

ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΟΣ Ή ΨΥΧΙΚΟΣ ΧΡΟΝΟΣ

- ❖ Ομάδα: *Psycho Team*
- ❖ Μαθητές: *Κατσαϊτης Νικόλαος, Κόρα Ιωάννα, Μιχαλοπούλου Ιωάννα, Σχοινοχωρίτη Αναστασία*
- ❖ Υπεύθυνη Καθηγήτρια: *κ. Γλέζου Κατερίνα*
- ❖ Α' Τετράμηνο - Σχολικό Έτος 2013-2014

Εισαγωγή

◉ Χρόνος ;

- Επιστήμονες
- Φιλόσοφοι

- Ο χρόνος ρέει προς τα εμπρός. Παρόν; Παρελθόν; Μέλλον;
- Πώς νιώθουμε το πέρασμα του χρόνου;
- Αποτύπωση ψυχολογίας της χρονικής στιγμής στη μνήμη

 Ψυχολογική
αίσθηση της
μνήμης

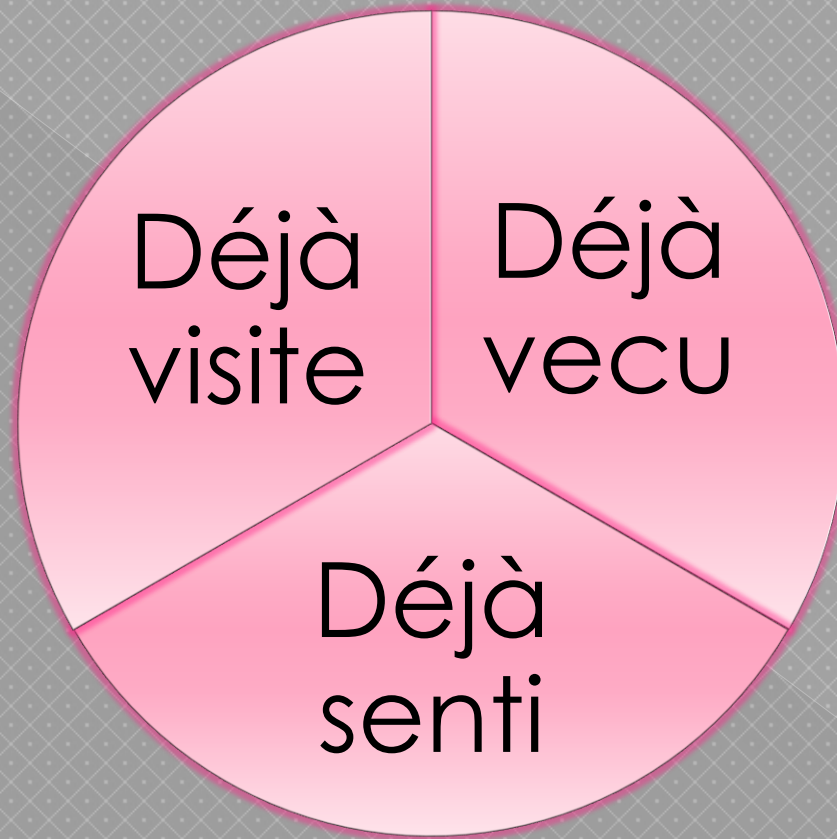
Déjà Vu

- ◉ Μυστηριώδες αίσθημα
- ◉ Αίσθηση πως έχουμε ξαναζήσει μια κατάσταση.
- ◉ Οικειότητα, παραδοξότητα
- ◉ Αποδίδεται σε όνειρο.
- ◉ Πολλοί το έχουν βιώσει.
- ◉ Ο Arthur Funkhouser ορίζει τρία είδη.



Ποια ;;;

Είδη Déjà Vu



Διαφορές:::

Déjà Vecu

- ◉ Είναι «Αυτό που έχω ξαναζήσει».
Λάθος η ταύτιση με Déjà vu
- ◉ Πολύ περισσότερο από απλά οπτικά ερεθίσματα
- ◉ Περισσότερη λεπτομέρεια και πληροφορίες
- ◉ Δεν είναι απλά ότι «αυτό το έχω ξαναδει», αλλά «αυτό το έχω ξαναζήσει».

