

روانشناسی عمومی

از سری کتاب‌های جامع روان‌آموز (درس نامه + تست) ۸۰ درصد تطابق با کنکور سال گذشته 

منطبق بر محتوای کلاس‌های جامع روان‌آموز 

شامل تست‌های کنکور سال‌های اخیر 

سه مرحله آزمون جامع کشوری رایگان 

بروزرسانی دائمی در طول سال تحصیلی ۱۴۰۳ 

مقدمه مؤلف

روانشناسی عمومی پایه‌ای‌ترین درس برای دانشجویان روانشناسی و از دروس مهم کنکور کارشناسی ارشد روانشناسی است. کتاب حاضر تمام مطالب مهم کتاب زمینه روانشناسی هیلگارد به همراه نکات مهم کتاب روانشناسی عمومی گنجی و روانشناسی عمومی سانتراک را پوشش می‌دهد و به خوبی شما را برای پاسخ‌دهی به سؤالات درس روانشناسی عمومی در کنکور کارشناسی ارشد آماده می‌کند. این کتاب به‌شکلی تألیف شده است که برای همه افراد، چه دانشجویان روانشناسی و چه تغییر رشته‌ای‌ها، قابل فهم باشد؛ به‌طوری‌که حتی اگر زمان کافی برای مطالعه منبع اصلی را ندارید، کتاب به‌تنهایی نیز منبع جامع و روانی برای شماست. یکی از ویژگی‌های برجسته کتاب روانشناسی عمومی روان‌آموز این است که در پایان هر فصل، خلاصه‌ای از نکات مهم فصل آورده شده تا داوطلبان بتوانند در زمانی کوتاه، نکات مهم فصل را مرور کنند، این خلاصه‌ها به‌ویژه برای دوران جمع‌بندی بسیار کاربردی خواهند بود. علاوه بر این در پایان هر فصل سؤالات طبقه‌بندی شده کنکور کارشناسی ارشد با پاسخ تشریحی قرار گرفته است که به شما در سنجش و ارزیابی خود کمک بسیاری می‌کند. مجموعه روانشناسی عمومی روان‌آموز برای کسانی که قصد شرکت در گرایش‌های عمومی، تربیتی، کودکان استثنایی، روانسنجی، شخصیت، اجتماعی و ... را دارند و همچنین برای داوطلبان گرایش بالینی که می‌خواهند شانس خود را در گرایش عمومی نیز امتحان کنند، مفید است. امیدواریم مطالعه صحیح و دقیق این کتاب، به شما در کسب نتایج مورد نظرتان یاری بخشد.

زینب قاسمی، بهار و تابستان ۱۴۰۳

علم هم برای خودش سلسله مراتبی دارد؛ مثلاً اولین سطح علم، چارچوب‌های ثابت‌اند؛ مثل پل‌ها و ساختمان‌ها که مطالعه آن کار مهندسان عمران است. در سطح دوم به ساعت‌واره‌ها می‌رسیم، مثل ساعت و موتور خودرو که بر خلاف سطح قبل، حرکت هم می‌کنند. مهندسی مکانیک این موارد را بررسی می‌کند. در سطح سوم، دستگاه‌های برنامه‌پذیر قرار می‌گیرند؛ مثل ترموستات که علاوه بر حرکت کردن، می‌شود به آن برنامه داد. برنامه‌نویسی کامپیوتر و علم مهندسی کنترل، در این سطح است. سطح بعدی سلول است؛ تک‌یاخته زنده‌ای که مستقلاً می‌تواند تولید مثل کند و با محیط ارتباط برقرار کند. دنیایی خیلی پیچیده‌تر از دنیای مهندسی! رشته‌های زیست‌شناسی و ژنتیک در این سطح از علم فعالیت می‌کنند. سطح بعدی گیاه و اندام‌هاست؛ مجموعه‌ای از سلول‌ها که باهم تقسیم وظیفه می‌کنند و هرکدام کاری را به عهده می‌گیرند. رشته‌های پزشکی و گیاه‌شناسی در این سطح مشغولند. سطح بعدی حیوانات هستند و از اینجا آگاهی آغاز می‌شود؛ جاندارانی که آموزش‌پذیرند و از تجربه‌های قبلی خود درس می‌گیرند. روانشناسان رفتارگرا و کسانی که حیوانات را آموزش می‌دهند، در این سطح فعالیت می‌کنند. سطح بعدی فهم و تحلیل هیجانات و رفتار انسان خودآگاه است که به لحاظ پیچیدگی فراتر از تمام علوم پزشکی و مهندسی است و در بالاترین سطوح علم قرار می‌گیرد. جایی که شما با شگفتی‌های ذهن انسان روبه‌رو می‌شوید و مسائلی را حل می‌کنید که علوم پزشکی و مهندسی، نه تنها نمی‌توانند راه‌حلی برایشان ارائه دهند، بلکه حتی ابزاری برای پیدا کردن مسئله ندارند. اینجا آغاز دنیای روانشناسی است. خوشحالیم که در رویای بزرگ اکتشاف این سرزمین شگفت‌انگیز، قدم به قدم همراه شما هستیم!

روایت از زندگی کن!

مشاوره بروکا

در کنار منبعی قابل اطمینان برای دریافت پاسخ‌های فوری، اهمیت برخورداری از راهنمایی‌های عمیق یک مشاور دلسوز، چیزی نیست که بشود آن را نادیده گرفت. همراهی که برای هر روز از مسیر پیش‌رویتان نقشه‌ای تسهیل‌کننده ترسیم کند و از پستی و بلندی‌های مسیر، به سان فرصتی برای تقویت مهارت‌های شما بهره‌گیرد. روان‌آموز برای ایجاد پلی بین داوطلبان کنکور کارشناسی‌ارشد روانشناسی با مشاوران تحصیلی متخصص در حوزه تحصیلات تکمیلی، پلتفرم بروکا را ایجاد کرده است. با استفاده از این سرویس، شما و هر داوطلب دیگری پس از مشاهده رزومه تحصیلی مشاورین بروکا، به سادگی قادرید مشاور مورد نظر خود را انتخاب کرده و به کمک او به تمام سؤالات و دغدغه‌هایی که در مسیر کنکور با آن‌ها مواجه شده‌اید، بپردازید. طرح مشاوره بروکا با ایجاد یک چرخه توانمندسازی و تبدیل داوطلب کنکور به مشاور کنکور، یکی از بزرگترین دست‌آوردهای ما در مجموعه روان‌آموز است. از آنجایی که اغلب مشاورین بروکا از رتبه‌برترهای کنکورهای سال‌های گذشته بوده‌اند، با تمام مسائل موجود در مسیر کنکور ارشد و دکتری آشنایی داشته و در نتیجه داوطلبین، پاسخ تمامی سؤالات خود اعم از انتخاب گرایش مورد علاقه، انتخاب مهم‌ترین منابع، روش مطالعه مخصوص هر درس، تکنیک‌های تست‌زنی، ظرفیت‌های پذیرش و ... را از مشاور خود دریافت می‌کنند و با قدم‌های محکم‌تر و مطمئن‌تری مسیر موفقیت خود را پی‌ریزی کرده و مشابه سالیان گذشته حامل برترین رتبه‌های کنکور خواهند بود.

شاید برای شما هم اتفاق افتاده باشد که وقتی برای اولین بار در مسیر جدیدی قدم گذاشته‌اید، ابهام زیاد و ترس از اشتباه کردن، موجب افول از سرعت و کیفیت مطلوبتان شده باشد یا با انتخاب‌های ناآگاهانه یا به بیراهه گذاشته باشید. اصلاً یک وقت‌هایی کار به جایی می‌کشد که باید یک نفر باشد تا کاملاً مستدل و حساب‌شده بتواند پاسخ سؤالات دور و دیرتان را به درستی و از سر حوصله بدهد. در همین راستا بود که SOS، یکی از پروژه‌های تخصصی روان‌آموز، طراحی و راه‌اندازی شد. اکنون ۳ سال از اولین اجرای آزمایشی آن می‌گذرد و جز محبوب‌ترین و راهگشاترین خدمات ما در بین مخاطبینمان شناخته می‌شود. وجه برتری طرح SOS نسبت به هر مشاوره دیگری، دسترسی پذیری آبی و لحظه‌ای آن است. شما داوطلبین در هر زمان و هر شرایطی که نیاز به راهنمایی حرفه‌ای در حیطه‌های متنوع کنکور داشته باشید، در کوتاه‌ترین بازه زمانی ممکن، می‌توانید از طریق تماس تلفنی یا پُرکردن فرم مشخصات در سایت روان‌آموز، به مشاورین طرح SOS متصل شوید. این مشاورین با تجارب ارزشمند و آموزش‌های آکادمیک در حیطه کنکور روانشناسی در مقاطع مختلف، آماده ارائه اطلاعات کامل در حوزه‌های متنوعی از جمله انتخاب منابع، روش‌های برنامه‌ریزی، زمان‌بندی و شیوه ثبت‌نام کنکور و ... هستند. شگفتی این طرح در این است که به صورت کاملاً رایگان در حال اجراست. همچنین در پایان هر جلسه ۱۵ دقیقه‌ای، با اعلام میزان رضایت خود از مکالمه، می‌توانید ما را در بهبود روند پاسخ‌دهی، یاری کنید.



کتاب‌های جامع

در مسیر ارتقای دانش آکادمیک، هیچ چیز به اندازه مطالعه مستقیم کتاب‌های مرجع، مؤثر نیست؛ با این حال در سال کنکور اوضاع کمی متفاوت است. شما یا هر داوطلب کنکوری برای مدیریت بهینه زمان و انرژی محدود خود و کسب نتایج مقبول، نیاز به عوامل تسریع‌کننده و تسهیل‌گر دارید. یک نمونه بارز از این عوامل، کتاب‌های جامع کمک‌آموزشی است که با توجه به نیازهای محتوایی شما برای یادگیری عمیق و پاسخ‌دهی به تست‌های کنکور و بر اساس اصلی‌ترین و مهم‌ترین منابع دست‌اول نگاشته شده‌اند. تحلیل کامل سؤالات سال‌های گذشته و کاوش خط فکری طراحان تست‌های کنکور، پایه و اساس اصلی‌ترین و مؤثرترین منابع است. این منابع، دست برنده‌ای هستند که اگر دقیق و کامل به آن‌ها بپردازید، چه داوطلب کنکور ارشد با کارشناسی مرتبط باشید و چه رشته کارشناسی خود را تغییر داده باشید، می‌توانند نسبت به سطح فعلیتان، دانش شما را چندین پله افزایش دهند. همچنین ساختار یکپارچه و قاعده‌مندی آن‌ها در شیوه ارائه محتوا از جمله مجهز بودن به نمودارهای شماتیک ابتدای هر فصل، درس‌نامه‌های مفصل، خلاصه‌های پایان فصل مناسب، پاسخ‌های تشریحی طبقه‌بندی شده، متن روان و پوشش‌دهی بالای سؤالات کنکور اشاره کرد. ما در روان‌آموز به سبب اعتقادمان به اصلاح مداوم و به مدد تیم گسترده تولید، هر سال دست به ویرایش‌های صوری و محتوایی بنیادین در محصولات چاپی و الکترونیکیمان می‌زنیم تا بتوانیم پیوسته و بلاوقفه استانداردهای منطقی و منحصربه‌فردی را در حیطه تخصصمان ارائه دهیم.



کتاب‌های مرجع

روی صحبت ما با شماست؛ شمایی که به نحوی یا به دلیلی این کتاب را در دست دارید. اگر داوطلب کنکور هستید، اگر دانشجوی روانشناسی یا سایر رشته‌های مرتبطید، اگر در این حیطه از تخصص خوبی برخوردارید و یا صرفاً از طرفداران و علاقمندان این علم عمیق هستید، گشت و گذار در میان کتاب‌های مرجع، برایتان خالی از لطف نخواهد بود. این گلزار، معطر به عطر صفحات طیف گسترده‌ای از کتاب‌هایی است که روان‌آموز با هدف ارتقا سطح کیفی دانش شما و تکمیل سبد خریدتان تدارک دیده است. مجموعه‌ای که بدون تردید کتاب‌های نام‌آشنایی مثل هیلگارد و فیرس تا کتاب‌های گمنام‌تری که چه بسا به راحتی قابل دسترسی نیستند را در بر گرفته است. وجود بیش از دو هزار عنوان کتاب مرجع، در کنار کتاب‌های جامع و تألیفی، آن هم با تخفیفاتی بیش از سقف معمول بازار، فروشگاه روان‌آموز را به مرجعی ایده‌آل و قابل اطمینان بدل کرده است؛ به نحوی که به راحتی و بدون نیاز به مراجعه به سایت‌ها و فروشگاه‌های مختلف، در کمترین زمان ممکن می‌توانید پاسخ همه نیازهای خود را در روان‌آموز بیابید. علاوه بر تنوع فوق‌العاده، موجودی مثبت تمام کتاب‌های مرجع در انبار روان‌آموز، بسته‌بندی منحصر به فرد همراه با هدایای کوچک غافل‌گیرکننده، تخفیفات ویژه، ارسال رایگان سفارش‌های بیش از یک میلیون تومان در سریع‌ترین زمان ممکن و برخورداری از خدمات تیم پشتیبانی نیز از دیگر مزایای تهیه کتاب‌های مرجع از فروشگاه روان‌آموز است.

درصد تطابق

می‌دانید که با مطالعه دقیق و کامل کتاب‌های جامع روان‌آموز، می‌توانید در هر درس، درصد بالایی در آزمون کسب کنید. برای تأیید این سخن، روان‌آموز هر سال با ارائه فایل مستندات دقیق، میزان پوشش‌دهی کتاب‌ها را محاسبه و منتشر می‌کند. درصد تطابق کتب روان‌آموز با کنکور کارشناسی ارشد روانشناسی سال ۱۴۰۳ نیز به شرح زیر است:



برای دانلود فایل مستندات، QRcode مقابل را اسکن کنید.

به نظر شما هواپیما چند درصد زمان پرواز را در مسیر از پیش تعیین شده حرکت می‌کند؟ صفر درصد! سیستم خلبان خودکار، در هر ثانیه هزاران بار اختلاف موقعیت فعلی هواپیما را با موقعیتی که باید در آن باشد، محاسبه کرده و دستورهای اصلاحی مورد نیاز را صادر می‌کند. رولف دوبلی در کتاب «هنر خوب زندگی کردن» می‌گوید: اصلاح، یک جزء همیشگی در مسیر زندگی است و رمز بقا و ماندگاری محسوب می‌شود.

ما هم در روان‌آموز هر چند تمام تلاشمان را برای ارائه بی‌عیب و نقص تمام کتاب‌ها انجام می‌دهیم اما معتقدیم، اصلاحات و اضافات را نباید دست‌کم گرفت. علاوه بر اینکه هر ساله پس از برگزار شدن کنکور، اقدام به جمع‌آوری اطلاعات به‌روز در تمامی درس‌ها مطابق با آخرین تغییرات کتاب‌های مرجع و منبع اصلی و شیوه طراحی تست طراحان کنکور می‌کنیم؛ کاری که کمتر مؤسسه‌ای می‌کند، اما باز هم پس از انتشار، این روند را متوقف نمی‌کنیم. مؤلفین و همکاران روان‌آموز همه‌روزه در حال مطالعه و تفحص در باب مباحث علمی و مشاوره‌ای کنکور هستند تا چنانچه محتوا و مطالب جدیدی به دستمان رسید، آن‌ها را با شما نیز به اشتراک بگذاریم. از آن‌جا که ما خود را در قبال داوطلبین و مخاطبینمان متعهد و مسئول می‌دانیم، این پروسه پیچیده و سخت برایمان شیرین و اثربخش است. ما در طول یک سال تحصیلی از این طریق با تمام افرادی که کتاب‌ها را تهیه کرده‌اند در ارتباط خواهیم بود و در صورت لزوم، محتواهای مکمل از جمله مقالات، مطالب علمی جدید و تست‌های مرتبط را در لینک‌های مربوطه بارگذاری خواهیم کرد. لازم به ذکر است استفاده از محتوای مکمل، فقط در همان سال و ویژه داوطلبانی است که کتب چاپ جدید را تهیه کرده‌اند. اطلاع‌رسانی‌ها در مورد انتشار محتوای جدید از طریق کانال‌های روان‌آموز در شبکه‌های اجتماعی انجام خواهد شد.

%۸۵



%۸۵



%۸۵



%۱۰۰



%۸۰



%۹۵



%۹۳,۳



%۹۳,۳



%۹۹,۲



%۸۵





کلاس‌های نکته و تست

ماه‌های آخر، غالباً مهم‌ترین و سرنوشت‌سازترین بازه برای شماست؛ بازه‌ای که نیازمند انتخاب‌ها و تصمیمات صحیح و هوشمندانه است. کلاس‌های نکته و تست این امکان را برایتان فراهم می‌کند تا با سبک و سیاق سؤالات کنکور خو گرفته و با خط مشی طراحان آشنا شوید. در مقابل کلاس‌های جامع که بیشتر متمرکز بر تدریس کامل نکات مهم منابع اصلی هستند و در کنار آن به تست‌ها هم می‌پردازند، کلاس‌های نکته و تست ماهیتشان حل سؤالات کنکور ده پانزده سال اخیر و مرور نکات مهم مطرح‌شده در این تست‌ها است. وجه تمایز مثبت این کلاس‌ها با مطالعه صرف تست‌های کنکور، رفع اشکال با همراهی مدرسان موفق است که به طور کامل به عناوین درسی مربوطه و سؤالات کنکور مسلط بوده و غالباً خود یکی از رتبه‌برترهای سال‌های گذشته بوده‌اند. همچنین این کلاس‌ها مملو از نکات کلیدی و سؤال خیزی است که در حین پاسخ‌گویی به تست‌ها، بازگو می‌شوند و به این ترتیب، این جلسات نه چندان طولانی، بستری مناسب و اثربخش برای جمع‌بندی، مرور و تثبیت مطالب نیز محسوب می‌گردند.



