συμπληρώνοντάς τις σύμφωνα με μία φιγούρα ήδη γνωστή.

β) Γνωρίζουμε ότι η αντίληψή μας επηρεάζεται από ενδογενείς παράγοντες, στους οποίους ανήκουν και τα ενδιαφέροντά μας. Οι δύο φίλοι έχουν διαφορετικά ενδιαφέροντα, ο ένας για την κιθάρα και ο άλλος για το πιάνο, και έτσι θα εστιάσουν την προσοχή τους σε διαφορετικά σημεία, έχοντας διαφορετική αντίληψη του ήχου και της μελωδίας, όταν ο ένας παίζει κιθάρα και ο άλλος πιάνο.

#### Θέμα #18248- Θέμα 2ο

2.1 Το ρήμα «γνωρίζω» ως αμετάβατο σημαίνει ότι έχουμε γνώση ενός πράγματος, ενώ αν το συνδυάσουμε με τον εαυτό μας σημαίνει ότι ξέρουμε τον εαυτό μας. Με δεδομένη αυτή την αρχή αναπτύξτε τα ακόλουθα: α) Δώστε τον ορισμό της αυτογνωσίας. (μονάδες 5)

β) Η αυτογνωσία είναι μία προϋπόθεση για υγιή ζωή. Αιτιολογήστε την άποψη αυτή. (μονάδες 5)

2.2 Γνωρίζουμε ότι η αποδοχή της εικόνας του εαυτού μας, που οι άλλοι μας αποδίδουν, είναι μία πράξη αυτογνωσίας και αυτοκριτικής. Με βάση αυτή την αρχή απαντήστε στα κάτωθι:

α) Αναπτύξτε την φράση «κρίνω τον εαυτό μου». (μονάδες 7)

β) Δώστε ένα επιγραμματικό ορισμό για τις έννοιες «διακρίνω», «κατακρίνω», «συγκρίνω», «προκρίνω», «εγκρίνω» όταν αναφερόμαστε στον εαυτό μας. (μονάδες 8)

**Ενδεικτικές Απαντήσεις**

2.1 α) Αυτογνωσία είναι η συνεχής ενεργητική και δυναμική εξελισσόμενη προσπάθεια του ατόμου να γνωρίσει τον εαυτό του, όλες τις πτυχές του χαρακτήρα του.

Β) Η αυτογνωσία είναι μία προϋπόθεση για υγιή ζωή, γιατί είναι αυτή που θα επιτρέψει την εσωτερική μας ισορροπία και την ένταξή μας στην ομάδα, θα μας βοηθήσει στην αναζήτηση εργασίας, θα μας οπλίσει στην προσπάθεια μας να συμβαδίσουμε με τη δεδομένη κοινωνική πραγματικότητα. Αυτό μας δείχνει ότι δεν είναι μία προσπάθεια στατική αλλά μία δια βίου και συνεχής διαδικασία. Όσο ζώ μαθαίνω. «Γηράσκω αεί διδασκόμενος».

2.2 α) Η φράση «κρίνω τον εαυτό μου» σημαίνει ότι έχω το θάρρος να θέσω σε αμφισβήτηση κάποιες πράξεις και κάποιες πτυχές της προσωπικότητάς μου. Κρίνω τον εαυτό μου με βάση τις ανάγκες μου και την ιεράρχησή τους, έχοντας σαν στόχο την αυτοπραγμάτωση, με βάση την αυτοαντίληψη, δηλαδή την εικόνα που έχω για τον εαυτό μου και με βάση την εικόνα που έχουν οι άλλοι για τον εαυτό μου.

Β) «διακρίνω» = βλέπω τα χαρακτηριστικά μου, «κατακρίνω» = έχω τη δύναμη να καταλάβω τι δεν πάει καλά, «συγκρίνω» = βλέπω σε σχέση με τους άλλους και σε σχέση με τις επιθυμίες μου σε τι υστερώ και σε τι πλεονεκτώ, «προκρίνω» = θέτω τον εαυτό μου σε μία δοκιμασία έτσι ώστε να μπορέσει να προκριθεί, «εγκρίνω» = παραδέχομαι κάτι ως σωστό, το επιδοκιμάζω.