Déjà Senti

- Ανθρώπινο συναίσθημα
- «Αυτό που έχω ξαναβιώσει»
- Εμπεριέχει την υποψία πρόγνωσης.
- Συχνότερα: Επιληπτικοί ασθενείς

Déjà Visite

- Παράδοξη αίσθηση ότι γνωρίζουμε ένα μέρος που δεν έχουμε επισκεφτεί ποτέ.
- Εύκολη περιήγηση σε πόλεις (ανεξήγητο φαινόμενο)

Εξήγηση Φαινομένου

1. Ψυχολογική – Νευροφυσιολογική σκοπιά

Ανωμαλία μνήμης

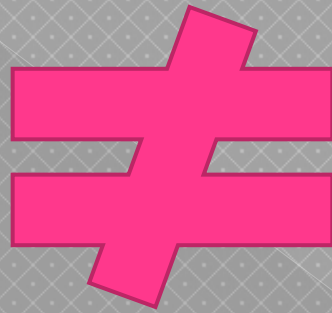


Σφάλμα Εγκεφάλου



Σημείο στον
ιππόκαμπο εγκεφάλου

2. Καθυστέρηση οπτικού νεύρου



Απορρίφθηκε! Οι τυφλοί έχουν ανάλογες εμπειρίες!

3. Συνδεδεμένο με διαταραχές:




Νευρολογική διαταραχή εγκεφάλου :
Ηλεκτρικά φορτία εγκεφάλου

Ψυχολογική αίσθηση του χρόνου σε σχέση με την ηλικία

- Πάροδος χρόνου  Κλωνισμός ψυχικής ηρεμίας

«Το 70% γυναικών παρατηρούν αλλαγές στον εαυτό τους και οδηγούνται σε κατάθλιψη.»

«Όσοι πάσχουν από κατάθλιψη, ζουν 4-6 χρόνια λιγότερα.»

- ◉ Μέτρηση «τελομερών»: δείκτες βάσει των οποίων μετράται η γήρανση των κυττάρων.
- ◉ Όσο φθείρεται η πρωτεΐνη και όσο διαιρείται το κύτταρο που τα περιβάλλει, κονταίνουν, γίνονται πιο αδύναμα.
- ◉ Η ψυχολογική καταπόνηση  φθοροποιό επίδραση στο ανθρώπινο σώμα

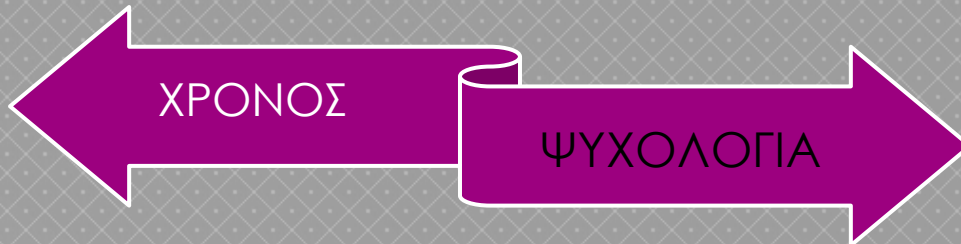
Ο χρόνος για τα παιδιά και τους γονείς

- Γονείς: βασικός φορέας κοινωνικοποίησης



Συμβουλές

- Εντάξτε τον κοινό σας χρόνο στην καθημερινή σας ρουτίνα.
- Περάστε ώρα μόνοι οι δυο σας.
- Δημιουργήστε «αόρατο» χρόνο.
- Αναθεωρήστε τις προτεραιότητές σας.



Συμπεράσματα

- Προμνησία ή Déjà vu: το παράδοξο συναίσθημα πως κάτι έχει ξανα συμβεί.
- 3 είδη: Déjà vecu, Déjà senti, Déjà visite
- Φαινόμενο που έχει ερμηνευτεί από διαφορετικές σκοπιές.
- Το πέραςμα του χρόνου επηρεάζει την ψυχολογία.
- Συναισθήματα όπως η κατάθλιψη οδηγούν σε πρόωρη γήρανση - φθορά τελομερών DNA.
- Αφιέρωση ποιοτικού και ποσοτικού χρόνου των γονέων στα παιδιά - απαραίτητος για ψυχική και οικογενειακή γαλήνη.

Βιβλιογραφία

- 1. Βικιπαίδεια, 2013, Προμνησία, <http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A0%CF%81%CE%BF%CE%BC%CE%BD%CE%B7%CF%83%CE%AF%CE%B1>
- 2. Τριγκα Μ., Προμνησία (Déjà vu), <http://www.womland.com/deja-vu/>
- 3. Dupont Sophie, La psychologie des enfants, 2007

Ευχαριστούμε για το
χρόνο σας!