کلاس‌های جامع

یادگیری به طرق مختلفی اتفاق می‌افتد. بعضی اوقات خواندن یک کتاب و گاهی هم دیدن یک کلاس می‌تواند اثرات ژرفی بر ذهن شما بگذارد و تحقق اهدافتان را ملموس‌تر کند. با مشاهده کلاس‌های جامع روان‌آموز، گوش دادن فعال را خواهید آموخت و با همراهی مدرسینی کاربرد با قدرت بیان و سطح سواد بالا، فهم پیچیده‌ترین مطالب برایتان شیرین خواهد شد. کلاس‌های مجازی جامع که در بستر اینترنت و به صورت آنلاین و ضبط شده در استودیو ارائه شده‌است، به مدت یک‌سال قابلیت مشاهده و تکرار نامحدود دارد و با صرفه‌جویی در وقت شما، انتخاب ارزشمندی در دوران کنکور محسوب می‌شوند. در انتهای هر جلسه از این کلاس‌ها، آزمونک‌هایی برگزار می‌شود که هم به تثبیت مطالب کمک کرده و هم ارزیابی مناسبی از میزان فهم و یادگیری‌تان ارائه می‌نماید. پیش از این گفتیم که به روز بودن، از افتخارات روان‌آموز است؛ در همین راستا به‌روزرسانی‌ها و اصلاحاتی که همه ساله در خصوص کلاس‌های جامع ترتیب داده می‌شوند، برای داوطلبانی که قبلاً اقدام به تهیه کلاس‌ها نموده‌اند نیز اعمال می‌گردد.



فلش کارت‌های نارنگی

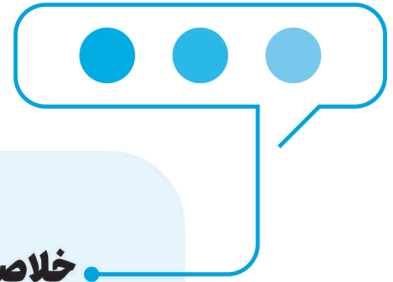
دقیقه‌ها، ارزشمندترین دارایی ما هستند و استفادهٔ بهینه از آن‌ها، رمز موفق شدن در هرکاری است اما همهٔ شما زمان‌های بلااستفاده‌ای دارید که درمسیرهای رفت و آمد، فواصل بین ساعات مطالعاتی، انتظار برای شروع کلاس‌ها و یا حتی در پایان شب و پیش از خواب از دست می‌روند. اینجاست که فلش‌کارت‌های نارنگی در هیبت قهرمان‌هایی کوچک ولی کار راه‌انداز، پا به عرصهٔ میدان گذاشته و شما را از حمل کتاب‌های سنگین و قطور، نجات می‌دهند! فلش‌کارت‌های سؤال و پاسخ کوتاه نارنگی، همیشه همراه شما هستند، فرصت‌هایتان را به بهترین شکل احیا کرده و کمک می‌کنند تا مطالبی را که قبلاً مطالعه کرده‌اید، مرور و ارزیابی کنید. این کارت‌ها برای ایجاد آمادگی در آزمون‌های مختلف سراسری و کلاسی از جمله کنکور و امتحانات دانشگاهی، بسیار مفیدند و مهم‌ترین نکات کتاب‌های مرجع را به صورت دسته‌بندی‌شده، در عناوین درسی مختلف پوشش داده‌اند. اگر از رتبه‌برترها و نارنگی‌خورده‌های قدیمی‌تر روان‌آموز بپرسید، حتماً به شما خواهند گفت که در روزهای سخت و پرچالش پیش از کنکور، لذت خوردن یک پَر نارنگی آب‌دار، خوشمزه و سرشار از ویتامین، با هیچ چیز دیگری قابل قیاس نیست!



کارگاه‌های آموزشی

هر فصل از داستان زندگی، چالش‌های مخصوص به خودش را دارد. حتی اگر شما پیروز میدان قبلی بوده باشید، برای مبارزه در نبرد امروز، باید دوباره تحت تمرینات حرفه‌ای و درست قرار بگیرید تا ورزیده و آماده شوید. این نزدیک‌ترین و ساده‌ترین استعاره برای موفقیت در کنکور است. خیلی از دوستان شما در سالیان گذشته توانسته‌اند با روش‌های منحصر به فرد خود، موفق به کسب درصد‌های بالا و لمس رویاهای تحصیلی و شغلی‌شان شوند؛ شما هم می‌توانید با پیدا کردن مسیر درست، این جاده را با کمترین خطرات پشت سر بگذارید. اما مسیر درست کدام است؟ روان‌آموز که هدفش همراهی همه‌جانبهٔ داوطلبین کنکور و علاقه‌مندان به روانشناسی بوده و هست، برای این مرحله هم تدبیری اندیشیده است. ما سعی کرده‌ایم بستری فراهم کنیم تا در طی سال، با برگزاری کارگاه‌های آموزشی متعدد، با موضوعات مختلف و اساتید متخصص، بتوانیم در ایجاد نگرشی واقع‌بینانه و شناختی درست در هر یک از شما نقشی مثبت ایفا کنیم. درون‌مایهٔ کارگاه‌های آموزشی، غالباً مبتنی بر مباحث مشاوره‌ای از جمله ارائهٔ اطلاعات جامع دربارهٔ کنکور، بررسی و معرفی رشته‌ها و گرایش‌های مختلف، انتخاب بهترین منابع، چگونگی برنامه‌ریزی و مطالعه متناسب با سبک‌های یادگیری، مدیریت فردی و ... است. دغدغه‌هایی که هر یک از شما در برهه‌های زمانی گوناگون با آن‌ها مواجه هستید، در کارگاه‌های آموزشی روان‌آموز، مورد کالبدشکافی قرار گرفته و سعی می‌شود تا درست‌ترین روش مدیریت این موارد آموزش داده شود. برای اطلاع از زمان برگزاری و شرکت در کارگاه‌های روان‌آموز، حتماً سایت و شبکه‌های اجتماعی ما را دنبال کنید.





خلاصه‌های الکترونیک

روان‌آموز برای شمایی که تمایل به آشنایی و مطالعه کتاب‌های مرجع روانشناسی به زبان اصلی دارید اما زمان یا دانش کافی برای مطالعه آن‌ها را ندارید، اقدام به تهیه فایل‌های خلاصه الکترونیک با نام «منشورهای روان‌آموز»، نموده است. کتاب‌های سنگینی که غالباً بیش از هزار صفحه حجم داشته و مطالعه آن‌ها در عمل، بالاخص در کشاکش کنکور، اگر غیرممکن نباشد، بسیار دشوار است. تیم ترجمه روان‌آموز، متشکل از مترجمین حرفه‌ای در کنار متخصصین علم روانشناسی، به تدوین و تهیه این فایل‌ها مشغولند. فایل‌های الکترونیک روان‌آموز، در کامل‌ترین و در عین حال خلاصه‌ترین شکل و با بیانی رسا و روان، نگاشته شده‌اند و می‌توانند جایگزین مناسب کتاب‌های مرجع برای داوطلبینی باشند که فرصت مطالعه همه منابع را ندارند. علاوه بر این طی چندین سال اخیر، شاهد این بوده‌ایم که بسیاری از اساتید از سراسر کشور، این خلاصه‌ها را به عنوان منبعی برای واحد درسی دانشگاهی نیز معرفی کرده و بازخوردهای بسیار مثبتی داشته‌اند. منشورهای الکترونیک روان‌آموز در عناوین مهم و پرشماری از جمله نظریه‌های شخصیت، روانشناسی رشد، آسیب‌شناسی روانی، روانشناسی بالینی و ... تألیف شده‌اند. بدین ترتیب شما با صرف کم‌ترین میزان وقت و هزینه، نکات اساسی کتاب‌های مرجع زبان اصلی را تا حد تسلط می‌آموزید. راستی اگر هنوز برای تهیه منشورها مردد هستید باید بگوییم که علاوه بر نمونه‌های کوتاهی که از تمام منشورها روی سایتمان موجود است، تا این لحظه دو منشور ارزشمند و پرمخاطب «خلاصه روانشناسی رشد و تحول انسان پاپالیا» و «خلاصه روانشناسی مرضی تحولی دادستان» هم به صورت کاملاً رایگان، برای استفاده شما عزیزان، در سایت روان‌آموز قرار گرفته است.



آزمون‌های جامع آزمایشی

اگر همراه چندین و چند ساله ما باشید حتماً به خاطر دارید که همیشه بزرگ‌ترین موفقیت‌هایمان را از صمیم قلب با شما شریک شده‌ایم تا طعم شیرین شادی‌ها چند برابر شود. داستان کمپین تستیک هم از همین‌جا آغاز شد. وقتی شما، که مرهون محبت‌های مدامتان هستیم، از اثرات مثبت بی‌اندازه‌ای گفتید که شرکت در آزمون‌های آزمایشی جامع روان‌آموز بر مسیر قبولیتان در کنکور گذاشته بود. این آزمون‌ها پس از تحلیل‌های عمیق، با ارائه تست‌های شبیه‌ساز کاملاً استاندارد و همسو با نگرش طراحان کنکور، فرصت خوبی را فراهم کرد تا داوطلبین سال‌های گذشته، نقاط ضعف و قوت خود را شناسایی کرده و عملکرد خود را محک بزنند. همان‌طور که گفتیم، امسال برای اولین بار با هدف دسترسی‌پذیری طیف گسترده‌ای از داوطلبین کنکور از سراسر کشور به این خدمت ویژه و کسب نتایج دلخواه، شرکت در سه مرحله آزمون آزمایشی جامع برای تمام مخاطبین کتب روان‌آموز رایگان شد. با فراهم کردن این بستر و عملیاتی شدن این کمپین مبتنی بر تست‌زنی صحیح برای آمادگی در کنکور ۱۴۰۴، آزمون‌های آزمایشی با جامعه آماری بی‌سابقه‌ای خواهیم داشت که نتایج آن تا حدود بسیار زیادی به واقعیت نزدیک بوده و پیش‌بینی نسبتاً دقیقی از وضعیت هر داوطلب در بین سایرین به دست می‌دهد. این سوپرایز ویژه، هدیه‌ای است از جانب روان‌آموز تا به سان همیشه که همراهی مشتاقانه‌اش را ثابت کرده، باز هم به شما یادآور شود که در این مسیر چیزهای بسیار مهم‌تری از مسائل مادی وجود دارد که تا بتوانیم و دستمان برسد در سبب اخلاص تقدیمتان خواهیم کرد. به یاد داشته باشید که آزمون‌های آزمایشی، معیاری برای کیفیت مطالعه در سال کنکور هستند. با شرکت در آزمون‌های آزمایشی روان‌آموز، تجربه فضای جلسه کنکور را خواهید داشت و زمان‌بندی صحیح را نیز می‌آموزید. این آزمون‌ها به صورت مجازی و آنلاین برگزار می‌شوند و یکی از برجسته‌ترین مزیت‌هایشان، دفترچه‌های پاسخ تشریحی است که پس از هر آزمون در اختیار شرکت‌کنندگان قرار می‌گیرد. گنج‌نامه‌ای که تمام نکات مهم و کلیدی مباحث کنکوری را در بر گرفته و در جمع‌بندی و مرورهای آخر بسیار ثمربخش است. برای فعال کردن کوپن شرکت در آزمونتان، کافی است پس از ورود به لینک زیر، کد یکبار مصرف درج شده در اولین صفحه کتاب را وارد کرده و فرم اطلاعات فردی را تکمیل کنید؛ سپس منتظر اطلاع‌رسانی‌های بعدی ما در بازه زمانی یک هفته پیش از هر آزمون باشید.

کمپین مسئولیت اجتماع



تستیک

استیکرهای اختصاصی

در سال کنکور که همه شما نه تنها تحت فشار مطالعاتی زیاد هستید، بلکه فشار روانی سنگینی را هم متحمل می‌شوید و بازه‌ای بسیار حساس و سرنوشت ساز را پیش رو دارید، آنچه از اهمیت حیاتی برخوردار است، حفظ روحیه از طریق تقویت انگیزه است. روان‌آموز با طراحی استیکرهای اختصاصی با محوریت روانشناسی، در شمایلی جذاب و فانتزی و با کیفیت متریال بالا در تلاش برای رفع این نیاز برآمده است. این استیکرها در طرح‌ها و رنگ‌های متنوعی عرضه شده‌اند و به راحتی قابل نصب در صفحات کتاب، پشت گوشی، میز مطالعه و ... هستند. پوسته چرمی، خاصیت ضد آب و ضد خش، دوام بالا و جذابیت بصری این رده از محصولات، محرک خوبی برای انگیزه و تلاشتان خواهد بود. علاوه بر این استیکرهای روان‌آموز می‌توانند انتخاب بسیار خوب و خوشحال‌کننده‌ای برای هدیه دادن به دوستان روانشناسان نیز باشند.



پوسترهای آموزشی

برداشتن گام‌های نو و گشودن مسیرهای بن‌بست، از چالش‌های موردعلاقه تیم روان‌آموز بوده و هست. ما همواره و پیوسته با اشتیاقی وصف ناشدنی در پی درنوردیدن قله‌های مرتفع پیش‌روییم و در این راه از هیچ تلاشی فروگذار نخواهیم کرد. پوسترهای آموزشی نیز، نمونه‌ای موفق از ابتکاری مدرن برای شما مخاطب سخت‌پسند امروزی است که علاوه بر کاربردهای فزاینده در یادگیری و بازآوردی دانش عمیق روانشناسی، از منظر زیبایی‌شناسانه نیز تجلیگر خلاقیت و ذوق مصرف‌کنندگان است. به جرأت می‌توان گفت این اولین باری است که در سطح کنکور کارشناسی ارشد و دکتری روانشناسی چنین ایده‌ای اجرایی می‌شود. در برشمردن ویژگی‌های برجسته این محصولات می‌توان به تسهیل مرور و تکرار مداوم، تثبیت فرآیند یادگیری، جمع‌بندی دقیق و جزبه‌جز، حداکثر استفاده از حافظه تصویری، دسته‌بندی‌های ساده و قابل فهم، متمرکز بر نکات مهم کنکوری و قیمت به‌صرفه و کیفیت مناسبشان اشاره کرد. خالی از لطف نیست اگر دیوار اتاق هر روانشناسی خواننده‌ای مزین به این مفاهیم کلیدی و پرتکرار باشد.



برای مشاهده و سفارش این محصولات، QR code مقابل را اسکن کنید.