#### Θέμα #18134- Θέμα 2ο

2.1 Η αντίληψή μας επηρεάζεται από ενδογενείς και εξωγενείς παράγοντες. α) Αναφέρατε ονομαστικά τους ενδογενείς παράγοντες που επηρεάζουν την αντίληψή μας. (μονάδες 5)

β) Αναφέρατε ονομαστικά τους εξωγενείς παράγοντες που επηρεάζουν την αντίληψή μας. (μονάδες 5)

2.2 Συχνά οι αισθήσεις μας μπορούν να μας ξεγελάσουν και να αντιλαμβανόμαστε τον κόσμο σύμφωνα με τις εμπειρίες μας. Με βάση αυτή την αρχή απαντήστε στα ακόλουθα:

α) Τι γνωρίζετε για την ψευδαίσθηση; (μονάδες 7)

β) Δώστε τον ορισμό της αυτοαντίληψης, καθώς και από τι εξαρτάται. (μονάδες 8)

**Ενδεικτικές Απαντήσεις**

2.1 α) Τα ενδιαφέροντα, οι προσδοκίες, τα κίνητρα, τα συναισθήματα.

β) Η αλλαγή του εξωτερικού χώρου, η κίνηση και τα αντικείμενα που κινούνται γύρω μας, το μέγεθος, η ένταση και οι αυξομειώσεις της που γίνονται αντιληπτές και από την ακοή και από την όραση μας και οι εικόνες που έχουμε για τον κόσμο

2.2 α) Οι αισθήσεις μας μπορούν να μας ξεγελάσουν και να αντιλαμβανόμαστε σύμφωνα με τις εμπειρίες μας, δηλαδή ορισμένες φορές μπορεί να έχουμε μία ψευδαίσθηση. Στην έννοια της ψευδαίσθησης εμπεριέχεται η έννοια του λάθους, κάτι που σημαίνει ότι το προϊόν της αντίληψής μας δεν είναι ένα πιστό αντίγραφο της πραγματικότητας.

β) Αυτοαντίληψη είναι ο τρόπος που το άτομο αντιλαμβάνεται τον ίδιο του τον εαυτό. Είναι η εικόνα που έχουμε για εμάς, γινόμαστε δηλαδή αντικείμενο του ίδιου μας του εαυτού. Η αντίληψη που αποκτά ένα άτομο για τον εαυτό του εξαρτάται από το ίδιο το άτομο, δηλαδή την προσωπικότητά του, τις αξίες, στάσεις, συμπεριφορές, προσδοκίες του, κ.λπ., καθώς και από τον τρόπο με τον οποίο το άτομο πιστεύει ότι οι άλλοι το αντιλαμβάνονται.

#### Θέμα #18133- Θέμα 4ο

4.1 Ένας άνθρωπος, ενώ έχει συγκεκριμένες απόψεις και ιδέες για την επίλυση κοινωνικών προβλημάτων, σε κάποια χρονική στιγμή αλλάζει ή τροποποιεί τις απόψεις και τις ιδέες του. Ερμηνεύστε την αλλαγή αυτή και αναπτύξτε την απάντησή σας εν συντομία.

4.2 Ένας μαθητής κάποια στιγμή εκνευρίζεται στο χώρο του σχολείου με έναν επιθετικό συμμαθητή του και θέλει να εκτονώσει τον εκνευρισμό του επίσης με επιθετικό τρόπο απέναντι στο συμμαθητή του. Τυχαία βρίσκεται δίπλα του ένας καθηγητής, ο οποίος κατ΄ επανάληψη τον έχει παινέψει για τον ήρεμο χαρακτήρα του, τόσο στους γονείς του όσο και στους άλλους καθηγητές του σχολείου. Αμέσως αλλάζει την συμπεριφορά του και ηρεμεί. Αιτιολογήστε την αλλαγή αυτή.

