

SEJARAH ALIRAN PSIKOLOGI

Psikologi Kontemporer



Cognitive Psychology

Positive Psychology

Cross Cultural Psychology

Indigenous Psychology

Transpersonal Psychology

PSIKOLOGI KOGNITIF

- Gerakan yang menentang dan mengkritik Psikologi Behaviorisme
- Topik-topik yang dipelajari:
Kesadaran, penalaran, atensi, persepsi, memori, belajar, bahasa, kecerdasan, decision making, problem solving, dll.
- **2 Faktor yang mempengaruhi terbentuknya Psikologi Kognitif:**
 1. Faktor Internal (Ebbinghause, Tolman, Piaget)
 2. Faktor Eksternal (teknologi informasi dan komputer)

3 hal yang membedakan Kognitif dengan Behaviorisme:

1. Concern proses mental/berpikir yang mempengaruhi tingkah laku.
2. Kognitif berusaha menjelaskan bagaimana pikiran mengorganisir dan menstrukturkan pengalaman.
3. Manusia bukan pasif, melainkan aktif dan kreatif untuk merekayasa lingkungan.

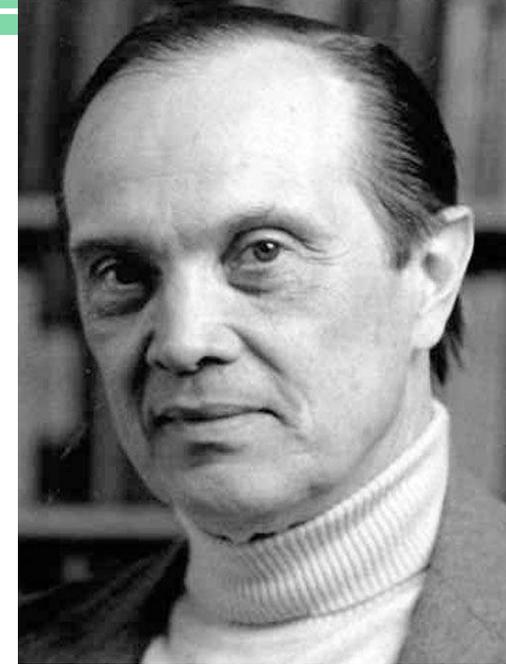
Tokoh Psikologi Kognitif

George A. Miller

- Tertarik meneliti tentang speech dan hearing
- Menemukan konsep short term memory (7 informasi)

Leon Festinger

- Menemukan Social Comparison Theory (SCT)
 - Manusia memiliki dorongan untuk menilai dirinya
 - Manusia membandingkan kemampuannya dengan orang lain
 - Tidak membandingkan dengan kemampuan yang lebih tinggi.
 - upward VS downward
- Menemukan Cognitive Dissonance Theory (SDT)
 - mengubah pendapat, informasi dan persepsi



PSIKOLOGI POSITIF

- Pada awal berdirinya Psikologi meliputi 3 tujuan:
 1. Penyembuhan penyakit mental
 2. Identifikasi/klasifikasi → tes psikologi
 3. Produktivitas hidup manusia
- Pasca PD II, Psikologi → 50% potensi keseluruhan manusia.

- Berdiri sekitar 1990an
- Penekanan pada aspek-aspek negatif dari manusia mengakibatkan psikologi “buta” terhadap banyaknya contoh-contoh pertumbuhan, penguasaan, dorongan dan insight yang tumbuh dari kejadian-kejadian yang tidak diinginkan dan menyakitkan dalam kehidupan.
- Seligman membujuk para ahli psikologi untuk mengembangkan konsepsi yang lebih positif mengenai manusia dan potensi-potensi kemanusiawiaannya.

Positive Psychology

- Agar manusia memiliki kehidupan yang baik, menyenangkan, bermakna, sejahtera ketika menghadapi tantangan.
- Untuk mengidentifikasi dan meningkatkan kekuatan dan keutamaan manusia sehingga membuat kehidupannya berharga, bermakna dan memungkinkan individu dan masyarakat untuk lebih maju.

Tokoh Positive Psychology

Martin E. Seligman

- Pendiri Positive Psychology
- Mengembangkan 6 keutamaan (virtue) di Positive Psychology:
 1. Wisdom and knowledge
 2. Temperance
 3. Justice
 4. Courage
 5. Humanity
 6. Transcendence



Topik-topik yang biasa dibahas dan diteliti pada psikologi positif sebagai berikut:

Well-being, happiness, love and life satisfaction, leisure, performance puncak dari manusia, virtue, hope, optimisme, harapan, flow, goal-setting untuk hidup dan kebahagiaan, work life balance, psikologi positif dalam pekerjaan.

Thank you..