ستاره‌های روان آموز

نام خانوادگی	رتبه کشوری در گرایش	سال	نام خانوادگی	رتبه کشوری در گرایش	سال
زهرافاسمی	۲ عمومی - ۱ بالینی - ۸ روانسنجی - ۵ کودکان - ۲۳ تربیتی	۱۴۰۱	نازنین سلیمی	۲ عمومی - ۴۸ بالینی - ۳۲ کودکان	۱۴۰۲
نیمافریدنی	۴۷ کودکان - ۱ تربیتی	۱۳۹۹	علیرضا باغبان	۲ روانسنجی	۱۴۰۱
فائزه قدمی	۱ بالینی	۱۳۹۸	مهسا کشاورز	۲ بالینی	۱۴۰۰
مرضیه رحیمی	۱۸ روانسنجی - ۱ کودکان - ۲۱ تربیتی	۱۴۰۲	حانیه قمری	۲۸ عمومی - ۲ کودکان	۱۴۰۲
معصومه حسنی عبد	۲۵ کودکان - ۲ تربیتی	۱۴۰۲	حانیه پورقوام	۲۶ عمومی - ۲۲ بالینی	۱۴۰۲
مهرنازیوسفی	۶ عمومی - ۲ بالینی - ۲۲ روانسنجی - ۱۵ کودکان	۱۴۰۱	سپهر سلیمیان	۲۳ عمومی - ۴۶ بالینی - ۳۷ روانسنجی	۱۴۰۲
مهسا محمدی	۶ عمومی - ۹ بالینی	۱۳۹۹	کیمیا ابراهیمی	۲۴ عمومی	۱۴۰۲
نجمه نوری	۳ روانسنجی	۱۴۰۰	ریحانه قائم مقامی	۲۵ بالینی	۱۴۰۲
فریبا میری	۱۰ عمومی - ۳ بالینی - ۳۹ کودکان	۱۳۹۸	علی جولایی	۲۷ بالینی - ۳۰ روانسنجی - ۲۶ کودکان	۱۴۰۰
مجتبی حدائق	۸ عمومی - ۴ بالینی - ۱۲ روانسنجی - ۲۳ کودکان - ۳۰ تربیتی	۱۴۰۱	نیکو صوری	۲۷ تربیتی	۱۴۰۱
سارا صابری	۸ عمومی - ۱۲ بالینی - ۱۲ روانسنجی - ۴ کودکان	۱۴۰۰	ویدا آکوه پیمان	۲۷ بالینی - ۳۱ بهداشت روان - ۲۸ سلامت - ۲۸ بالینی کودک	۱۴۰۱
فاطمه بهبودی	۴ کودکان - ۱۱ روانسنجی	۱۳۹۹	ریحانه گل گوند	۲۸ عمومی - ۲۸ بالینی - ۴۸ روانسنجی - ۳۴ کودکان	۱۴۰۱
امیرحسین رافع رحیمیان	۴ عمومی - ۶ بالینی - ۱۰ روانسنجی - ۱۳ کودکان	۱۳۹۹	عالیه مرادی	۲۸ عمومی	۱۴۰۰
فاطمه شاکری	۱۲ بالینی - ۵ بهداشت روان - ۹ سلامت - ۱۸ بالینی کودک	۱۴۰۲	زهرآقوی محمدی	۲۹ تربیتی	۱۴۰۲
فرزانه قیومی	۳۲ عمومی - ۵ بالینی - ۳۸ روانسنجی	۱۴۰۱	فاطمه رجایی	۳۱ بالینی	۱۴۰۱
علی سلیمی	۵ عمومی - ۱۲ بالینی - ۳۴ روانسنجی - ۳۱ کودکان	۱۴۰۱	شیوا عباس زاده	۳۱ عمومی - ۴۷ بالینی	۱۴۰۱
محمد علی حائری	۲۰ عمومی - ۵ بالینی	۱۴۰۰	ملیکابهرامی	۳۱ بالینی	۱۳۹۹
علیرضا محمودی	۵ عمومی - ۱۶ بالینی - ۹ روانسنجی - ۱۱ کودکان - ۲۵ تربیتی	۱۴۰۰	مریم علوی	۳۲ عمومی	۱۴۰۲
زهرآقاجانی	۳۲ عمومی - ۳۵ بالینی - ۵ کودکان	۱۳۹۹	مهدی میریوریان	۳۲ بهداشت روان - ۳۶ سلامت - ۵۰ بالینی	۱۴۰۰
نیما ربیعی	۶ عمومی	۱۴۰۲	فاطمه شاکری	۳۳ عمومی	۱۴۰۲
زهرافاسمی	۱۶ بالینی - ۶ بهداشت روان - ۱۰ سلامت - ۱۶ بالینی کودک	۱۴۰۱	زهراسید میری	۳۴ عمومی - ۳۷ بالینی	۱۴۰۲
انوشان ناصر طاهری	۶ عمومی - ۷ بالینی - ۸ روانسنجی - ۱۰ کودکان - ۲۷ تربیتی	۱۴۰۰	فاطمه مشکوری	۳۴ تربیتی	۱۴۰۲
علیرضا زارع	۷ عمومی - ۱۱ بالینی - ۱۷ روانسنجی - ۲۳ کودکان	۱۴۰۲	نگار موسیوند	۴۳ عمومی - ۴۶ بالینی - ۳۴ روانسنجی	۱۴۰۲
مرضیه زمانی	۷ تربیتی	۱۴۰۱	پریسا کایاد	۴۲ روانسنجی - ۳۵ کودکان	۱۴۰۱
امیرمهدی امرائی	۷ بهداشت روان - ۲۳ سلامت	۱۴۰۱	علی قائم مقامی	۳۷ عمومی	۱۴۰۱
علیرضا باغبان	۳۴ بالینی - ۷ بهداشت روان - ۱۸ سلامت - ۳۴ بالینی کودک	۱۴۰۱	سپیده کاردان	۳۷ بالینی	۱۴۰۰
سارا جلوداری	۷ عمومی - ۴۴ بالینی - ۲۳ روانسنجی - ۱۵ کودکان	۱۴۰۰	مهدی شایسته پور	۳۸ روانسنجی - ۵۰ کودکان	۱۴۰۲
زینب صالح زاده	۸ عمومی - ۸ بالینی - ۱۵ روانسنجی - ۱۴ کودکان	۱۴۰۲	حسین اعلا	۳۸ عمومی - ۴۰ بالینی	۱۴۰۰
ساینا فتح الله زاده	۸ بالینی - ۸ بهداشت روان - ۷ سلامت - ۱۰ بالینی کودک	۱۳۹۹	ریحانه نصرتی	۳۹ عمومی	۱۴۰۲
امیرحسین حیدری	۱۱ عمومی - ۲۶ بالینی - ۹ روانسنجی - ۲۹ کودکان - ۴۴ تربیتی	۱۴۰۲	فاطمه کشاورز	۳۹ بالینی	۱۴۰۲
ندا قلی پور	۸ بالینی - ۹ سلامت - ۸ بالینی کودک	۱۴۰۱	یاسمن کریمی	۳۹ عمومی - ۴۳ روانسنجی - ۵۰ کودکان	۱۴۰۱
زهره احمدی	۴ عمومی - ۹ بالینی - ۵۴ روانسنجی - ۳۸ کودکان	۱۴۰۱	زهرانجیبی	۳۹ روانسنجی	۱۴۰۱
سعید پایدار فرد	۹ عمومی - ۳۶ بالینی - ۲۹ روانسنجی - ۳۰ کودکان	۱۴۰۰	فاطمه برزی	۴۷ عمومی - ۳۹ کودکان	۱۴۰۱
فاطمه جمالی	۳۵ عمومی - ۱۰ بالینی	۱۴۰۲	فرزانه عیدی	۴۰ بالینی	۱۴۰۱
مهسا هونجانی	۱۱ بالینی	۱۳۹۸	فاطمه جعفری رایینی	۴۱ بالینی	۱۴۰۲
گلناز حسن زاده	۱۲ تربیتی	۱۴۰۲	فاطمه کرمانی	۴۲ عمومی - ۴۱ بالینی	۱۴۰۱
پریالفتی	۱۲ عمومی - ۲۴ بالینی - ۱۴ روانسنجی - ۲۷ کودکان - ۳۴ تربیتی	۱۴۰۱	فاطمه خسروانجام	۴۸ عمومی - ۴۲ بالینی - ۵۰ کودکان	۱۴۰۰
سپیده سمائی	۳۹ عمومی - ۱۲ بالینی	۱۳۹۹	علی خدایانه	۴۳ عمومی	۱۴۰۱
سینا صبوری	۱۳ عمومی - ۲۶ بالینی - ۲۱ روانسنجی - ۳۹ کودکان	۱۴۰۰	نرگس فراهی	۴۴ بالینی	۱۳۹۹
زینب قاسمی	۱۳ بالینی	۱۳۹۸	شقایق احمدی	۴۴ کودکان - ۴۶ تربیتی	۱۴۰۲
محمد رضا عمومی	۱۴ عمومی - ۲۴ بالینی - ۱۴ روانسنجی - ۳۷ کودکان	۱۴۰۲	فاطمه ایمانی	۴۵ عمومی	۱۴۰۰
سارا الله وردی	۲۲ عمومی - ۱۴ بالینی - ۳۱ روانسنجی - ۴۲ کودکان	۱۳۹۹	محمد مهدی اکبرزاده	۴۶ بالینی	۱۴۰۱
فاطمه شاه حیدری پور	۴۱ عمومی - ۱۷ بالینی - ۲۷ روانسنجی - ۴۹ کودکان	۱۴۰۲	یاسمن امیری	۴۷ روانسنجی	۱۴۰۲
فاطمه اسماعیلی	۱۷ تربیتی	۱۴۰۲	وحید جاهدی	۴۷ کودکان	۱۴۰۲
نیما خوش فطرت	۳۹ بالینی - ۱۷ روانسنجی - ۲۳ کودکان - ۳۶ تربیتی	۱۴۰۱	مریم میراشه	۴۷ بالینی	۱۴۰۰
طاها سلاجقه	۱۷ بالینی	۱۳۹۹	زهراکارگر	۴۸ تربیتی	۱۴۰۲
مهتاب شرفیه	۴۹ عمومی - ۱۸ بالینی	۱۴۰۱	زهرانیاپیش راد	۴۸ تربیتی	۱۴۰۱
نیکناز اتحاد	۳۷ عمومی - ۱۸ کودکان	۱۴۰۲	کوثر یوسفی	۴۸ بالینی	۱۴۰۰
هدی ملاحسینی	۱۸ تربیتی	۱۴۰۲			
مجتبی احمدیان	۲۷ عمومی - ۱۹ بالینی - ۲۳ روانسنجی - ۴۶ کودکان	۱۴۰۲			
زینب جعفری	۳۰ عمومی - ۱۹ روانسنجی - ۴۸ کودکان	۱۴۰۲			
فاطمه عموزاده	۱۹ بالینی	۱۴۰۰			
آرزو زنجیر مقدم	۲۱ بالینی - ۲۹ سلامت - ۱۹ بالینی کودک	۱۳۹۹			



برای اطلاع از ستاره‌های سال ۱۴۰۳ روان آموز، QR code مقابل را اسکن کنید. راستی تا به حال از خودتان پرسیده‌اید چرا شما یکی از هزار هزار ستاره ما نباشید؟!

♦ داوطلب وزارت علوم
* داوطلب وزارت بهداشت

دوازده

نظرات رتبه برترها

● مرضیه رحیمی - رتبه ۱ کنکور ۱۴۰۲

با روان‌آموز از طریق خواهرم آشنا شدم که قبل از من کنکور کارشناسی ارشد داده بود. من، هم از کتاب‌ها و هم فلش‌کارت‌های نارنگی استفاده کردم و خیلی بهم کمک کردن. برای جمع‌بندی هم کلاس روانشناسی عمومی روان‌آموز برای مرور مطالب، خیلی مفید بود و همشون رو به بچه‌ها پیشنهاد می‌کنم.

● علیرضا زارع - رتبه ۷ کنکور ۱۴۰۲

دوستی که منابع رو بهم معرفی کرد، از روان‌آموز به عنوان منبع معتبر و قابل اطمینانی یاد کرد. من هم از کتاب رشد روان‌آموز، کلاس مجازی انگیزش و هیجان و همین‌طور تست‌های تألیفی آسیب و بالینی استفاده کردم که خیلی خوب بود و بهم کمک کرد.

● زهرا قاسمی - رتبه ۱ کنکور ۱۴۰۱

اصلاً باور نمی‌کردم همونطور که در آزمون جامع روان‌آموز رتبه تک‌رقمی شدم، در کنکور واقعی هم همینطور بشه. من از کتاب‌ها، کلاس‌ها و فلش‌کارت‌های نارنگی خیلی استفاده کردم و به نظرم واقعاً اثرگذار بود.

● مجتبی حدائق - رتبه ۴ کنکور ۱۴۰۱

کلاس‌های رشد و بالینی خانم دکتر خجوی خیلی جامع مباحث رو پوشش می‌دادن و من دو هفته آخر برای دوره و مرور بهشون تکیه کردم و برای شخص من خیلی مفید و کاربردی بودن.

● زهره احمدی - رتبه ۹ کنکور ۱۴۰۱

من از کتاب‌ها و کلاس‌های روان‌آموز استفاده کردم. قطعاً نقش پررنگی در این مسیر داشت و اگر این کتاب‌ها به این خوبی تألیف نمی‌شدند، جمع‌آوری این نکات از کتب مختلف قطعاً کار طاقت‌فرسا و غیرممکنی بود. آزمون جامع مرحله یک رو هم شرکت کردم و در اون آزمون به نظرم سؤال‌های خیلی خوبی طرح شده بود.

● سارا صابری - رتبه ۴ کنکور ۱۴۰۰

از همه محصولات روان‌آموز از جمله کلاس رشد و بالینی و کتاب‌ها استفاده کردم. واقعاً ممنونم که در سال کنکور نه مثل مؤسسه‌های کنکوری، بلکه مثل یک دوست واقعی کنارمون بودن.

● محمدعلی حائری - رتبه ۵ کنکور ۱۴۰۰

لازم می‌دونم که یک تشکر ویژه از مجموعه روان‌آموز داشته باشم که واقعاً در موفقیت من مؤثر بود و به کنکوری‌های آینده هم کتاب‌ها و جزوات و مخصوصاً فلش‌کارت‌های نارنگی روان‌آموز رو پیشنهاد می‌کنم.

● سارا جلوداری - رتبه ۷ کنکور ۱۴۰۰

من خیلی خوشحالم که در مسیر کنکور روان‌آموز رو کنارم داشتم؛ چون تیم کاملیه. چه از نظر منابع درسی و کلاس‌های آنلاین و چه از نظر طرح‌های مشاوره، انتخاب مناسبیه.

● زهرا آقاجانی - رتبه ۵ کنکور ۱۳۹۹

من از کتاب‌های روان‌آموز استفاده کردم و واقعاً به دور از اغراق می‌گم خیلی فوق‌العاده بود. بین تمامی جزوات و کتاب‌های کمک آموزشی روان‌آموز بهترین. کتاب‌هایی کامل، بدون اضافه‌گویی و واقعاً مختصر و مفیده. محتوای غنی کتاب‌های روان‌آموز علاوه بر اینکه در طول سال مناسب، بهترین منابع جمع‌بندی هم هستن. اگر دوباره به عقب برگردم حتماً از خدمات مشاوره روان‌آموز هم کمک می‌گیرم.

● فریبا میری - رتبه ۳ کنکور ۱۳۹۸

من ابتدا قصد داشتم منابع اصلی رو بخونم ولی به علت کمبود وقت از کتاب‌های روان‌آموز استفاده کردم که خیلی برام مفید بود و خودم فکر نمی‌کردم تکیه کردن به خلاصه‌ها بتونه همچین نتیجه‌ای برام داشته باشه.

● معصومه حسینی عبد - رتبه ۲ کنکور ۱۴۰۲

آزمون‌های آزمایشی روان‌آموز، زمینه خوبی برای رقابت و سنجش آموخته‌ها فراهم کرد و فهمیدم برای بهبود رتبه‌ام باید کدوم منابع رو مطالعه کنم. پکیج ۱۰ سال کنکور روان‌آموز هم فرصت خوبی برای جمع‌بندی در روزهای پایانی بود.

● زینب صالح‌زاده - رتبه ۸ کنکور ۱۴۰۲

هیچ دانشجوی روان‌شناسی نیست که روان‌آموز رو نشناسه. من هم از ابتدا می‌دونستم که روان‌آموز، بهترین کتاب‌ها رو در حوزه کنکور داره و اغلبشون رو داشتم و برام خیلی مفید بود. حتی در کنکور بهداشت هم خیلی کمکم کرد و اونجا هم رتبه ۷ بالینی شدم. روان‌آموز برایم یک راهنما و منبع مطمئن بود و از پیجش حال خوب می‌گرفتم.

● محمد احمدوند - رتبه ۱۲ کنکور ۱۴۰۱

خوشبختانه پوشش جامع کتاب‌های روان‌آموز باعث شد که بی‌نیاز از مطالعه منابع اولیه باشم؛ این مسئله به ویژه درباره کتاب آسیب‌شناسی روانی صدق می‌کرد.

● مرضیه زمانی - رتبه ۷ کنکور ۱۴۰۱

یک بار در آزمون آزمایشی شرکت کردم که در ترتیب پاسخ‌گویی به دروس خیلی کمکم کرد. رتبه‌ام چهار شد. فلش‌کارت‌های نارنگی رو داشتم. ولی خب دیر باهاش آشنا شدم. از کارگاه رشد خانم خجوی هم استفاده کردم. همچنین ممنونم از شون که به سری خدمات آموزشی در سایت روان‌آموز رو رایگان در اختیار داوطلبین قرار می‌دن.

● سینا محمدباقری - رتبه ۳ کنکور ۱۴۰۰

با توجه به پراکندگی منابع، حجم گسترده و محدودیت زمانی که داشتم، دنبال یک منبع جامع و در عین حال اقتصادی می‌گشتم و در نهایت کتاب روان‌آموز رو انتخاب کردم و کاملاً راضی بودم.

● فاطمه ایمانی - رتبه ۴۵ کنکور ۱۴۰۰

کلاس‌های بالینی و رشد خانم خجوی عبور از چالش رو برام ممکن کرد. بازخورد خوبی هم از یادگیری می‌گرفتم. رشد سه برابر درصدهام رو نشون می‌داد. تمام مطالب سخت و مبهمی که برام وجود داشت با توضیحات عمیق خانم دکتر به نقطه قوت تبدیل شدن. مؤسسه روان‌آموز با تمام کتاب‌ها و کلاس‌ها و فلش‌کارت‌ها یک مرجع بی‌کم و کاست برای کنکور روانشناسیه.

● انوشا ناصرطاهری - رتبه ۶ کنکور ۱۴۰۰

مطالعه برای ارشد روانشناسی رو از سایت روان‌آموز شروع کردم. رفرنس‌های معرفی شده رو پیدا کردم و خوندم. از کتاب‌های روان‌آموز استفاده کردم و راضی بودم چون پوشش‌دهی خوبی از نکات اصلی داره.

● نیما فریدنی - رتبه ۱ کنکور ۱۳۹۹

من به شخصه چون یک هفته مانده به کنکور مطالعه و مرور منابع را تمام کرده بودم، از طرفی هم دیدی نسبت به شکل کنکور نداشتم و تا حدی هم استرس داشتم، تصمیم گرفتم آزمون جامع آخر را شرکت کنم که بسیار در جمع‌بندی، مطالعه نکات مهم و جامانده و البته سنجش از خودم، به من کمک کرد.

● فائزه قدمی - رتبه ۱ کنکور ۱۳۹۸

من از کتاب‌ها و فلش‌کارت‌های نارنگی استفاده کردم. روان‌آموز مؤسسه واقعاً خوبیه و کیفیت کتاب‌ها خوب است.

● مهسا هونجانی - رتبه ۱۱ کنکور ۱۳۹۸

من خیلی از کتاب‌های روان‌آموز و مطالب سایتشون استفاده کردم و بی‌تعارف به نظرم روان‌آموز یکی از منطقی‌ترین و صحیح‌ترین کتاب‌های روانشناسی رو داره.

منابع

اتکینسون، ریتا ال و همکاران (۱۴۰۰)، *زمینه روانشناسی هیلگارد*، ترجمه: محمدتقی براهنی و همکاران، تهران: انتشارات رشد
سانتراک، جان دبلیو (۱۴۰۰). *زمینه روانشناسی سانتراک*، جلد یک و دو. ترجمه: مهرداد فیروزبخت. تهران: انتشارات رسا.
گنجی، حمزه (۱۴۰۱). *روانشناسی عمومی*. تهران: انتشارات سالوان.
هوکسما، نولن و همکاران (۱۴۰۰). *زمینه روانشناسی اتینکسون و هیلگارد*، جلد یک و دو. ترجمه: حسن رفیعی. تهران: انتشارات
ارجمند.