**Ενδεικτικές Απαντήσεις**

4.1 Η προσαρμοστικότητά μας στις απαιτήσεις της κοινωνικής πραγματικότητας είναι προϋπόθεση της επιβίωσής μας. Με την αυτοαντίληψη οδηγούμαστε σε μία διαδικασία αλλαγής προτύπων, στάσεων, ιδεών, «νομιμοποιημένων» και «επικυρωμένων» από το εκάστοτε κοινωνικό μας περιβάλλον. Με την αυτοαντίληψη σταματούμε πλέον να είμαστε μιμητές καταστάσεων και γινόμαστε περισσότερο ενεργητικοί αναζητώντας νέα πρότυπα, λογικά κίνητρα και νέες καταστάσεις. Με την αυτοαντίληψη αναζητούμε το «Ιδεώδες του Εγώ» (το πρότυπο με το οποίο προσπαθούμε να συμμορφωθούμε), μαθαίνουμε να

4.2 Πολλές φορές η συμπεριφορά μας καθοδηγείται ή αναστέλλεται από την εικόνα που επιθυμούμε ή που γνωρίζουμε ότι ο άλλος έχει για τον εαυτό μας. Αυτό σημαίνει τη διακαή επιθυμία του εαυτού μας να κερδίζει την αγάπη και το σεβασμό των άλλων, κατακτώντας έτσι τον αυτοσεβασμό.συνδιαλεγόμαστε και διαμορφώνουμε ένα στυλ ζωής.

#### Θέμα #20591- Θέμα 2ο

2.1 Χωρίς κίνητρο, οποιαδήποτε κοινωνική δραστηριότητα (ατομική ή συλλογική), δεν μπορεί παρά να οδηγήσει σε μηδαμινό αποτέλεσμα. Επομένως, η αξία ενός κινήτρου καθορίζεται από το αποτέλεσμά του. Να αιτιολογήσετε την παραπάνω δήλωση με ένα παράδειγμα.

2.2 Η αντίληψη επηρεάζει τον τρόπο με τον οποίο αισθανόμαστε τον εξωτερικό μας κόσμο, καθώς και τις εντυπώσεις μας για τους συνανθρώπους μας και τη συμπεριφορά τους.

α) Να ορίσετε την έννοια της αντίληψης. (μονάδες 6)

β) Να δώσετε τον ορισμό του ερεθίσματος και μερικά παραδείγματα. (μονάδες 7)

**Ενδεικτικές Απαντήσεις**

2.1 Πράγματι, η αξία ενός κινήτρου καθορίζεται από το αποτέλεσμά του. Για παράδειγμα, σε έναν εργασιακό χώρο, η ικανότητα ενός εργαζομένου αποτελεί μια αναγκαία, όχι όμως και ικανή προϋπόθεση για να είναι αποδοτικός. Η απόδοση αυτού του εργαζομένου εξαρτάται σε πολύ μεγάλο βαθμό από το κίνητρο που του προσφέρει η πραγματοποίηση της εργασίας που του έχει ανατεθεί. Ένα τέτοιο κίνητρο μπορεί να είναι η μισθολογική αύξηση, επιπρόσθετες αμοιβές, bonus, ιεραρχική αναβάθμιση, ανάληψη περισσότερων ευθυνών, κ.ο.κ.

2.2 α) Αντίληψη είναι ο τρόπος με τον οποίο ερμηνεύουμε, κατανοούμε και επεξεργαζόμαστε τις πληροφορίες που δέχονται τα αισθητήρια όργανά μας. Αντιλαμβάνομαι δεν σημαίνει μόνο βλέπω, αλλά πριν από όλα θυμάμαι, συγκρίνω, δέχομαι ή απορρίπτω ερεθίσματα.

β) Το ερέθισμα είναι ένα στοιχείο που βρίσκεται που βρίσκεται εκτός του οργανισμού μας και έχει την ικανότητα να διεγείρει τουλάχιστον ένα αισθητήριο όργανό μας. Μπορούμε να μιλήσουμε για ερεθισμό οπτικό, ακουστικό, οσφρητικό, θερμικό, γευστικό κτλ.