۰۲۱۹۱۰۷۷۰۸۰



info@ravanamooz.ir



۱۰۷۷۰۸۰

ارتباط با ما



ravanamooz_team



ravanamooz.ir



ravanamooz



ravanamooz



ravanamooz



company/ravanamooz



فصل ۱/ ماهیت روانشناسی	۱۷
فصل ۲/ مبانی زیست‌شناختی روانشناسی	۳۲
فصل ۳/ رشد روانی	۵۱
فصل ۴/ فرایندهای حسی	۶۸
فصل ۵/ ادراک	۸۵
فصل ۶/ هشیاری	۱۰۰
فصل ۷/ یادگیری و شرطی‌سازی	۱۱۳
فصل ۸/ حافظه	۱۳۰
فصل ۹/ زبان و اندیشه	۱۴۴
فصل ۱۰/ انگیزش	۱۵۵
فصل ۱۱/ هیجان	۱۶۹
فصل ۱۲/ تفاوت‌های فردی و هوش	۱۸۰
فصل ۱۳/ شخصیت	۱۹۵
فصل ۱۴/ فشار روانی، سلامت و مدارا	۲۱۳
فصل ۱۵/ روانشناسی ناپهنجاری	۲۲۶
فصل ۱۶/ روش‌های درمان	۲۴۷
فصل ۱۷/ شناخت اجتماعی و احساسات اجتماعی	۲۶۴
فصل ۱۸/ تعامل اجتماعی و نفوذ اجتماعی	۲۷۵
سؤالات کنکور ۱۴۰۳	۲۸۶

فهرست مطالب

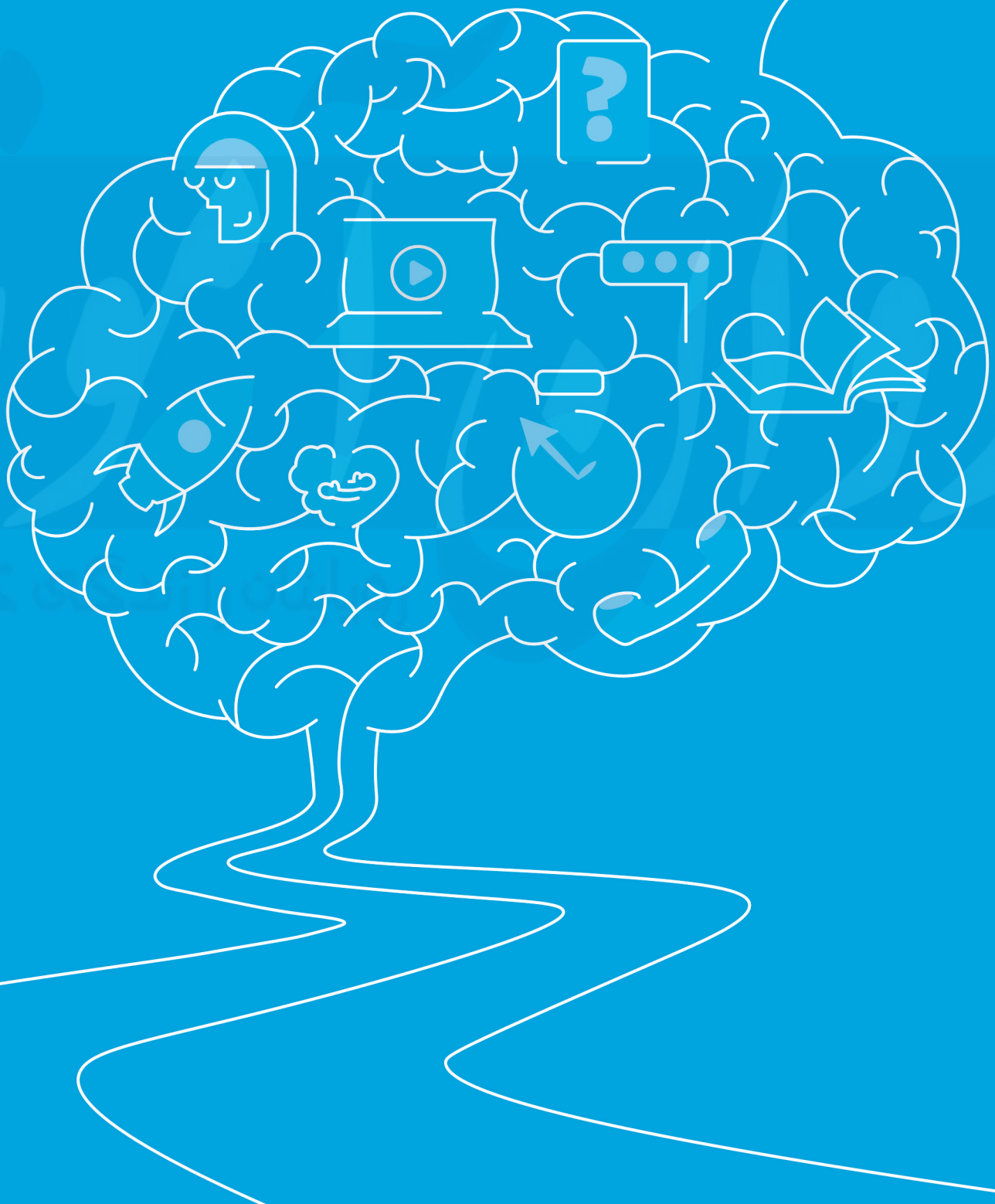
خوشحالیم که روان‌آموز را انتخاب کرده‌اید و در مسیر تبدیل شدن به یک روانشناس خیره، فرصت در کنارتان بودن را داریم. تمام تلاش ما این است که همراه بهتری باشیم.

حالا که به انتهای این فهرست رسیده‌اید برای بهبود این همراهی، به همکاریتان نیاز داریم. حتی یک ایده که به نظر خودتان شاید خیلی کوچک بیاید، ممکن است برای ما حسابی راهگشا باشد. در این لینک می‌توانید ایده‌هایتان را با ما به اشتراک بگذارید. یک فرم نظرسنجی هم خواهید دید که پاسخ‌گویی به آن، با جوایز ارزنده‌ای همراه است که پس از کنکور به قید قرعه تقدیم خواهد شد. برای ثبت ایده یا شرکت در نظرسنجی QR code را اسکن کنید.

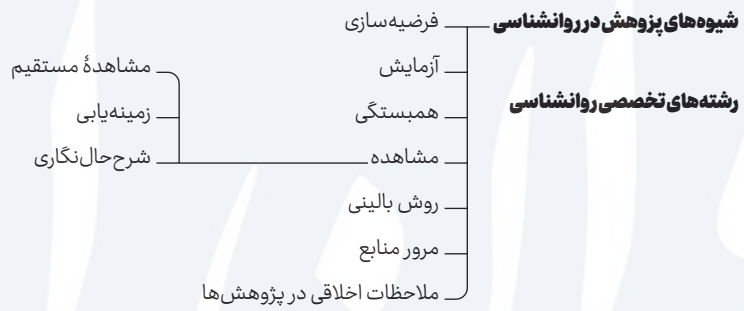
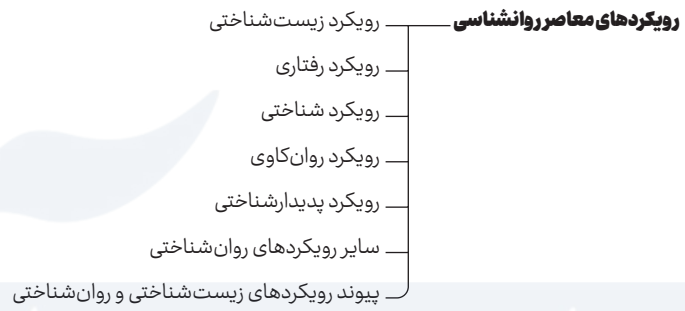
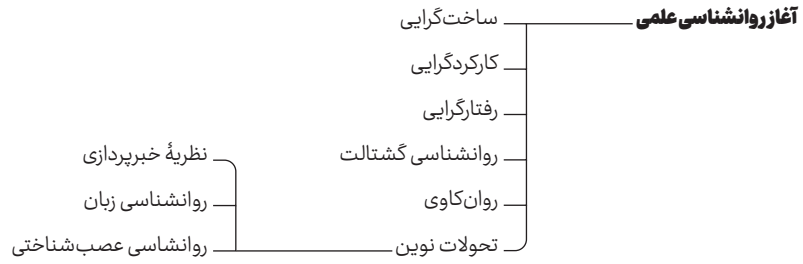
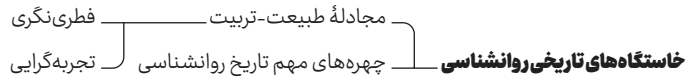


داستان یک سفر

امید داریم لذت گشت و گذار در دنیای این کتاب به جانتان بنشیند. خوشحال می‌شویم اگر قبل از شروع کتاب، اهداف و رویاهای خود را در این زمینه بنویسید و عکس این صفحه را برای شرکت در کمپین داستان یک سفر و دریافت جوایز ارزنده، برای ما ارسال کنید.



گستره روانشناسی



روایتان را زندگی کنید

گستره روانشناسی

روانشناسی، بررسی علمی رفتار و فرایندهای ذهنی است.

در این تعریف سه اصطلاح کلیدی وجود دارد:

علم: روانشناسی به عنوان یک علم، برای مشاهده، توصیف، پیش بینی و تبیین رفتار از روش های نظام مند استفاده می کند.

رفتار: هر کاری که ما می توانیم انجام دهیم و به صورت مستقیم قابل مشاهده است، رفتار نامیده می شود.

فرایندهای ذهنی: افکار، احساسات و انگیزه هایی که در درون ما وجود دارد و قابل مشاهده نیستند، فرایندهای ذهنی نامیده می شوند.

تعریف فوق از روانشناسی موضوع های متنوعی را در بر می گیرد:

۱) آسیب شناسی مغزی و بازشناسی چهره ها: برخی از کارکردهای مغز، مثلاً بازشناسی چهره ها، موضع معینی در بخش خاصی از مغز دارند: بعضی افراد به علت آسیب ناحیه معینی از نیمکره راست مغز، قادر به بازشناسی چهره افراد آشنا نیستند، اما از سایر جهات تقریباً رفتار بهنجار دارند. این نابهنجاری، **ادراک پریشی چهره ای** یا **چهره نشناسی** نامیده می شود. مورد مشهوری از چهره نشناسی، مردی است که همسرش را با یک کلاه اشتباه می گرفت.

۲) نسبت دادن ویژگی ها به افراد (اسناد ویژگی ها): وقتی از ما بخواهند قضاوت کنیم که رفتار خاص فرد معینی حاکی از ویژگی خود شخص است یا ناشی از قرار گرفتن در موقعیت خاصی، معمولاً به طور ناخودآگاه رفتار را به خود شخص نسبت می دهیم (نه به موقعیت). اثر توجیه اضافی: توجیه رفتار خود، با تأکید مفرط بر عوامل موقعیتی و بدون تأکید کافی بر علت های شخصی را اثر توجیه اضافی می گویند. مثلاً موفقیت خود در آزمونی را به آسان بودن سؤالات نسبت می دهیم.

خطای بنیادین اسناد: توجیه رفتار دیگران، با تأکید بیش از حد بر صفات شخصیتی فرد. افراد در هنگام توضیح رفتار دیگران، نقش صفات شخصیتی را بیش از حد واقع و نقش عوامل موقعیتی را کمتر از حد واقع برآورد می کنند. مثلاً پیروزی یک فرد در بازی بلیارد را به تلاش زیاد او نسبت می دهیم.

۳) یادزدودگی (آمنزیای) کودکی: تقریباً هیچ کس قادر نیست اکثر رویدادهای سه سال اول زندگی خود را به خاطر آورد. این پدیده یادزدودگی کودکی نامیده می شود و از این لحاظ درخور توجه است که سه سال اول زندگی سرشار از تجربه است.

۴) چاقی: روانشناسان می خواهند بدانند چه عواملی سبب پرخوری آدمیان می شود. ظاهراً یکی از این عوامل، سابقه محرومیت از غذا است: هرگاه موش ها را نخست از غذا محروم کنیم و بعد اجازه دهیم تا رسیدن به وزن طبیعی خود غذا بخورند، می بینیم که این موش ها بیشتر از موش هایی که تجربه محرومیت نداشته اند، غذا می خورند.

۵) اثر برنامه های پرخشونت رسانه ها بر پرخاشگری کودکان: برخی معتقد هستند که تماشای برنامه های خشونت بار تلویزیونی، ممکن است نوعی اثر **پالایشی** داشته باشد، به این معنا که ابراز پرخاشگری از راه تماشای آن سبب می شود پرخاشگری کودکان کاهش یابد و به اصطلاح از نشان بیرون بریزد.

اما شواهد پژوهشی اثر پالایشی را تأیید نمی کنند. شواهد نشان می دهند برنامه های تلویزیونی پرخشونت؛ اثرات زیان بار و پایداری بر تماشاگران کم سن و سال می گذارند: هراندازه پسری در ۹ سالگی بیشتر برنامه های خشونت بار تماشا کرده باشد، احتمالاً در ۱۹ سالگی پرخاشگری بیشتری نشان خواهد داد.

نکته: روانشناسی از دل دو رشته بیرون آمده است: فلسفه و علوم طبیعی

این ایده که ذهن انسان ماهیت جسمی ندارد، از فلسفه گرفته شده است.

علوم طبیعی، مثل زیست شناسی و فیزیولوژی، رویکرد تکاملی چارلز داروین را در مطالعه رفتار پیش کشیدند و بیان کردند که مغز نقش مهمی در رفتار دارد.

نکته: چارلز داروین اصل انتخاب طبیعی را مطرح کرد. طبق اصل انتخاب طبیعی، موجوداتی تکثیر پیدا می کنند و باقی می مانند که بهترین و بیشترین سازگاری را با طبیعت دارند.

خاستگاه های تاریخی روانشناسی

خاستگاه های تاریخی روانشناسی را می توان در دیدگاه های فلاسفه بزرگ یونان باستان یافت:

سقراط، افلاطون و ارسطو، پرسش هایی بنیادینی در باب زندگی روانی آدمی مطرح کردند (هشیاری چیست؟ آیا انتخاب آزاد وجود دارد؟ و ...). این پرسش ها با ماهیت ذهن و فرایندهای ذهنی و روانی سروکار دارند و از عناصر اصلی رویکرد **شناختی** در روانشناسی محسوب می شوند.

بقراط که پدر علم پزشکی بود، علاقه وافری به فیزیولوژی داشت. بقراط مشاهدات پراهمیتی درباره نحوه کنترل مغز بر اندام‌های بدن انجام داد که آن مشاهدات زمینه‌ساز رویکرد **زیست‌شناختی** (فیزیولوژی) در روانشناسی است. نکته: فیزیولوژی رشته‌ای است که با بررسی کارکردهای جانداران و اندام‌های آن‌ها سروکار دارد.

● **مجادله طبیعت-تربیت**

مجادله طبیعت-تربیت یکی از اولین مجادله‌ها در روانشناسی و بر سر این سؤال است که آیا قابلیت‌های انسان ذاتی است (فطری‌نگری) یا از راه تجربه کسب می‌شود (تجربی‌نگری).

- **فطری‌نگری (سرشت‌گرایی)**

دیدگاه فطری‌نگری بیان می‌کند که: (۱) آدمیان با گنجینه‌ای از دانش و توان فهم واقعیت به دنیا می‌آیند. (۲) این دانش و فهم از طریق استدلال و **درون‌نگری** دقیق دست‌یافتنی است.

افلاطون، دکارت و کانت از طرفداران فطری‌نگری هستند. دکارت، برخی اندیشه‌ها را فطری به شمار آورد؛ از جمله خدا، خویشتن، اصول بدیهی هندسه، کمال و بی‌نهایت. دکارت، اعتقاد داشت که بدن آدمی همچون یک ماشین (دستگاه) است که مثل هر ماشین دیگری قابل بررسی است. این اعتقاد دکارت سرآغاز رویکرد **پردازش اطلاعات** است. در واقع دکارت به‌عنوان پدر رویکرد پردازش اطلاعات شناخته می‌شود.

- **تجربه‌گرایی (تربیت‌گرایی)**

دیدگاه تجربه‌گرایی بیان می‌کند که دانش از طریق تجربه‌ها و تعامل‌های آدمی با جهان کسب می‌شود. ارسطو، جان لاک و تداعی‌گرایان از پیروان تجربه‌گرایی هستند.

تجربه‌گرایی عمدتاً با نام **جان لاک** پیوند دارد. جان لاک معتقد بود که ذهن آدمی در بدو تولد، همچون **لوح نانوخته‌ای** است که تجربه‌های جریان رشد او، دانش و فهم را روی آن ثبت می‌کنند. این دیدگاه لاک سرآغاز پیدایش **روانشناسی تداعی‌گرا** بود. تداعی‌گرایان وجود اندیشه‌ها و رفتارهای فطری را قبول نداشتند، بلکه در عوض، معتقد بودند که ذهن انباشته از اندیشه‌هایی است که از طریق حواس به آن راه می‌یابند و طبق اصولی از قبیل مشابهت و تضاد به هم پیوند می‌یابند. نکته: پژوهش‌های کنونی در زمینه حافظه و یادگیری، پیوندی با نظریه آغازین تداعی‌گرایی دارند. نکته: امروزه اکثر روانشناسان رویکردی تلفیقی دارند: هم فرایندهای فطری (طبیعت، زیست‌شناختی) و هم تجربه (تربیت) را در رفتار، دخیل می‌دانند.

● **چهره‌های مهم تاریخ روانشناسی**

وبر: وبر درباره احساس بینایی و آستانه‌ها کار می‌کرد. او قانون وبر و مفهوم کمترین تفاوت محسوس را به وجود آورد. (در فصل «فرایندهای حسی» در این باره بیشتر می‌خوانید).

فخنر: کارهای وبر را دنبال کرد و سایکوفیزیک (نظریه روابط روان و جسم) را مطرح کرد. سایکوفیزیک رشته‌ای است که رابطه خصوصیات فیزیکی محرک‌ها و تجربه آن‌ها توسط شخص را بررسی می‌کند.

شارکو: روش‌های مشاهده افراد هیستریک و بیماری‌های روانی را به وجود آورد.

مک‌دوگال: از بنیان‌گذاران روانشناسی اجتماعی بود.

آغاز روانشناسی علمی

آغاز روانشناسی علمی (اواخر قرن ۱۹) را مقارن با تأسیس نخستین آزمایشگاه روانشناسی توسط **ویلهلم وونت** می‌دانند.

نکته: معمولاً وونت را پدر روانشناسی نوین می‌دانند.

خاستگاه تأسیس آزمایشگاه وونت، این عقیده بود که ذهن و رفتار را نیز همانند سیاره‌ها و مواد شیمیایی یا اندام‌های بدن آدمی، می‌توان با روش‌های علمی بررسی و تحلیل کرد. در واقع محور آزمایش‌های وونت این بود که هشیاری و فرایندهای ذهنی را می‌توانیم به صورت کمی مطالعه کنیم، یعنی فرایندهای ذهنی قابل اندازه‌گیری هستند.

محور اصلی تحقیقات وونت، کشف عناصر یا ساختارهای بنیادی فرایندهای ذهنی یا هشیاری بود.

پژوهش‌های وونت عمدتاً متمرکز بر حواس آدمی و به‌ویژه حس بینایی بود؛ اما او و همکارانش توجه، هیجان و حافظه را نیز بررسی کردند. وونت و همکارانش سه بعد متفاوت برای احساس توصیف کردند: (۱) لذت، عدم لذت (۲) تنش، آرمیدگی (۳) تهییج، افسردگی.

ونونت برای بررسی فرایندهای ذهنی، از روش **درون‌نگری** استفاده می‌کرد. درون‌نگری یعنی مشاهده و ثبت ماهیت ادراک‌ها، اندیشه‌ها و احساس‌های

شخص توسط خودش. نمونه‌هایی از درون‌نگری، شامل گزارش‌هایی است که افراد از ادراک خود راجع به میزان سنگینی یک شیء می‌دهند.

نکته‌ای که درون‌نگری را روشی علمی می‌کند، خودگزارشی‌های نیرومند و مشروح شخص در محیط کنترل‌شده آزمایشگاهی بود.

وونت به روش درون‌نگری (که از فلسفه اقتباس شده بود) بُعد تازه‌ای بخشید؛ به این معنا که خویشتن‌نگری محض را کافی ندانست، بلکه آزمایش را برای تکمیل آن لازم شمرد. وونت در آزمایش‌هایش بُعد فیزیکی محرک معینی مثلاً شدت آن را به شیوه منظمی تغییر می‌داد و آن‌گاه روش درون‌نگری را به کار می‌گرفت تا معلوم شود این تغییرات فیزیکی موجب چه تغییراتی در تجربه هشیار آزمودنی می‌شود؛ بنابراین وونت از روش‌های درون‌نگری و آزمایش استفاده می‌کرد.

نکته: اتکا به درون‌نگری، به‌ویژه در بررسی رویدادهای ذهنی بسیار سریع، کارایی نداشت؛ بنابراین در زمانه حاضر درون‌نگری در رویکردهای شناختی محوریت ندارد.

● ساخت‌گرایی (وونت، تیچنر)

ای. بی. تیچنر (از شاگردان وونت)، رویکرد ساخت‌گرایی را به وجود آورد.

وونت، پیش‌گام ساخت‌گرایی است و تیچنر، مؤسس آن است. تیچنر اصطلاح ساخت‌گرایی را به وجود آورد و مقصود او از ساخت‌گرایی، تحلیل ساختارهای ذهنی (تحلیل عناصر هشیاری) بود.

ساخت‌گرایی به دنبال تجزیه آگاهی به عناصر متعدد آن (احساس، ادراک، هیجان و ...) است. آن‌ها در جست‌وجوی آن دسته از عناصر ذهنی بودند که تجربه‌های پیچیده، آمیزه‌ای از آن‌ها به شمار می‌آمدند. ساخت‌گرایان تصور می‌کردند اگر شیمیدان‌ها با تجزیه آب به اکسیژن و هیدروژن گام بزرگی در رشته خود برداشتند، روانشناسان هم می‌توانند مژه لیموناد (ادراک) را به عناصری مثل شیرین، تلخ و سرد (احساس‌ها) تجزیه کنند؛ بنابراین نام دیگر مکتب ساخت‌گرایی، «شیمی روانی» است.

نکته: درون‌نگری، روش مرسوم در رویکرد ساخت‌گرایی است.

● کارکردگرایی یا کنش‌گرایی (ویلیام جیمز، جان دیویی)

ویلیام جیمز رویکرد کارکردگرایی را به وجود آورد.

جان دیویی، هاروی کار و جان آنجل از دیگر کارکردگرایان هستند.

مراد از کارکردگرایی بررسی این مطلب است که ذهن چگونه کار می‌کند (مطالعه عملکرد ذهن) که جاندار موفق به انطباق و سازگاری با محیط و عمل در آن می‌شود. کارکردگرایان بر مشاهده رفتار واقعی و بررسی تفاوت‌های فردی تأکید می‌کردند. کارکردگرایان با ماهیت صرفاً تجزیه‌ای ساخت‌گرایی مخالف بودند. جیمز به جای تأکید بر تحلیل عناصر هشیاری (که در ساخت‌گرایی انجام می‌شود)، به بررسی ماهیت سیال و شخصی هشیاری پرداخت. در واقع کارکردگرایی عملکردهای هشیاری را مطالعه می‌کند، نه عناصر تشکیل‌دهنده آن را.

ویلیام جیمز مفهوم سیلان هشیاری را مطرح کرد: یعنی ذهن انعطاف‌پذیر و سیال است و در پاسخ به جریان اطلاعات، پیوسته تغییر می‌کند و تطابق نشان می‌دهد.

نکته: توجه کارکردگرایان به موضوع انطباق با محیط، از نظریه تکامل داروین نشئت می‌گرفت. کارکردگرایان معتقد بودند که برای پی بردن به نحوه تطابق جاندار با محیطش، باید به مشاهده رفتار واقعی پرداخت.

نکته: هم ساخت‌گرایان و هم کارکردگرایان هر دو، روانشناسی را دانش تجربه هشیار (علم مطالعه تجربه آگاهانه) به شمار می‌آورند؛ اما کارکردگرایان گستره روانشناسی را وسعت دادند تا بررسی رفتار را نیز در بر بگیرد.

نکته: ساخت‌گرایی بر چپستی آگاهی (محتوای فرایندهای هشیاری) تأکید می‌کند و کارکردگرایی بر چرایی آگاهی (چگونگی عمل فرایندهای هشیاری) تأکید می‌کند.

نکته: ساخت‌گرایی از روش درون‌نگری و آزمایش استفاده می‌کند و کارکردگرایی از روش مشاهده استفاده می‌کند.

نکته: ساخت‌گرایی روی توصیف مؤلفه‌های ذهن متمرکز بود، اما کارکردگرایی بر ذهن و رفتار از لحاظ تطابق با محیط تأکید می‌کرد؛ بنابراین ساخت‌گراها به درون ذهن و کارکردگراها به دنیای بیرون علاقه داشتند.

ساخت‌گرایی و کارکردگرایی جای خود را به سه مکتب جدید دادند: رفتارگرایی، روانشناسی گشتالت و روان‌کاوی. از بین این سه مکتب جدید، رفتارگرایی بیشترین تأثیر را بر روانشناسی علمی به جای گذاشت.

● رفتارگرایی

رفتارگرایی بررسی رفتار، بدون ارتباط با هشیاری است. رفتارگرایی بر مطالعه علمی رفتار تأکید می‌ورزد و مدعی است محیط به رفتار شکل می‌دهد؛ بنابراین هشیاری و فرایندهای ذهنی را نفی می‌کند. ریشه رفتارگرایی به کارهای جان لاک و دیوید هیوم برمی‌گردد.

کارهای پاولف و ثرندایک را می‌توان آغازگر رفتارگرایی دانست؛ اما مؤسس یا بنیان‌گذار واقعی رفتارگرایی **واتسون** بود.

واتسون علیه دیدگاهی که قلمروی روانشناسی را محدود به تجربه‌های حسی می‌دانست، قد علم کرد. او در بررسی‌های خود درباره رفتار حیوان‌ها و کودکان خردسال، هیچ پیش‌فرضی درباره‌ی هشیاری عنوان نکرد. از نظر واتسون روانشناسی حیوان‌ها و روانشناسی کودک، علوم مستقلی به شمار می‌آیند و حتی می‌توانند الگویی برای روانشناسی بزرگسالان نیز باشند.

نکته: نارضایتی فزاینده‌ی روانشناسان از درون‌نگری در آن زمان، سبب شد رفتارگرایی به سرعت رواج یابد.

به اعتقاد واتسون، برای اینکه روانشناسی به صورت علم درآید، داده‌های آن باید مانند داده‌های علوم دیگر قابل واری همگان باشد: رفتار، امری است همگانی و هشیاری امری خصوصی؛ علم باید با واقعیت‌های همگانی سروکار داشته باشد؛ یعنی علم باید رفتار را بررسی کند. واتسون معتقد بود که:

۱) تقریباً همه رفتارها، حاصل شرطی شدن هستند و محیط از راه تقویت عادت‌های خاص، رفتار را شکل می‌دهد.

۲) پاسخ شرطی (Condition Response=CR) کوچک‌ترین واحد رفتار محسوب می‌شود. رفتارهای پیچیده‌تر از مجموعه آن‌ها ساخته می‌شود.

۳) همه انواع الگوهای پیچیده رفتار که در نتیجه آموزش یا پرورش ویژه ایجاد می‌شوند چیزی جز شبکه‌ی به هم پیوسته‌ای از پاسخ‌های شرطی نیستند.

رفتارگرایان معمولاً پدیده‌های روان‌شناختی را در چهارچوب محرک و پاسخ تحلیل می‌کنند، به همین دلیل این دیدگاه را روانشناسی محرک-پاسخ (S-R) نیز می‌نامند.

نکته: بی. اف. اسکینر، رفتارگرایی است که معتقد بود پاداش‌ها و تنبیه‌ها، رفتار ما را تعیین می‌کنند. اسکینر تأکید می‌کرد که آنچه انجام می‌دهیم، معیار نهایی کسی که هستیم، می‌باشد.

● روانشناسی گشتالت (روانشناسی کل‌گرایا هیئت‌نگر)

روانشناسی گشتالت به رویکرد ورتهایمر، کافکا و کهلر اطلاق می‌شود. گشتالت واژه‌ای آلمانی به معنای «شکل» یا «شکل‌بندی» است.

از دیدگاه روانشناسی گشتالت، روان یا ذهن انسان قابل تجزیه نیست. ذهن انسان باید به صورت یک کل در نظر گرفته شود.

روانشناسی گشتالت بر **الگوهای حاصل از محرک‌ها و سازمان تجربه** تأکید می‌کند. روانشناسان گشتالت اساساً به مبحث ادراک توجه داشتند و بر این باور بودند که تجربه‌های ادراکی مبتنی بر طرح‌هایی هستند که محرک‌ها و سازمان تجربه آن‌ها را شکل می‌دهند. (تجربه‌های ادراکی ما، هم به الگوهایی که محرک‌ها تشکیل می‌دهند و هم به سازمان‌بندی تجربه ما بستگی دارد.)

به اعتقاد روانشناسان گشتالت، آنچه دیده می‌شود، هم تابع زمینه‌ای است که شیء در آن آشکار می‌شود و هم تابع سایر وجوه طرح کلی تحریک. (سایر جنبه‌هایی که با خود محرک، یک کل را تشکیل می‌دهند.) به این ترتیب، «کل، چیزی متفاوت از مجموع اجزای آن است»، زیرا کل تابع روابط اجزا است؛ به عبارت دیگر «کل» شامل «جمع جبری اجزاء» + «رابطه اجزا با یکدیگر» است. برای مثال وقتی به شکل زیر نگاه می‌کنیم؛ آن را یک مثلث بزرگ می‌بینیم، یعنی یک شکل واحد، نه سه زاویه کوچک.



قانون بستگی یا ترمیم: یکی از اصول روانشناسی گشتالت است و اشاره دارد به اینکه گرایش در فرد وجود دارد که همواره می‌خواهد تا شکل‌ها و موقعیت‌های ناجور و نامتقارن را تکمیل کند.

روانشناسان گشتالت به ادراک حرکت، نحوه ارزیابی اندازه و به پیدایش رنگ‌ها تحت تأثیر تغییر روشنایی توجه داشتند. در نتیجه، آنان به تفسیرهایی ادراک-مدار در مباحث یادگیری، حافظه و حل مسئله گرایش پیدا کردند که خود شالوده پژوهش‌های معاصر را در روانشناسی شناختی پی‌ریزی کرد.

نکته: روانشناسان گشتالت بر بنیان‌گذاران اصلی روانشناسی اجتماعی جدید (شامل کورت لوین، سولومون آش و فریتس هایدلر) تأثیر گذاشته‌اند. این افراد برای فهم پدیده‌های بین‌فردی، به بسط اصول روانشناسی گشتالت پرداختند.

● روان‌کاوی (روان‌پویایی)

سیگموند فروید، بنیان‌گذار رویکرد روان‌کاوی است. روان‌کاوی بر نقش فرایندهای ناهشیار بر رشد شخصیت و انگیزش تأکید می‌کند. روان‌کاوی هم نظریه‌ای در باب شخصیت است و هم روشی برای روان‌درمانی. فروید رویکردی منفی نسبت به ماهیت انسان داشت و معتقد بود انسان هم همانند حیوانات توسط سائق‌ها یا غرایز اساسی (جنسی و پرخاشگری) هدایت می‌شود.

جبرگرایی روانی: فروید بیان می‌کند که انسان به صورت تصادفی و ارادی عمل نمی‌کند، بلکه براساس انگیزش‌های درونی، آرزوهای سرکوب شده یا ناآگاه عمل می‌کند؛ بنابراین هر رفتاری که از انسان سر می‌زند، جبری است.

هسته اصلی نظریه فروید مفهوم **ناهشیار** (ناخودآگاه) است. ناهشیار عبارت است از: افکار، نگرش‌ها، تکانه‌ها، امیال، انگیزه‌ها و هیجان‌هایی که خودمان از وجود آن‌ها آگاهی نداریم.

فروید معتقد بود امیال ناپذیرفتنی (خواسته‌های نامعقول) از قبیل امیال منع شده یا تنبیه شده دوران کودکی، از حیطه آگاهی هشیار رانده شده و جزو ناهشیاری می‌شوند، اما همچنان بر افکار و هیجان‌ها و اعمال ما اثر می‌گذارند. افکار ناهشیار به صورت‌های گوناگون خود را نشان می‌دهند؛ از قبیل رؤیا، لغزش‌های لفظی و اطوار بدنی. فروید معتقد بود تعارض‌های ناخودآگاه (ناهشیار) بین بخش‌های مختلف روان (نهاد، خود، فراخود) علت اصلی رفتار ناپه‌نجان هستند.

فروید برای دسترسی به ناهشیار انسان، ابتدا روش هیپنوتیسم را پیش گرفت و بعد به تداعی آزاد و تعبیر رؤیا روی آورد. از نظر فروید روش اصلی دسترسی به ناهشیار، **تداعی آزاد** است. در این روش بیمار هدایت می‌شود و هر آنچه به ذهنش می‌رسد، بدون سانسور، می‌گوید. به این وسیله امیال ناهشیار بیمار به حیطه هشیاری آورده می‌شود.

در نظریه سنتی فروید، انگیزه‌های امیال ناهشیار تقریباً همیشه به نحوی با میل جنسی یا پرخاشگری پیوند دارد.

● تحولات نوین

پیشرفت‌های نوین در روانشناسی قرن بیستم عبارت‌اند از: نظریه خبرپردازی، روانشناسی زبان و روانشناسی عصب‌شناختی.

- نظریه خبرپردازی (پردازش اطلاعات)

هربرت سیمون (برنده جایزه نوبل) و همکارانش نشان دادند که با استفاده از کامپیوتر می‌توان پدیده‌های روانشناسی را شبیه‌سازی کرد. این‌گونه بسیاری از مسائل روان‌شناختی قدیمی در قالب نظام‌های **خبرپردازی** یا **پردازش اطلاعات** بازنگری شد.

به اعتقاد رویکرد خبرپردازی یا پردازش اطلاعات، انسان همچون رایانه موجودی پردازشگر اطلاعات تلقی می‌شود. رویکرد خبرپردازی، ماهیت ذهن را در قالب اصطلاحات ملموس، عرضه کرد (برخلاف روانشناسی گشتالت و روان‌کاوی)؛ مثلاً این رویکرد عملکرد حافظه را مشابه کاری می‌داند که رایانه هنگام ذخیره‌سازی و بازیابی اطلاعات می‌کند.

- روانشناسی زبان

زبان‌شناسان نوین، نظریه‌هایی در باب ساخت‌های ذهنی لازم برای درک و تولید زبان ارائه کردند. یکی از پیش‌گامان پژوهش در زمینه زبان‌شناسی، نوام چامسکی بود.

- روانشناسی عصب‌شناختی (عصب‌روانشناسی)

این رشته به روابط بین رویدادهای عصبی و فرایندهای ذهنی می‌پردازد. از فعالان این حوزه، راجر اسپری بود که به سبب نشان دادن ارتباط بین نواحی معینی از مغز با روندهای رفتاری و تفکری ویژه، برنده جایزه نوبل شد.

نکته: رشد الگوهای خبرپردازی، روانشناسی زبان و روانشناسی اعصاب، به پیدایش نوعی رویکرد روانشناسی انجامیده که گرایش شناختی نیرومندی دارد و منجر به «انقلاب شناختی» در روانشناسی شد.

نکته: هدف عمده روانشناسی شناختی، تحلیل علمی فرایندها و ساخت‌های ذهنی است. با این حال، روانشناسی شناختی صرفاً با تفکر و دانش ارتباط ندارد، بلکه به بسیاری از زمینه‌های دیگر مانند انگیزش و ادراک و شخصیت و روانشناسی اجتماعی گسترش پیدا کرد.

رویکردهای معاصر روانشناسی

رویکرد، نوعی شیوه نگرش به موضوع است. در روانشناسی هر موضوعی را می‌توان با رویکردهای گوناگون بررسی کرد.

پنج رویکرد معاصر اصلی در روانشناسی عبارت‌اند از: رویکرد زیست‌شناختی، رویکرد رفتاری، رویکرد شناختی، رویکرد روان‌کاوی، رویکرد پدیدارشناختی. هرکدام از این رویکردها به جنبه‌های متفاوتی از پدیده پیچیده واحدی می‌پردازند.

● رویکرد زیست‌شناختی

رویکرد زیست‌شناختی در پی شناخت فرایندهای زیستی عصبی زیربنای رفتار و فرایندهای ذهنی است. به‌عنوان مثال در رویکرد زیستی به افسردگی، سعی می‌شود این اختلال برحسب تغییرات غیرعادی میزان پیک‌های عصبی تبیین شود. برخی مطالعات رویکرد زیست‌شناختی:

۱) بررسی درباره‌ی بازشناسی چهره، در افراد دچار آسیب مغزی حاکی از آن است که نواحی مسئول بازشناسی چهره عمدتاً در نیمکره راست قرار داشته باشد.

۲) نیمکره‌های مغز آدمی به میزان زیادی نقش‌های تخصصی دارند: در اغلب افراد راست‌دست، درک زبان به نیمکره چپ و تفسیر روابط فضایی به نیمکره راست اختصاص دارد.

۳) دستگاه هیپوکامپ (دُم اسب) مغز، در تحکیم خاطرات نقش دارد. یادزدودگی کودکی ممکن است تا حدودی ناشی از رشدنا یافتگی هیپوکامپ باشد. (زیرا در خلال دو سال بعد از تولد است که هیپوکامپ به رشد کامل خود می‌رسد).

● رویکرد رفتاری

رویکرد رفتاری بیشتر با محرک‌ها و پاسخ‌های قابل مشاهده (S-R) سروکار دارد (به بحث رفتارگرایی در همین فصل رجوع کنید). به‌عنوان نمونه، در مورد چاقی، ملاحظه می‌شود برخی افراد فقط در جوار محرک‌های خاصی، مثل تماشای تلویزیون، پرخوری می‌کنند (پاسخ اختصاصی) و آموختن اجتناب از این‌گونه محرک‌ها، امروزه بخشی از اکثر برنامه‌های مهار وزن بدن در رفتارگرایی است.

در مورد پرخاشگری مشاهده می‌شود که کودکان پاسخ‌های پرخاشگرانه‌ای از قبیل کتک زدن کودک دیگر را هنگامی بیشتر نشان می‌دهند که چنین پاسخی به پاداش (مثلاً کوتاه آمدن یا گریه کردن کودک دیگر) بینجامد تا وقتی تنبیه شوند (مثلاً حمله متقابل کودک کتک‌خورده)؛ یعنی وقتی رفتارهای پرخاشگرانه پاداش یابند، بیشتر احتمال دارد که ادامه پیدا کنند.

نکته: رویکرد رفتاری محض (S-R)، به فرایندهای ذهنی فرد هیچ اعتنایی نداشته است و کاری به فرایندهای ذهنی میانجی بین محرک و پاسخ ندارند؛ بنابراین فعالیت‌های پیچیده آدمی از قبیل استدلال و برنامه‌ریزی و تصمیم‌گیری و تبادل پیام را نادیده می‌گیرند.

نکته: نظریه شناختی اجتماعی (که توسط آلبرت بندورا مطرح شد)، یکی از رویکردهای معاصر رفتاری است.

نظریه شناختی اجتماعی بندورا تأکید دارد که علاوه بر شرایط محیطی، «نحوه اصلاح تأثیرات محیط بر رفتار توسط افکار» هم رفتار را تعیین می‌کند؛ یعنی چگونه افکار می‌توانند تأثیرات محیط بر رفتار را اصلاح کنند.

به عبارت دیگر نظریه شناختی اجتماعی دامنه رفتارگرایی را گسترش داد تا علاوه بر رفتارهای مشهود، شیوه‌های پردازش اطلاعات محیطی توسط ذهن را نیز پوشش بدهد. به نظر بندورا، تقلید، یکی از اصلی‌ترین روش‌های ما برای یادگیری است.

● رویکرد شناختی

رویکرد شناختی امروزی تا حدودی واکنشی است در برابر محدودیت‌های رفتارگرایی (دیدگاه S-R).

رویکرد شناختی بر فرایندهای ذهنی دخیل در دانستن (تفکر) تمرکز دارد؛ یعنی بر نحوه جهت دادن، توجه، ادراک کردن، به یاد آوردن، فکر کردن و حل مسائل.

شناخت‌گرایی می‌گوید که رفتار هر فرد به برداشت او از خود و محیط وابسته است.

شناخت‌گرایی به شباهت ذهن با رایانه تأکید می‌کند و همچنین بر نقش زبان در سازمان‌بندی خاطرات تأکید می‌کند.

رویکرد شناختی برای اراده و فعال بودن انسان اهمیت قائل است، اما رویکردهای رفتاری و روان‌کاوی، جبرگرا هستند و نقشی برای اراده قائل نیستند.

شناخت‌گرایی نوین، برخلاف سده نوزدهم، مبتنی بر درون‌نگری، نیست. شناخت‌گرایی نوین بر دو مفروضه اصلی قرار دارد:

۱) تنها از طریق بررسی فرایندهای ذهنی می‌توان به‌طور کامل دریافت که جانداران چه می‌کنند.

۲) برای بررسی فرایندهای ذهنی می‌توان از راه تمرکز بر رفتارهای معین، راه و روش عینی پیش گرفت، یعنی همانند رفتارگرایان رفتارهای مشخص را مورد توجه قرار داد؛ اما باید آن رفتارها را برحسب فرایندهای ذهنی زیربنایی آن‌ها تفسیر کنیم.

نکته: از دید رویکرد شناختی، شاید علت یادزدودگی کودکی این باشد که در سال‌های نخست، تغییر عمده‌ای در «نحوه سازمان‌دهی تجربه‌ها در حافظه» روی می‌دهد. این تغییرات در حوالی سه‌سالگی ممکن است بارزتر شود، زیرا در این سن توانایی‌های زبانی افزایش چشمگیری پیدا می‌کند.

● رویکرد روان‌کاوی (روان‌پویایی)

روان‌کاوی آمیزه‌ای بود از شناخت‌شناسی و فیزیولوژی قرن نوزدهم.

رویکرد روان‌کاوی یا روان‌پویایی بر فکر ناهشیار، تعارض غرایز زیست‌شناختی با توقعات جامعه و تجربه‌های خانوادگی اولیه تأکید می‌کرد.

کار خاص فروید، این بود که مفاهیم شناختی رایج زمانه خود در زمینه هشیاری و ادراک و حافظه را، با مفاهیم غریزه‌ها که بنیان زیست‌شناختی داشتند، درهم آمیخت و نظریه‌ای نوین مطرح کرد.

فرض بنیادی در نظریه فروید این است که بخش عمده رفتار آدمی از فرایندهای ناهشیار (ناخودآگاه) سرچشمه می‌گیرد. مقصود فروید از فرایندهای ناهشیار عبارت بود از باورها، ترس‌ها و خواسته‌هایی که شخص از وجود آن‌ها آگاه نیست اما بر رفتارش اثر می‌گذارند.

فروید معتقد بود بسیاری از تکانه‌هایی که در دوره کودکی با منع یا تنبیه والدین یا جامعه روبه‌رو شده‌اند، برخاسته از غریزه‌های فطری هستند.

این تکانه‌ها از آنجاکه از بدو تولد وجود دارند دارای قدرت اثرگذاری فراگیر هستند که باید آن را حل و فصل کرد؛ زیرا منع و ممنوعیت نمی‌تواند آن‌ها را از بین ببرد، بلکه فقط سبب می‌شود از حیطة آگاهی به حیطة ناهشیار رانده شوند و از همان جا به صورت اختلالات هیجانی و نشانه‌های بیماری روانی، یا از سوی دیگر به شکل رفتارهای جامعه‌پذیر از قبیل فعالیت هنری و ادبی جلوه‌گر شوند.

فروید معتقد بود آدمی را نیز همانند حیوان‌ها، غرایز اساسی (عمدتاً غرایز جنسی و پرخاشگری) هدایت می‌کنند و آدمی مدام با جامعه‌ای که بر مهار کردن این تکانه‌ها تأکید دارد، در ستیز است.

به عقیده فروید، آگاهی یافتن از تعارض‌های ناخودآگاه باعث کاهش اضطراب می‌شود.

نکته: رویکرد روان‌کاوی فروید، برخلاف رویکرد رفتاری، بر امور بالینی متمرکز است و توجهی به تحقیق آزمایشی ندارد.

نکته: نظریه‌های روان‌کاوی (روان‌پویایی) فعلی یا معاصر، کمتر روی غرایز جنسی تأکید می‌کنند و بیشتر تجربه‌های فرهنگی را به‌عنوان تعیین‌کننده‌های رفتار در نظر می‌گیرند.

● رویکرد پدیدارشناختی (ذهن‌گرایی، انسان‌گرایی)

در رویکرد پدیدارشناختی اعتقاد بر این است که رفتار آدمی تابع درک او از جهان است، نه تابع واقعیت جهان. به‌طورکلی پدیدارشناختی بر تجربه‌های ذهنی فرد و انگیزش در جهت خودشکوفایی تأکید می‌ورزد. این رویکرد به تجربه‌ی خصوصی افراد نسبت به خود، جهان و رویدادها توجه دارد.

رویکرد پدیدارشناختی از دیرباز با روانشناسان اجتماعی همراه بوده که توجه خاصی به نحوه‌ی درک، فهم و تفسیر انسان از مسائل اجتماعی دارند. طبق دیدگاه پدیدارشناسی یا ذهن‌گرایی، برای فهم رفتار اجتماعی انسان باید به «تعریف خود فرد از موقعیت» دست‌یافت؛ تعریفی که انتظار می‌رود به فرهنگ، گذشته‌ی فرد و حالت انگیزشی او بستگی داشته باشد؛ بنابراین دیدگاه پدیدارشناسی بیشترین آمادگی را برای توجه به تفاوت‌های فرهنگی و فردی و اثرات انگیزش و هیجان دارد.

واقع‌گرایی ساده‌لوحانه: این مفهوم در دیدگاه پدیدارشناسی مطرح می‌شود و عبارت است از گرایشی در افراد برای آنکه واقعیت‌های درون ذهنی خود را بیان صادقانه‌ای از جهان عینی تلقی کنند.

در حیطة روانشناسی شخصیت، روانشناسان انسان‌گرا از رویکرد پدیدارشناختی پشتیبانی می‌کنند.

روانشناسان انسان‌گرا یا پدیدارشناس مفروضه‌های زیربنایی رویکردهای روان‌کاوی و رفتاری را درباره‌ی طبیعت انسان رد می‌کنند. در مقابل، آن‌ها بر خصوصیات منحصربه‌فرد انسان تأکید می‌ورزند و افراد سالم را، هم از افراد بیمار و هم از حیوان‌ها متمایز می‌سازند.

به عقیده انسان‌گرایان، انسان آزاد است و با اراده‌ی خود تصمیم می‌گیرد و بر سرنوشت خود اثر می‌گذارد. طبق نظریه‌های انسان‌گرا:

(۱) نیروی انگیزش اصلی هر فرد گرایش به سوی رشد و خودشکوفایی است.

(۲) در همه‌ی ما این نیاز اساسی وجود دارد که توانایی بالقوه‌ی خود را تا بالاترین حد ممکن شکوفا سازیم و به پیشرفتی فراتر از سطح کنونی خود دست‌یابیم.

(۳) تمایل طبیعی ما، حرکت در مسیر تحقق توانایی بالقوه‌ی خودمان است، هرچند که در این راه با برخی موانع محیطی و اجتماعی روبه‌رو شویم.

نکته: طبق دیدگاه انسان‌گرایی، عمده‌ترین عاملی که فرد را به حرکت وامی‌دارد، نگرشی است که او به خود و دنیای اطراف دارد.

نکته: انسان‌گرایان جبرگرایی را قبول ندارند.

نکته: روانشناسی پدیدارشناختی یا انسان‌گرا بیشتر با ادبیات و معارف انسانی دمساز است تا با علم.

نکته: روانشناسان پدیدارشناس و انسان‌گرا بیشتر به بررسی شخصیت پرداخته‌اند و پدیدارشناسی بیشترین نفوذ را بر روانشناسی اجتماعی و شخصیت گذاشته است.

نکته: برخی روانشناسان پدیدارشناس روش‌های علمی را به‌طور کلی مردود می‌دانند.

نکته: در روانشناسی کلاسیک، روان‌کاوی را نیروی اول، رفتارگرایی را نیروی دوم و انسان‌گرایی را نیروی سوم می‌دانند.

● سایر رویکردهای روانشناسی

رویکرد علوم عصبی رفتاری: این رویکرد تأکید می‌کند که مغز و دستگاه عصبی، در فهم رفتار و هیجان محوریت دارند و به دنبال کشف نحوه‌ی تحقق یافتن اعمال ذهنی و روانی در مغز آدمی است. این رویکرد، مغز افراد بهنجار را حین انجام یک تکلیف شناختی معین بررسی می‌کند.

نکته: در نگهداری اطلاعات به مدت چند ثانیه، فعالیت عصبی نواحی جلویی مغز افزایش می‌یابد. در نگهداری اطلاعات به مدت طولانی، فعالیت عصبی قسمت میانی مغز افزایش می‌یابد.

رویکرد روانشناسی تکاملی (داروین): این رویکرد بر نقش مهم انطباق، تولید مثل و بقای اصلح «سازگارترین» در تبیین رفتار تأکید می‌کند.

روانشناسی تکاملی با منشأ زیستی فرایندهای روانی سروکار دارد. فرض اساسی این رویکرد این است که مکانیسم‌های روان‌شناختی همانند مکانیسم‌های زیست‌شناختی براساس فرایند انتخاب طبیعی شکل گرفته‌اند؛ یعنی این مکانیسم‌ها مبنای وراثتی دارند. رویکرد اجتماعی‌فرهنگی؛ این رویکرد بر تأثیر عوامل اجتماعی و فرهنگی بر رفتار تأکید دارد؛ برای اینکه رفتار یک نفر را به‌طور کامل بفهمیم، باید بافت فرهنگی رفتار را بشناسیم.

نکته: دو جنبشی که معرف رویکردی مثبت به روانشناسی هستند، عبارت‌اند از: جنبش انسان‌گرایی و جنبش روانشناسی مثبت‌نگر. جنبش انسان‌گرایی بر ظرفیت کمال یافتن شخص، حق انتخاب سرنوشت و خصوصیات مثبت تأکید دارد. کارل راجرز و آبراهام مزلو از پیشروان انسان‌گرایی بودند. جنبش روانشناسی مثبت‌نگر بیان می‌کند که روانشناسی خیلی بر جنبه‌های منفی مردم تأکید کرده است و باید به جنبه‌ها و صفات مثبتی مثل خوش‌بینی، خلاقیت و ارزش‌های مثبت گروهی شهروندی، بیشتر تمرکز شود. سلیگمن و میهالی صاحب‌نظران رویکرد روانشناسی مثبت‌نگر بودند.

نکته: رویکردهای روان‌کاوی، شناختی، علوم عصبی‌رفتاری و روانشناسی تکاملی بر آنچه درون شخص می‌گذرد تأکید دارند. رویکردهای رفتاری و اجتماعی‌فرهنگی بر محیط بیرون تمرکز دارند. نکته: سه مکتب شناختی، اجتماعی و زیستی به مکاتب پویا یا داینامیک شهرت دارند.

● پیوند رویکردهای روان‌شناختی با رویکردهای زیست‌شناختی

رویکردهای رفتاری، شناختی، روان‌کاوی و پدیدارشناختی همگی متکی بر مفاهیم و اصول روان‌شناختی محض هستند؛ بنابراین به آن‌ها رویکردهای روان‌شناختی می‌گویند؛ اما در رویکرد زیست‌شناختی علاوه بر مفاهیم و اصول روان‌شناختی، مفاهیم و اصول فیزیولوژی و سایر شاخه‌های زیست‌شناختی نیز مورد توجه است. پژوهشگرانی که رویکرد زیست‌شناختی دارند، می‌کوشند مفاهیم و اصول روان‌شناختی را برحسب معادل‌های زیست‌شناختی آن‌ها تبیین کنند. از آنجاکه چنین کوششی مستلزم کاهش دادن مفاهیم روان‌شناختی به مفاهیم زیست‌شناختی است، این تبیین را **کاهش‌گری** (تقلیل‌گرایی) نامیده‌اند. برای مثال ممکن است بکوشند بازشناسی چهره را صرفاً بر مبنای کار یاخته‌های (سلول‌های) عصبی و رابطه متقابل بین این یاخته‌ها در ناحیه معینی از مغز توضیح دهد. نکته: امروزه پدیده‌های رفتاری بیشتر و بیشتر در هر دو سطح زیست‌شناختی و روان‌شناختی تبیین می‌شوند.

شیوه‌های پژوهش در روانشناسی

به‌طور کلی هر پژوهش دو مرحله اساسی دارد: (۱) پیشنهاد فرضیه علمی (۲) آزمایش آن فرضیه

● فرضیه‌سازی

نخستین گام در هر طرح پژوهشی، ساختن فرضیه است. **فرضیه** علمی گزاره و عبارتی است که بتوان آن را آزمایش کرد. به عبارت دیگر فرضیه یعنی «اظهارنظری قابل آزمون» درباره مسئله مورد نظر. در اغلب موارد، مهم‌ترین منبع فرضیه علمی، نظریه علمی است. نظریه علمی مجموعه به هم پیوسته‌ای از گزاره‌ها درباره هر پدیده معین است.

مقصود از کلمه «علمی» این است که روش‌های گردآوری داده‌ها: (۱) **فاقد سوگیری** هستند؛ یعنی به نفع این یا آن فرضیه عمل نمی‌کنند. (۲) **پایایی** دارند؛ به این معنا که اگر افراد متخصص دیگری همان مشاهدات را تکرار کنند، به نتایج همانند می‌رسند.

● آزمایش

نیرومندترین روش علمی، **آزمایش** است. برای **کشف علل** رفتار در یک موقعیت معین، تنها می‌توان از روش آزمایشی کمک گرفت؛ به عبارت دیگر روش آزمایشی قوی‌ترین آزمون برای یک فرضیه علت-معلولی است و این روش تنها روشی است که اطلاعات قابل اطمینانی فراهم می‌آورد. در روش آزمایشی محقق به میل خود می‌تواند یک متغیر را تغییر دهد و آثار آن را روی موجود زنده بررسی کند. در این روش، پژوهشگر شرایط را به دقت و غالباً در آزمایشگاه کنترل می‌کند و دست به اندازه‌گیری‌هایی می‌زند تا روابط علی بین متغیرها را کشف کند.

نکته: متغیر، هر چیزی است که بتواند اندازه‌ها یا مقادیر گوناگونی داشته باشد.

مثال: هدف آزمایش ممکن است کشف ارتباط بین دو متغیر حافظه و خواب باشد (مثلاً بخواهیم مشخص کنیم که توانایی یادآوری خاطرات کودکی در نتیجه بی‌خوابی کاهش می‌یابد یا نه). به همان اندازه که توانایی به خاطر سپردن به شیوه نظام‌دار با میزان خواب تغییر کند، می‌توان نتیجه گرفت که به همان نسبت ارتباط علی بین این دو متغیر وجود دارد.

نکته: روش آزمایشی می‌تواند روابط علت و معلولی را مشخص کند.

نکته: امکان کنترل دقیق متغیرها، مشخصه‌ای است که روش آزمایشی را از سایر روش‌های مشاهده علمی متمایز می‌کند.
نکته: یکی از خصوصیات مهم در آزمایش (از عناصر اصلی طرح آزمایشی)، عضوگیری تصادفی یا گمارش تصادفی است. عضوگیری تصادفی یعنی قرار دادن تصادفی آزمودنی‌ها در وضعیت آزمایشی یا گواه. بدون عضوگیری تصادفی، آزمایشگر نمی‌تواند اطمینان حاصل کند که در ایجاد نتایج آزمایش فقط متغیر مستقل نقش داشته و چیزی به جز متغیر مستقل نقش نداشته است.

واژگان فنی پژوهش آزمایشی	
متغیر	هر چیزی که بتواند اندازه‌ها و مقادیر گوناگونی داشته باشد.
متغیر مستقل (علت)	توسط آزمایشگر دستکاری می‌شود تا اثر آن روی متغیر وابسته بررسی شود. مستقل از کارهایی است که آزمودنی انجام می‌دهد.
متغیر وابسته (معلول)	نتیجه‌ای که توسط متغیر مستقل ایجاد می‌شود. شاخصی از رفتار آزمودنی است. توسط آزمایشگر مشاهده می‌شود. مقادیر آن تابع مقادیر متغیر مستقل است. می‌خواهیم بررسی کنیم که تحت تأثیر متغیر مستقل قرار دارد یا نه.
گروه آزمایش	گروهی که شرایط بررسی در آن وجود دارد و متغیر مستقل بر آن اعمال می‌شود.
گروه گواه	گروهی که شرایط بررسی در آن وجود ندارد و متغیر مستقل بر آن اعمال نمی‌شود. به عنوان خط مبنا یا خط پایه برای مقایسه گروه‌های آزمایشی به کار می‌رود.

مثال: فرضیه مورد آزمایش این است: مردم با دریافت پول بیشتر، مسائل ریاضی را بهتر حل خواهند کرد. مقدار پول، متغیر مستقل است. میزان عملکرد، متغیر وابسته است. آزمایشگر برای کنترل دقیق متغیرها، باید به طور تصادفی آزمودنی‌ها را در سه گروه قرار دهد. در صورت عملکرد بهتر؛ گروه اول هشت هزار تومان پاداش می‌گیرند، گروه دوم چهار هزار تومان پاداش می‌گیرند و گروه سوم هیچ پولی دریافت نمی‌کنند. سپس آزمایشگر عملکرد هر سه گروه را اندازه‌گیری و مقایسه می‌کند تا متوجه شود که واقعاً دریافت پول با عملکرد بهتری همراه شده است یا نه.

گروه‌هایی که به آن‌ها پول پرداخت می‌شود، گروه‌های آزمایشی هستند. گروهی که به آن‌ها پولی پرداخت نمی‌شود، گروه گواه هستند. نکته: برای بیان وابستگی متغیری به متغیر دیگر، از عبارت «تابعی است از» استفاده می‌شود. برای مثال: عملکرد آزمودنی‌ها تابعی است از مقدار پول داده شده به آن‌ها.

نکته: آنچه در روش آزمایش اهمیت دارد منطق کار است، نه محل آن؛ بنابراین روش آزمایش را بیرون از آزمایشگاه نیز می‌توان به کار گرفت. باین حال بیشتر آزمایش‌ها در آزمایشگاه انجام می‌شود (به دلیل کنترل بهتر متغیرها در محیط آزمایشگاه).

آزمایش‌های چندمتغیری: بررسی‌هایی که در آن‌ها چند متغیر به طور هم‌زمان تغییر می‌کنند را آزمایش‌های چندمتغیری می‌نامند. مثلاً در مثال فوق، ممکن است آزمایشگر علاوه بر مقدار پول، دشواری مسئله را هم تغییر دهد.

وقتی روانشناس اظهار می‌دارد که تفاوت بین گروه آزمایش و گروه گواه را «از لحاظ آماری معنادار می‌داند» مقصودش این است که در مورد داده‌ها آزمون آماری به عمل آمده و معلوم شده که تفاوت مشاهده شده قابل اعتماد است. آزمون آماری نشان می‌دهد که تفاوت مشاهده شده حقیقتاً ناشی از تأثیر مستقل است و نه حاصل عوامل تصادفی یا وجود چند مورد افراطی.

تعریف چند مفهوم

اندازه‌گیری: نظامی برای اختصاص عدد به متغیرها.

آمار: رشته‌ای که با نمونه‌گیری داده‌ها از جامعه؛ و استنباط و استنتاج درباره آن جامعه، براساس داده‌های نمونه سروکار دارد. رایج‌ترین شاخص آماری، میانگین است.

میانگین: اصطلاحی فنی برای معدل حسابی که مقدار آن برابر است با حاصل جمع نمره‌ها تقسیم بر تعداد نمره‌ها.

● **روش همبستگی**

روش همبستگی به بررسی ارتباط یا پیوند دو یا چند متغیر می‌پردازد. در مواردی که آزمایشگر کنترلی بر استقرار آزمودنی‌ها در دسته‌های گواه و آزمایشی ندارد، می‌توان از روش همبستگی استفاده کرد.

به کمک روش همبستگی می‌توان معین کرد متغیری که بر آن کنترل نداریم، با متغیر دیگری که مورد توجه ما است، ارتباط دارد یا نه؛ به عبارت دیگر با روش همبستگی می‌توان معین کرد آیا تفاوت طبیعی بین مردم در یک زمینه با تفاوت آنان در زمینه دیگری پیوند دارد یا نه.

وقتی این فرضیه مطرح است: «افراد مبتلا به بی‌اشتهایی روانی بیش از افرادی با وزن بهنجار به تغییر مزه‌ها حساس‌اند»؛ برای این منظور مسلماً نمی‌توان از روش آزمایشی استفاده کرد؛ یعنی نمی‌توان کسانی را که وزن بهنجار دارند انتخاب و نیمی از آن‌ها را وادار کرد که به بی‌اشتهایی روانی دچار شوند. به جای این کار، گروهی را که در حال حاضر دچار بی‌اشتهایی روانی هستند با گروهی که وزن بهنجار دارند، برمی‌گزینیم و تفاوت آن‌ها را از لحاظ حساسیت نسبت به مزه‌ها بررسی می‌کنیم.

همبستگی بین دو متغیر با **ضریب همبستگی (r)** اندازه‌گیری می‌شود. ضریب همبستگی عبارت است از برآورد میزان رابطه بین دو متغیر. ضریب همبستگی عددی بین -۱ و ۱ است. صفر نشانه فقدان رابطه و ۱ نشانه رابطه کامل است (۱- رابطه کامل منفی و ۱+ رابطه کامل مثبت را نشان می‌دهد). هرچه مقدار r از صفر به سوی ۱، یا از صفر به سوی -۱ حرکت کند، نیرومندی رابطه بین دو متغیر نیز افزایش می‌یابد.

ضریب همبستگی ممکن است مثبت (+) یا منفی (-) باشد. علامت همبستگی نشان می‌دهد که همبستگی بین دو متغیر مثبت است (ارزش‌ها یا مقادیر هر دو متغیر با هم افزایش می‌یابند یا با هم کاهش می‌یابند) یا همبستگی بین دو متغیر منفی است. (وقتی ارزش‌های یک متغیر رو به افزایش می‌گذارد، ارزش‌های متغیر دیگر رو به کاهش می‌گذارد.)

در پژوهش‌های روان‌شناختی، ضریب همبستگی ۰/۶ یا بیشتر، ضریب بسیار نیرومندی محسوب می‌شود. ضرایب بین ۰/۲ و ۰/۶ از لحاظ عملی و نظری ارزشمند به حساب می‌آیند و می‌توان از آن‌ها در کار پیش‌بینی استفاده کرد. در مورد همبستگی‌های صفر تا ۰/۲ باید محتاط بود. این همبستگی‌ها در امر پیش‌بینی‌ها حداقل کارآمدی را دارند.

نکته: یکی از کاربردهای رایج روش همبستگی، در زمینه آزمون‌هایی است که نوعی استعداد، پیشرفت یا سایر صفات روانی را می‌سنجند.

نکته: روش همبستگی، برخلاف روش آزمایشی، نمی‌تواند روابط علت و معلولی را مشخص کند.

نکته: وقتی دو متغیر همبسته باشند، تغییر یکی از آن‌ها ممکن است علت تغییر دیگری باشد، اما در غیاب شواهد آزمایشی کافی، چنین استنتاجی ناموجه است.

نکته: همبسته شدن دو متغیری که هیچ‌یک، علت دیگری نیست نیز امکان‌پذیر است. (ممکن است دو متغیر همبستگی داشته باشند اما رابطه علت و معلولی نداشته باشند.)

● **مشاهده****- مشاهده مستقیم (طبیعی)**

در روش مشاهده مستقیم (طبیعی)، روانشناس رفتار موجود زنده را در شرایط عادی و طبیعی زندگی مطالعه می‌کند و هیچ دخل و تصرفی در آن به عمل نمی‌آورد. روش مشاهده مستقیم برای توصیف رفتار و موقعیتی که رفتار در آن اتفاق افتاده، مفید است.

نکته: در مراحل اولیه پژوهش بهترین راه رسیدن به یک توضیح، مشاهده مستقیم است.

در مواردی که مسئله تا حدودی جنبه زیست‌شناختی دارد، روش مشاهده نیز ممکن است مستلزم کار در آزمایشگاه باشد. مسترز و جانسون در بررسی مشاهده مشهور خود درباره جنبه‌های فیزیولوژیایی رفتار جنسی آدمی، روش‌هایی را ابداع کردند که امکان مشاهده مستقیم پاسخ‌های جنسی را در آزمایشگاه فراهم می‌کرد. از معایب مشاهده طبیعی این است که وقت زیادی لازم دارد، علل رفتار را نمی‌تواند مشخص کند و ممکن است نظر شخصی مشاهده‌گر وارد عمل شود؛ یعنی مشاهده‌گر وقایع را براساس تمایلات و نگرش‌های شخصی خود ببیند.

نکته: پدیده‌هایی را که مشاهده مستقیم آن‌ها میسر نیست، با استفاده از زمینه‌یابی (پرسش‌نامه‌ها و مصاحبه‌ها) و یا شرح حال‌نگاری می‌توان به‌طور غیرمستقیم مشاهده کرد.

- روش زمینه‌یابی (پیمایشی)

مسائلی که تحقیق درباره آن‌ها از راه مشاهده مستقیم دشوار است را می‌توان از طریق مشاهده غیرمستقیم، یعنی با استفاده از زمینه‌یابی (پرسش‌نامه و مصاحبه) بررسی کرد.

در روش زمینه‌یابی، پژوهشگر، به‌جای مشاهده منظم رفتار، از خود شخص می‌پرسد که چنین رفتاری دارد یا نه. به عبارت دیگر، زمینه‌یاب از مصاحبه‌شونده درباره نگرش‌ها و رفتارشان پرس و جو می‌کند. از زمینه‌یابی‌ها برای گردآوری اطلاعات درباره عقاید سیاسی، محصولی که ترجیح

می‌دهند، نیازهای افراد به خدمات سلامت و ... استفاده می‌شود.

نکته: از آنجاکه مردم می‌کوشند تصویر بهتری از خود ارائه کنند، روش زمینه‌یابی با سوگیری همراه است. یک سوگیری رایج در زمینه‌یابی، **اثر مطلوبیت اجتماعی** است. اثر مطلوبیت اجتماعی زمانی رخ می‌دهد که فرد سعی می‌کند خود را خوب جلوه دهد تا در نظر دیگران مطلوب جلوه کند. مثلاً فرد مقدار ورزش روزانه خود را بیشتر از میزان واقعی گزارش می‌دهد.

زمینه‌یابی رضایت‌بخش مستلزم آن است که پرسش‌نامه‌هایی دقیق و ازپیش‌آزمون‌شده در گروه نمونه‌ای از مردم اجرا شود. این گروه نمونه باید طوری انتخاب شود که معرف جامعه در دست بررسی باشد.

نکته: اعتبار زمینه‌یابی درگرو معرف بودن پاسخ‌دهندگان از جمعیت مورد بررسی است؛ یعنی افرادی که مورد بررسی قرار می‌گیرند، معرف کل آن جامعه باشند.

- شرح حال نگاری (تاریخچه فردی)

شرح حال نگاری یا تهیه زندگی‌نامه افراد یکی دیگر از ابزارهای مشاهده غیرمستقیم است.

در شرح حال نگاری از مردم می‌خواهند بگویند که در گذشته، در زمینه مورد نظر چه کارهایی کرده یا چه تجربه‌هایی داشته‌اند.

شرح حال نگاری‌ها، زندگی‌نامه‌هایی هستند که به منظور کاربرد علمی طرح‌ریزی شده‌اند و برای روانشناسی که به بررسی افراد می‌پردازند، از منابع مهم اطلاعاتی به شمار می‌روند. گاهی استفاده از سایر داده‌ها به تأیید اطلاعات حاصل از شرح حال نگاری کمک می‌کند؛ برای مثال از مدارک کتبی مثل گواهی فوت می‌توان برای کنترل تاریخ رویدادها استفاده کرد.

محدودیت عمده شرح حال نگاری این است که بر حافظه افراد و بازسازی رویدادهای سال‌های گذشته تکیه دارد که عمدتاً تحریف‌شده یا ناقص هستند. محدودیت شرح حال نگاری باعث می‌شود که در آزمون نظریه یا اثبات فرضیه چندان فایده‌ای نداشته باشد، ولی از این روش می‌توان برای پیشنهاد فرضیه بهره جست.

● روش بالینی (کلینیکی)

در روش بالینی به مطالعه عمیق یک فرد یا گروه پرداخته می‌شود. در این روش، روانشناس همه اطلاعات به دست آمده از فرد (مصاحبه، مشاهده، آزمون و...) را به عنوان یک مجموعه در نظر می‌گیرد و سپس در مورد رفتار فرد نظر می‌دهد.

محدودیت روش بالینی این است که نظر شخصی روانشناس وارد عمل می‌شود و نتایج را از عینیت دور می‌کند (عینیت پایین).

● مرور منابع

مرور منابع عبارت است از تلخیص (خلاصه کردن) عالمانه پژوهش‌های موجود درباره موضوع مشخص. مرور منابع به دو صورت است: مرور روایتی: مؤلفان به توصیف کلامی مطالعات انجام شده در گذشته می‌پردازند و از میان شواهد روان‌شناختی موجود، یافته‌های پرقدرت را مطرح می‌کنند.

فراتحلیل: مؤلفان با استفاده از فنون آماری به ترکیب مطالعات انجام شده در گذشته و استخراج نتایج در دل آن‌ها می‌پردازند.

● ملاحظات اخلاقی در پژوهش‌های روان‌شناختی

اصول حاکم بر رفتار اخلاقی با آدمیان مورد آزمایش عبارت‌اند از:

اصل اول. کمترین خطر: احتمال خطر در پژوهش نباید بیش از میزان آن در شرایط زندگی عادی باشد.

اصل دوم. رضایت آگاهانه: آزمودنی‌ها باید داوطلبانه در پژوهش شرکت کنند و بتوانند هر وقت بخواهند از پژوهش کنار روند بی‌آنکه به این خاطر جریمه شوند. پیش از شروع آزمایش نیز باید جنبه‌هایی از پژوهش که بر تصمیم‌گیری افراد به شرکت در آزمایش اثر می‌گذارد، با آنان درمیان گذاشته شود.

اصل سوم. رعایت حریم خصوصی: اطلاعاتی که در جریان پژوهش درباره هر فرد معین به دست می‌آید، باید محرمانه بماند و بدون اجازه خودش در اختیار دیگران قرار نگیرد.

رشته‌های تخصصی روانشناسی

روانشناسی زیست‌شناختی (فیزیولوژیک): سعی دارد رابطه فرایندهای زیست‌شناختی را با رفتار کشف کند.

روانشناسی آزمایشی (تجربی): نحوه واکنش به محرک‌های حسی، ادراک جهان، یادگیری و به خاطر سپردن، استدلال و پاسخ‌دهی هیجانی را در آدمیان و جانداران دیگر بررسی می‌کند. این حوزه، قلمروی فعالیت روانشناسان رفتارگرا و شناخت‌گرا است.

روانشناسی رشد: توجه به رشد آدمی و عواملی که رفتار را از بدو تولد تا دوران پیری شکل می‌دهند.

روانشناسی اجتماعی: روابط اجتماعی بین افراد و رفتار گروه‌ها را بررسی می‌کند. به نحوهٔ درک و تفسیر مردم از محیط اجتماعی خود و نحوهٔ تأثیر دیگران بر باورها، نگرش‌ها و رفتار هر شخص توجه دارد.

روانشناسی شخصیت: بررسی افکار، هیجانات و رفتارهایی که سبک تعامل خاص هر شخص را با جهان تعیین می‌کنند. بیشتر به بررسی تفاوت‌های فردی آدمیان توجه دارد.

نکته: هم‌پوشی زیادی بین سه حوزهٔ روانشناسی رشد، اجتماعی و شخصیت وجود دارد.

روانشناسی بالینی: کاربرد اصول روان‌شناختی در امر تشخیص و درمان اختلالات هیجانی و رفتاری.

روانشناسی مشاوره: روانشناسان مشاور وظایفی مشابه روانشناسان بالینی دارند، اما معمولاً سروکارشان با اختلالات خفیف‌تر است و اکثراً با دانش‌آموزان دورهٔ متوسطه و دانشجویان کار می‌کنند.

روانشناسی آموزشگاهی: آزمون کردن، راهنمایی و پژوهش. روانشناسان آموزشگاهی در زمینهٔ ارزیابی اختلالات یادگیری و هیجانی با کودکان کار می‌کنند.

روانشناسی تربیتی (پرورسی): کاربرد اصول روانشناسی در تعلیم و تربیت. روانشناسان تربیتی در زمینهٔ یادگیری و تدریس تخصص دارند.

روانشناسی صنعتی (سازمانی): به دنبال گزینش افراد مناسب برای مشاغل گوناگون و تدوین برنامه‌های آموزش شغلی است.

روانشناسی مهندسی (مهندسان عوامل انسانی): در زمینهٔ بهسازی رابطهٔ بین آدم‌ها و ماشین‌ها فعالیت دارند.

خلاصهٔ فصل

تعریف روانشناسی: بررسی علمی رفتار و فرایندهای ذهنی.

بقراط پدر علم پزشکی بود. مشاهدات بقراط سرآغاز رویکرد زیست‌شناختی بود.

دیدگاه فطری‌نگری (سرشت‌گرایی): آدمیان با گنجینه‌ای از دانش و توان فهم واقعیت به دنیا می‌آیند.

دیدگاه تجربه‌گرایی (تربیت‌گرایی): دانش از طریق تجربه‌ها و تعامل‌های آدمی با جهان کسب می‌شود.

تداعی‌گرایی: ذهن از اندیشه‌هایی انباشته می‌شود که از طریق حواس به آن راه می‌یابند و طبق اصولی از قبیل مشابهت و تضاد به هم پیوند می‌یابند.

تأسیس نخستین آزمایشگاه روانشناسی توسط ویلهلم وونت، سرآغاز روانشناسی علمی بود.

ساخت‌گرایی (شیمی روانی) عبارت است از تحلیل ساختارهای ذهنی یا تحلیل عناصر هشیاری. کارکردگرایی یعنی ذهن چگونه کار می‌کند که جاندار موفق به انطباق و سازگاری با محیط و عمل در آن می‌شود.

روش مطالعه در ساخت‌گرایی، درون‌نگری و در روش کارکردگرایی مشاهده بود.

ساخت‌گرایی بر چپستی (محتوای هشیاری) تأکید می‌کند و کارکردگرایی بر چرایی (چگونگی عمل فرایندهای هشیاری).

روانشناسی گشتالت: کل چیزی متفاوت از مجموع اجزای آن است. روانشناسی گشتالت بر ادراک، الگوهای حاصل از محرک‌ها و سازمان تجربه تأکید می‌کند؛ تجربه‌های ادراکی مبتنی بر طرح‌هایی هستند که محرک‌ها و سازمان تجربه آن‌ها را شکل می‌دهند.

هستهٔ اصلی نظریهٔ روان‌کاوی فروید مفهوم ناهشیار (ناخودآگاه) است. روش اصلی دسترسی به ناهشیار، تداعی آزاد است.

جبرگرایی روانی فروید: هیچ رفتاری تصادفی نیست؛ افراد براساس انگیزش‌های درونی و ناهشیار عمل می‌کنند.

رویکرد رفتاری بیشتر با محرک‌ها و پاسخ‌های قابل مشاهده (S-R) سروکار دارد. نظریهٔ شناختی اجتماعی بندورا، از رویکردهای معاصر رفتاری است که علاوه بر رفتارهای مشهود، به شیوه‌های پردازش اطلاعات محیطی توسط ذهن تأکید می‌کند.

پدیدارشناسی بر خصوصیات منحصر به فرد انسان، آزادی و ارادهٔ انسان، تجربه‌های ذهنی و انگیزش خودشکوفایی تأکید می‌ورزد.

در روانشناسی کلاسیک، روان‌کاوی را نیروی اول، رفتارگرایی را نیروی دوم و انسان‌گرایی را نیروی سوم می‌دانند.

دکارت، پدر رویکرد پردازش اطلاعات است. جان لاک سرآغاز پیدایش روانشناسی تداعی‌گرا بود.

وونت، پدر روانشناسی نوین است. وونت پیش‌گام ساخت‌گرایی و تیچنر، مؤسس آن است. ویلیام جیمز مؤسس کارکردگرایی است.

سیگموند فروید، بنیان‌گذار رویکرد روان‌کاوی است. مؤسس یا بنیان‌گذار واقعی رفتارگرایی، واتسون است.

فرضیه؛ یعنی گزاره و عبارتی که بتوان آن را آزمایش کرد. نظریه مجموعه به هم پیوسته‌ای از گزاره‌ها دربارهٔ هر پدیدهٔ معین است.

نیرومندترین روش علمی، آزمایش است. امکان کنترل متغیرها، مشخصه‌ای است که روش آزمایشی را از سایر روش‌ها متمایز می‌کند.

روش آزمایشی می‌تواند روابط علت و معلولی را مشخص کند، اما روش همبستگی نمی‌تواند.

اصول اخلاقی در پژوهش‌ها: اصل کمترین خطر (اولین اصل)، اصل رضایت آگاهانه، اصل رعایت حریم خصوصی. کاهش‌گرایی (تقلیل‌گرایی): کاهش دادن مفاهیم روان‌شناختی به مفاهیم زیست‌شناختی. ادراک‌پریشی چهره‌ای به دلیل آسیب ناحیه معینی از نیمکره راست مغز به وجود می‌آید. خطای بنیادین اسناد: توجه رفتار با تأکید بیش از حد بر صفات شخصیتی فرد.

سؤالات کنکور کارشناسی ارشد

۱) نیروی سوم در علم روانشناسی کدام است؟ (ارشد ۱۳۸۶)

۱) انسان‌گرایی (۲) رفتاری (۳) زیستی (۴) شناختی

۲) کدام رویکرد روان‌شناختی تأکید دارد که آدمی گیرنده نافع‌ال محرک نیست؟ (ارشد ۱۳۸۶)

۱) پدیدارشناختی (۲) رفتاری (۳) شناختی (۴) عصبی‌زیستی

۳) خودگزارش‌دهی نظام‌مند و مشروح اشخاص در محیط کنترل‌شده آزمایشگاهی، برای توصیف مؤلفه‌های ذهن، روش مرسوم کدام رویکرد است؟ (ارشد ۱۳۹۰)

۱) رفتارگرایی (۲) روان‌تحلیل‌گری (۳) کارکردگرایی (۴) ساختارگرایی

۴) در کدام مکتب روان‌شناختی، عناصر تشکیل‌دهنده تجربه آگاه به روش درون‌نگری مورد مطالعه قرار می‌گیرند؟ (ارشد ۱۳۹۱)

۱) زیست‌شناختی (۲) ساخت‌گرایی (۳) روان‌تحلیل‌گری (۴) کنش‌گرایی

۵) نخستین اصل حاکم بر رفتار اخلاقی در پژوهش‌های روان‌شناختی کدام است؟ (ارشد ۱۳۹۲)

۱) رضایت آگاهانه (۲) کمترین احتمال خطر (۳) رعایت حریم خصوصی (۴) بیان صادقانه در علم

۶) طراحی روش‌ها و برنامه‌های تدریس در حوزه کدام رشته تخصصی روانشناسی است؟ (ارشد ۱۳۹۲)

۱) رشد (۲) تطبیقی (۳) تربیتی (۴) آموزشگاهی

۷) تأکید بر خصوصیات منحصربه‌فرد انسان و گرایش به سوی رشد، مربوط به کدام رویکرد است؟ (ارشد ۱۳۹۵)

۱) شناختی (۲) تکاملی (۳) پدیدارشناختی (۴) رفتاری

۸) در خطای بنیادین اسناد، افراد در توضیح رفتار دیگران به کدام عامل بیشتر توجه می‌کنند؟ (ارشد ۱۳۹۶)

۱) تسهیل اجتماعی (۲) صفات شخصیتی (۳) عوامل موقعیتی (۴) هویت اجتماعی

۹) «بررسی محتوای هشیاری انسان‌ها به روش شیمی روانی» مربوط به کدام دیدگاه است؟ (ارشد ۱۳۹۶)

۱) کنش‌گرایی (۲) رفتارگرایی (۳) ساخت‌گرایی (۴) شناخت‌گرایی

۱۰) تأکید بر اینکه «ذهن انباشته از نظرانی است که از طریق حواس وارد آن می‌شود» مربوط به کدام دیدگاه است؟ (ارشد ۱۳۹۶)

۱) ساختارگرا (۲) سرشت‌گرا (۳) تداعی‌گرا (۴) کارکردگرا

۱۱) براساس پژوهش‌های انجام‌شده در زمینه پرخاشگری، کدام نوع رفتار قربانی، پرخاشگر را به مداومت در رفتار پرخاشگرانه تشویق می‌کند؟ (ارشد ۱۳۹۸)

۱) گریه کردن (۲) فرار از موقعیت (۳) نادیده گرفتن (۴) مقابله کردن

۱۲) فعالیت‌های هربرت سیمون پیرامون شبیه‌سازی پدیده‌های روان‌شناختی منجر به شکل‌گیری کدام رویکرد شد؟ (ارشد ۱۴۰۰)

۱) خبرپردازی (۲) تکامل‌نگری (۳) کارکردگرایی (۴) بوم‌شناختی

۱۳) در کدام رویکرد تأکید بیشتری بر انطباق و سازگاری فرد با محیط شده است؟ (ارشد ۱۴۰۱)

۱) کارکردگرایی (۲) ساخت‌گرایی (۳) روان‌کاوی (۴) گشتالت

۱۴) کدام دیدگاه را می‌توان سرآغاز پیدایش روان‌شناختی تداعی‌گرا دانست؟ (ارشد ۱۴۰۲)

۱) گشتالت (۲) تجربه‌گرایی (۳) ساخت‌گرایی (۴) کارکردگرایی

۱) گزینه ۱

روان‌کاوی نیروی اول، رفتارگرایی نیروی دوم و انسان‌گرایی هم به‌عنوان نیروی سوم در روانشناسی شناخته می‌شود.

۲) گزینه ۳

رویکرد شناختی برای اراده و فعال بودن انسان اهمیت قائل است و روانشناسان شناختی ذهن را یک نظام حل مسئله فعال و آگاه می‌دانند؛ بنابراین رویکرد شناختی آدمی را گیرنده نافع‌ال محرک‌ها نمی‌داند.

۳) گزینه ۴

مکتب ساختارگرایی به دنبال تجزیه و تحلیل ساختارهای ذهنی و کشف مؤلفه‌های ذهن است و در این راه از درون‌نگری و آزمایشگری استفاده می‌کند. درون‌نگری یعنی مشاهده و ثبت ماهیت ادراک‌ها، اندیشه‌ها و احساس‌های شخص توسط خودش. نکته‌ای که درون‌نگری را روشی علمی می‌کند، خودگزارشی‌های نیرومند و مشروح شخص در محیط کنترل‌شده آزمایشگاهی بود.

۴) گزینه ۲

در مکتب ساختارگرایی، مؤلفه‌های ذهنی و عناصر تجربه آگاه به روش درون‌نگری بررسی می‌شوند.

۵) گزینه ۲

اولین اصل حاکم بر رفتار اخلاقی در پژوهش‌های روان‌شناختی، اصل کمترین احتمال خطر است. دومین اصل، اصل رضایت آگاهانه و سومین اصل، اصل رعایت حریم خصوصی است.

۶) گزینه ۳

روانشناسان تربیتی (پرورشی) در کاربرد اصول روان‌شناختی در مسائل مربوط به یادگیری، آموزش و تدریس تخصص دارند و طراحی روش‌ها و برنامه‌های تدریس در حوزه تخصصی آن‌ها است.

۷) گزینه ۳

رویکرد پدیدارشناسی (انسان‌گرا یا ذهن‌گرایی) معتقد است که نیروی انگیزش اصلی هر فرد گرایش به سوی رشد و خودشکوفایی است. در همه ما این نیاز اساسی وجود دارد که توانایی بالقوه خود را تا بالاترین حد ممکن شکوفا سازیم و به پیشرفتی فراتر از سطح کنونی خود دست یابیم. پدیدارشناسان بر خصوصیات منحصر به فرد انسان تأکید می‌ورزند و افراد سالم را از افراد بیمار و از حیوانات متمایز می‌سازند.

۸) گزینه ۲

خطای بنیادین اسناد به توجیه رفتار با تأکید بیش از حد بر صفات شخصیتی فرد اشاره دارد؛ یعنی افراد در توجیه و توضیح رفتار دیگران، بیش از حد بر صفات شخصیتی فرد تمرکز می‌کنند.

۹) گزینه ۳

موضوع رویکرد ساخت‌گرایی بررسی مؤلفه‌های ذهن و هشیاری است؛ ساخت‌گرایان تصور می‌کردند اگر شیمی‌دان‌ها با تجزیه آب به اکسیژن و هیدروژن گام بزرگی در رشته خود برداشتند، روانشناسان هم می‌توانند مزه لیموناد (ادراک) را به عناصری مثل شیرین، تلخ و سرد (احساس‌ها) تجزیه کند؛ بنابراین نام دیگر مکتب ساخت‌گرایی، «شیمی روانی» است.

۱۰) گزینه ۳

تداعی‌گرایان منکر وجود مفاهیم و توانایی‌های ذاتی هستند و معتقد هستند که ذهن انباشته از مفاهیم و نظراتی است که از طریق حواس وارد آن می‌شوند و سپس از طریق اصولی نظیر مشابهت و تضاد با هم ارتباط و تداعی پیدا می‌کنند.

۱۱) گزینه ۱

در مورد پرخاشگری مشاهده می‌شود کودکان پاسخ‌های پرخاشگرانه‌ای از قبیل کتک زدن کودک دیگر را هنگامی بیشتر نشان می‌دهند که چنین پاسخی به پاداش (مثلاً کوتاه آمدن یا گریه کردن کودک دیگر) بینجامد تا وقتی که به تنبیه (حمله متقابل کودک کتک‌خورده) بینجامد.

۱۲) گزینه ۱

هربرت سیمون و همکارانش نشان دادند که با استفاده از کامپیوتر می‌توان پدیده‌های روانشناسی را شبیه‌سازی کرد. به همین دلیل بسیاری از مسائل روان‌شناختی پیشین در قالب نظام‌های خبرپردازی (پردازش اطلاعات) عرضه شد. به اعتقاد رویکرد خبرپردازی یا پردازش اطلاعات، انسان همچون رایانه موجودی پردازشگر تلقی می‌شود.

۱۳) گزینه ۱

مراد از کارکردگرایی بررسی این مطلب است که ذهن چگونه کار می‌کند (عملکرد ذهن) که جاندار موفق به انطباق و سازگاری با محیط و عمل در آن می‌شود.

۱۴) گزینه ۲

دیدگاه تجربه‌گرایی بیان می‌کند که دانش از طریق تجربه‌ها و تعامل‌های آدمی با جهان کسب می‌شود.

تجربه‌گرایی عمدتاً با نام جان لاک پیوند دارد. جان لاک معتقد بود که ذهن آدمی در بدو تولد، همچون لوح نانوخته‌ای است که تجربه‌های جریان رشد او، دانش و فهم را روی آن ثبت می‌کنند. این دیدگاه لاک سرآغاز پیدایش روانشناسی تداعی‌گرا بود.